

EJERCICIOS LÚDICO PEDAGÓGICOS PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y
DEPORTES EN LOS GRADOS SEXTOS Y SÉPTIMOS DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA LAS AMÉRICAS DEL MUNICIPIO DE FLORIDA VALLE

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
EDUCACIÓN DIVERSIDAD Y REPRESENTACIONES SOCIALES

DIEGO FERNANDO IDROBO BECERRA



UNIVERSIDAD SANTIAGO DE CALI
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA INFANTIL
SANTIAGO DE CALI

2019

EJERCICIOS LÚDICO PEDAGÓGICOS PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y
DEPORTES EN LOS GRADOS SEXTOS Y SÉPTIMOS DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA LAS AMÉRICAS DEL MUNICIPIO DE FLORIDA VALLE

DIEGO FERNANDO IDROBO BECERRA

Trabajo de grado para optar por el título de Especialista en Pedagogía Infantil

Asesor Temático:

YOEL MORALES CUELLAR

DOCTOR EN CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA



UNIVERSIDAD SANTIAGO DE CALI

FACULTAD DE EDUCACIÓN

PROGRAMA ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGIA INFANTIL

SANTIAGO DE CALI

2019

Tabla de contenido

CAPITULO 1. INTRODUCCIÓN	15
ANTECEDENTES	17
1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	19
1.2 JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA	20
1.3 OBJETIVOS DEL ESTUDIO	20
1.3.1 <i>Objetivo general</i>	20
1.3.2 <i>Objetivos específicos</i>	21
1.4 RELEVANCIA DEL ESTUDIO	21
1.5 LIMITACIONES DEL ESTUDIO	22
1.6 DEFINICIÓN DE CONCEPTOS IMPORTANTES	22
1.6.1 <i>Educación Física</i>	22
1.6.2 <i>Ejercicio físico</i>	30
1.6.3 <i>Lúdica</i>	32
1.6.4 <i>Juego</i>	35
1.6.5 <i>Ejercicios lúdicos pedagógicos</i>	38
1.7 MARCO LEGAL Y NORMATIVO	39
2 CAPITULO 2. METODOLOGIA	46
2.1 DISEÑO DEL ESTUDIO Y PARADIGMA DE INVESTIGACIÓN	46
2.2 TIPO DE ESTUDIO	46
2.3 FASES O ETAPAS DE LA INVESTIGACIÓN	46

2.4	CONTEXTO	47
2.4.1	<i>Colegio</i>	47
2.5	PARTICIPANTES	48
2.5.1	<i>Profesor</i>	48
2.5.2	<i>Estudiantes</i>	48
2.5.3	<i>Criterios de inclusión</i>	49
2.5.4	<i>Criterios de exclusión</i>	49
2.6	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS	49
2.6.1	<i>Métodos del nivel teórico</i>	50
2.6.2	<i>Métodos del nivel práctico</i>	50
2.7	VALIDEZ	52
2.8	ÉTICA	52
2.9	CALENDARIO DE ACTIVIDADES	52
3	CAPÍTULO 3. HALLAZGOS Y DISCUSIÓN	54
3.1	RESULTADOS DE LA OBSERVACIÓN A CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA (ANTES DE APLICADA LA PROPUESTA)	54
3.2	RESULTADOS DE LA ENTREVISTA REALIZADA AL DOCENTE (ANTES DE APLICADA LA PROPUESTA)	55
3.3	RESULTADOS DE LA ENCUESTA REALIZADA A LOS ESTUDIANTES (ANTES DE APLICADA LA PROPUESTA)	58
3.4	PROPUESTA DE EJERCICIOS LÚDICO PEDAGÓGICOS PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES EN LOS GRADOS SEXTOS Y SÉPTIMOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA LAS AMÉRICAS DEL MUNICIPIO DE FLORIDA - VALLE	68

EJERCICIOS LÚDICO PEDAGÓGICOS PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA	7	
3.4.1	<i>Fundamentación de la propuesta</i>	69
3.4.2	<i>Descripción de los ejercicios lúdico pedagógicos</i>	69
	<i>Estudiantes liderando el calentamiento en el inicio de la clase</i>	70
3.4.3	<i>Aplicación de ejercicios lúdico pedagógicos</i>	92
3.5	VALORACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LOS EJERCICIOS LÚDICO PEDAGÓGICOS	94
3.6	RESULTADOS DE LA OBSERVACIÓN A CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA (DESPUÉS DE APLICADA LA PROPUESTA)	95
3.7	ENTREVISTA AL DOCENTE (DESPUÉS DE APLICADA LA PROPUESTA)	96
3.8	RESULTADOS DE LA ENCUESTA REALIZADA A LOS ESTUDIANTES (DESPUÉS DE APLICADA LA PROPUESTA)	99
3.9	RESULTADOS DEL P.N.I. [POSITIVO – NEGATIVO- INTERESANTE] APLICADO AL DOCENTE	103
3.10	RESULTADOS DEL P.N.I. [POSITIVO – NEGATIVO- INTERESANTE] APLICADO A LOS ESTUDIANTES	105
4	CAPÍTULO 4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	107
4.1	CONCLUSIONES	107
4.2	RECOMENDACIONES	109
5	BIBLIOGRAFÍA	110
6	ANEXOS	112

Lista de tablas

Tabla 1. Estrategia científico-metodológica que sustenta el enfoque “Integral Físico Educativo	30
Tabla 2. Descripción de la cantidad de estudiantes a evaluar por grado	49
Tabla 3. Cronograma	52
Tabla 4. Ejercicio 1: líderes en el calentamiento	70
Tabla 5. Ejercicio 2: desarrollo de capacidades físicas coordinativas	72
Tabla 6. Ejercicio 3: Ritmoterapia	73
Tabla 7. Ejercicio 4: Potenciando mis piernas	75
Tabla 8. Ejercicio 5: hago fuerte mi cuerpo.....	76
Tabla 9. Ejercicio 6: salto de cuerda con valores.....	78
Tabla 10. Ejercicio 7: captura la bandera.....	79
Tabla 11. Ejercicio 8: Wall ball	80
Tabla 12. Ejercicio 9: ponchado	82
Tabla 13. Ejercicio 10: “triqui”	83
Tabla 14. Ejercicio 11: balón pesado	85
Tabla 15. Ejercicio 12: balonmano	86
Tabla 16. Ejercicio 13: baloncesto.....	88

Tabla 17. Ejercicio 14: fútbol.....	89
Tabla 18. Ejercicio 15: voleibol.....	91
Tabla 19. Resultados PNI aplicado a los docentes	104
Tabla 20. Resultados del PNI aplicado a los estudiantes.....	105

Lista de gráficas

Gráfica 1. Edad de los alumnos encuestados	58
Gráfica 2. Grados que cursan los encuestados.....	58
Gráfica 3. Género al que pertenecen los educandos encuestados	59
Gráfica 4. Opinión sobre los desplazamientos al coliseo o estadio municipal para la realización de las clases de Educación Física.....	59
Gráfica 5. Niveles de satisfacción sobre la clase de Educación Física	60
Gráfica 6. Criterios sobre las instalaciones del colegio para la realización de la clase de educación física	61
Gráfica 7. Opiniones sobre el incremento del tiempo de la clase de educación física	62
Gráfica 8. Criterios sobre la cantidad de alumnos en la clase de Educación Física	63
Gráfica 9. Criterios sobre la alimentación que reciben antes de la clase de Educación Física.....	63
Gráfica 10. Criterios recogidos sobre el estado de los implementos deportivos con que cuenta el colegio.....	64
Gráfica 11. Criterios sobre el impacto de la Educación Física y el deporte en la vida.....	65
Gráfica 12. Criterio sobre las clases desarrolladas por el profesor a cargo del área de Educación Física y deportes	66
Gráfica 13. Criterios sobre las clases teóricas de Educación Física	66

Gráfica 14. Criterio sobre los ejercicios realizados	99
Gráfica 15. Niveles de satisfacción sobre las clases de Educación Física desarrolladas.....	99
Gráfica 16. Opiniones sobre el tiempo de duración de las sesiones de clase	100
Gráfica 17. Criterios sobre la organización y distribución de los grupos para la realización de los ejercicios durante la clase	101
Gráfica 18. Criterios sobre alimentación antes de la clase	101
Gráfica 19. Criterios sobre el impacto de los ejercicios lúdico-pedagógico en los estudiantes .	102
Gráfica 20. Criterios sobre las clases desarrolladas.....	103

Lista de figuras

Figura 1. Tributos de la educación física en los educandos.....	26
Figura 2. Fundadores I.E. Las Américas.....	48

Lista de anexos

Anexo A. Caracterización del contexto - colegio	112
Anexo B. Guía de observación a clases de Educación Física.....	123
Anexo C. Entrevista realizada al docente (antes de aplicada la propuesta).....	124
Anexo D. Encuesta realizada a los estudiantes (antes de aplicada la propuesta).....	125
Anexo E. Entrevista realizada al docente (después de aplicada la propuesta)	128
Anexo F. Encuesta realizada a los estudiantes (después de aplicada la propuesta)	129
Anexo G. P.N.I [positivo – negativo- interesante] aplicado al docente.....	131
Anexo H. P.N.I [positivo – negativo- interesante] aplicado a los estudiantes.....	132
Anexo I. Declaración de ética.....	133
Anexo J. Carta aceptación de trabajo de campo por la institución educativa Las Américas.....	134
Anexo K. Consentimiento informado.....	135
Anexo L. Carta aprobación del tutor.....	141

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo diseñar ejercicios lúdicos pedagógicos para potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje en los grados 6 y 7 de la Institución Educativa Las Américas en el área de Educación Física y Deportes. Para ello, se utilizan métodos del nivel teórico (analítico-sintético; inductivo-deductivo; enfoque sistémico) y del nivel práctico (la revisión documental, la observación científica, entrevista cualitativa, encuesta, técnicas abiertas y participativas). El procesamiento de los datos se realiza a partir del análisis de contenido.

La propuesta consta de 15 ejercicios: 5 destinados a los contenidos de gimnasia; 5 a los contenidos de juego y 5 a los contenidos de deporte. Su estructuración se realiza a partir de: competencias a desarrollar (básicas y específicas); objetivos; contenido de la Educación Física relacionado; esfera de incidencia en la personalidad del estudiante; descripción; orientaciones metodológicas y evaluación. En ella, se destacan la Ritmo terapia; el Wall Ball; el Triqui; el Balón pesado; el Balonmano; Baloncesto; Fustal; y el Voleibol, entre otros.

La valoración de los resultados recogidos de su implementación permite concluir que los ejercicios lúdicos pedagógicos posibilitaron potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje en los grados 6 y 7 de la Institución Educativa Las Américas en el área de Educación Física y Deportes. Por ello, es pertinente, viable, original, necesaria, flexible y puede ser aplicada a otros contextos próximos.

CAPITULO 1. INTRODUCCIÓN

El desarrollo impetuoso del mundo de hoy, los cambios y las demandas actuales (económicas, políticas, sociales, psicológicas y pedagógicas), el vertiginoso desarrollo de los juegos olímpicos de la era moderna, entre otros factores, han influenciado de manera significativa en el surgimiento, desarrollo y profundización de los estudios e investigaciones sobre la Educación Física y el Deporte.

La Educación Física constituye un aspecto esencial para la formación integral de la personalidad del individuo, constituye un proceso pedagógico encaminado al desarrollo de las habilidades y capacidades cognitivas, socio afectivas y físicas del individuo, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, la formación y mejoramiento de habilidades motrices, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de cualidades morales y volitivas.

Como proceso pedagógico, se orienta a la instrucción y la educación; aspectos que garantizan el dominio de la motricidad humana que el estudiante debe dominar para afianzar un conjunto de habilidades, capacidades motrices y conocimientos teórico-prácticos que facilitarán su desenvolvimiento en la vida personal, familiar y social.

Los estudios actuales de la Educación Física, la conciben como una disciplina científica, con carácter interdisciplinar, donde se integran las teorías del movimiento y las de la educación; se educa a partir de la motricidad humana; se da la unidad de la educación y la motricidad como aspectos esenciales de un hecho educativo-motor cuyo objeto de estudio es la relación físico-educativa.

En el presente estudio se asume un enfoque integral físico-educativo (Lopez, 2006), que

posibilita superar las contradicciones y limitaciones de las concepciones anteriores; se concibe la actividad física centrada en el ser humano (no en el movimiento), en el ser que se mueve, en sus limitaciones, fortalezas, intereses, motivaciones, aspiraciones, necesidades, etc.

La perspectiva asumida exige una proyección integradora del proceso docente-educativo de la Educación Física (Lagardera, 1988, citado por Castañer Camerino (1993); donde se prioriza la dimensión educativo-formativa de la acción pedagógica; se da la unidad de lo cognitivo, lo socio-afectivo y físico-motriz del ser humano, que posibilita el enriquecimiento consigo mismo, con las personas y el entorno que le rodea (Cecchini, J. A. en García Hoz, V., (1990).

El ejercicio físico constituye el medio fundamental de la Educación Física, se realiza con fines pedagógicos para influir positivamente en la formación integral del alumno (dimensión cognitiva, socio-afectiva, y físico-motriz); el desarrollo de la capacidad de rendimiento; la formación de la necesidad de la práctica sistemática del ejercicio físico y el deporte; la contribución a la formación del carácter y las convicciones; el desarrollo de los hábitos y las habilidades motrices agrupados en juego, gimnasia y deportes (Calderón, 2007; López, 2006, entre otros).

La lúdica es inherente a la vida de los seres humanos, constituye un aspecto esencial para su formación integral; se refiere a la necesidad que tienen los seres humanos de sentir, expresar, comunicar y producir emociones primarias, tales como reír, gritar, llorar, etc., orientadas hacia la entretención, la diversión, el esparcimiento, lo cual posee una limitada cantidad de formas (Colonia, 2001).

Se suele confundir la lúdica con solo juego, sin embargo ésta es mucho más que eso. Todo juego es lúdico, pero no todo lo lúdico es juego. La lúdica no se reduce o agota en los

juegos, va más allá, tiene una connotación general, mientras que el juego es más particular (Colonia, 2001).

Se debe orientar la clase de Educación Física hacia la utilización de variadas actividades lúdico-pedagógicas donde se concreten la instrucción y educación (Colonia, 2001), se estimule el desarrollo de conocimientos, habilidades motrices y deportivas, capacidades coordinativas y condicionales, de manera integrada.

Antecedentes

Como antecedentes de la temática que se estudia se destacan los aportes de diversos autores como Freinet (1896-1966), al abordar el papel del maestro en función de perfeccionar la organización material y la vida escolar, en colaboración con los alumnos. Según este autor, el docente debe permitir que cada uno se entregue al trabajo-juego que responda al máximo a sus necesidades y tendencias vitales. El profesor debe dedicarse menos a la enseñanza y más a dejar vivir, a organizar el trabajo, a no obstaculizar el impulso vital del niño.

También se coincide con Dewey (1859-1952), uno de los creadores de la Escuela Nueva que preconizaba el aprendizaje centrado en el niño (paidocentrismo), el respeto por los ritmos individuales de aprendizaje; la autoconstrucción del conocimiento y el cambio del rol del maestro; el trabajo en grupos, entre otros aspectos. Para Dewey la escuela debería preparar a los jóvenes para el trabajo, la actividad práctica y para el ejercicio de la competencia.

De Piaget (1896-1980), se asume la crítica que hace a la escuela tradicional que enseña a copiar y no a pensar. Consideraba que, para obtener buenos resultados, el profesor debía respetar las leyes y las etapas del desarrollo del niño y el objetivo de la educación no debería ser repetir o conservar verdades acabadas, sino aprender por sí mismo.

De Bruner (1977), representante del paradigma cognitivo, se asume lo relacionado con las metas de la educación, que debía desarrollar en el alumno el aprender a aprender y enseñar a pensar; así como la necesidad de la instrucción entendida como la exposición de un cuerpo de conocimientos que el alumno capta, transfiere y transforma. La enseñanza debe ayudar al alumno que alcance el máximo de sus potencialidades.

De Vigotski (1896-1934), representante del paradigma sociocultural, se asume su “Teoría Sociocultural”. De esta concepción se asume lo relacionado con la necesidad de promover el desarrollo sociocultural y cognoscitivo del alumno. Articular los procesos psicológicos y los factores socioculturales.

En esta concepción del alumno es un ente activo, social, protagonista y producto de las múltiples interacciones sociales en que se ve involucrado a lo largo de su vida escolar y extraescolar. Reconstruye el conocimiento. En este contexto, el docente es un experto, guía, tutor y modelo, enseña en una situación interactiva, promoviendo la zona de desarrollo próximo desde la directividad a la no directividad. Es un facilitador, conduce al educando de niveles inferiores a superiores de zona de desarrollo próximo. Propicia la participación, comunicación, retroalimentación. Es un observador empático.

En este sentido, la categoría zona de desarrollo próximo se asume como la distancia entre el nivel de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con un par más capacitado.

En la investigación, el trabajo con la zona de desarrollo próximo, en el entorno de las clases de Educación Física, posibilita la socialización de los estudiantes, el desarrollo de sus

funciones psíquicas superiores; la adquisición de los conocimientos sobre la práctica deportiva; la formación de valores y la interacción con diversos contextos sociales como la familia y la comunidad.

Desde el punto de vista de la Educación Física, se asumen las concepciones desarrolladas por Cagigal (1972); Cecchini (citado por García, 1990); Lagardera (1988, citado por Castañer, 1993); Salas (2014); Calderón (2007); López (2006), entre otros.

Desde el punto de vista de la Educación Física, se asumen las concepciones desarrolladas por (Colonia D. , 2001).

José Antonio Torres (2004), utiliza estrategias de libre experimentación motriz, de solución de movimientos y de didáctica cooperativa son algunas de las propuestas que recoge el educando.

Las autoras Tatiana Gómez Rodríguez, Olga Patricia Molano y Sandra Rodríguez Calderón (2015), implementan actividades lúdicas utilizadas como estrategia pedagógica para fortalecer el aprendizaje de los niños de la Institución Educativa Niño Jesús de Praga en Ibagué.

1.1 Descripción del problema

El carácter cambiante de las circunstancias socio históricas, así como de las necesidades y motivaciones, que movilizan al ser humano, demandan de un redescubrimiento continuo y más si se trata, del proceso cognitivo, motriz y socio afectivo que conlleven formación integral del estudiantado, en una época en donde tienen tanta influencia tienen los medios de comunicación masiva y las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones, las cuales instituyen modas, afianzan tendencias e imponen nuevos modos de concebir las relaciones sociales.

1.2 Justificación del problema

La presente investigación surge por la necesidad de implementar ejercicios lúdico-pedagógicos en la Institución Educativa Las Américas entidad del estado, ubicada en Florida Valle, donde se constata una dirección tradicional en los procesos de enseñanza aprendizaje de la clase de Educación Física:

- Son escasas las actividades dirigidas a la formación integral del estudiante.
- Se da atención prioritaria a los aspectos físico-motrices y fisiológicos.
- Se plantean ejercicios rutinarios o tareas poco variadas y en un orden riguroso.
- La conducta del profesor es directiva y autoritaria.
- El alumno es objeto de enseñanza.
- La relación alumno-profesor es autoritaria e impuesta.
- Se utilizan formar organizativas preestablecidas, con todo el grupo.
- Es insuficiente el uso de materiales e implementos deportivos, entre otros aspectos.

En relación con lo anterior, la presente investigación pretende solucionar el siguiente

problema científico: ¿Cómo potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje en el área de Educación Física y Deporte en los grados 6 y 7 de la institución educativa Las Américas?

1.3 Objetivos del estudio

1.3.1 Objetivo general

Diseñar ejercicios lúdicos pedagógicos para potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje en los grados 6 y 7 de la Institución Educativa Las Américas en el área de Educación Física y Deportes.

1.3.2 Objetivos específicos

- Diagnosticar el estado actual de los procesos de enseñanza aprendizaje de la Institución Educativa Las Américas en los grados 6 y 7.
- Elaborar ejercicios lúdicos pedagógicos para potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje de la Institución Educativa Las Américas en los grados 6 y 7 en el área de Educación física y Deportes.
- Implementar la propuesta lúdica pedagógica para potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje de la Institución Educativa Las Américas en los grados 6 y 7 en el área de Educación física y Deportes.
- Valorar los resultados de los ejercicios lúdico pedagógicos para potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje en el área de Educación física y Deportes en la IE Las Américas.

1.4 Relevancia del estudio

Como una mirada, hacia la transformación del proceso de enseñanza aprendizaje en el área de Educación Física y Deportes, es imprescindible tomar la lúdica como estrategia pedagógica, para el potenciar el desarrollo integral del aprendiz; generar aprendizajes significativos; desarrollar la capacidad de rendimiento; el desarrollo de la necesidad de la práctica sistemática del ejercicio físico y el deporte; y la contribución a la formación del carácter y las convicciones, todo ello, partiendo de las necesidades, intereses de los niños(as). Tomando como referencia el contexto de actuación.

1.5 Limitaciones del estudio

- La falta de actualización de los registros de los educandos cuando realizan actividades recreativas, físicas y deportivas en el contexto estudiado.
- El período de tiempo de recolección de la información, el cual comprende seis meses de duración a partir de septiembre de 2018.

1.6 Definición de conceptos importantes

1.6.1 Educación Física

Para delimitar conceptualmente el término Educación Física, parece lógico comenzar por analizar brevemente el término educación. En el concepto de educación no existe unanimidad de criterios, así etimológicamente “educación”, para alguna deriva del verbo latino educare, que significa “criar, nutrir o alimentar, proteger, enseñar; y otros del verbo exducere, que significa “dirección desde dentro hacia fuera”. La educación es “el arte, ciencia, sistema o técnica de ayudar al individuo al desarrollo de sus facultades para el diálogo con la vida y consiguiente cumplimiento de su propio fin” (Cagigal, 1972).

En la investigación se asume

La educación como un proceso conscientemente organizado, dirigido y sistematizado sobre la base de una concepción pedagógica determinada, que se plantea como objetivo más general la formación multilateral y armónica del educando para que se integre a la sociedad en que vive, contribuye a su desarrollo y perfeccionamiento. El núcleo esencial de esa formación debe ser la riqueza moral. (Esteva et. al., 2002, p. 3, citado por Ortiz, 2012)

Concepción que posibilita formar integralmente al individuo.

También se asume como la disciplina que se ocupa de la enseñanza y del aprendizaje de

los diferentes campos de la actividad física. Su finalidad consiste en promover el desarrollo corporal y en divulgar los beneficios que se obtienen con su práctica.

El proceso educativo, por otra parte, constituye una unidad de influencias que abarca todas las esferas del desarrollo del educando: afectivas, volitivas, cognitivas, físicas, este proceso tiene lugar en la escuela, pero pueden encontrarse alternativas no escolarizadas, aunque vinculadas a esa institución. El proceso educativo está integrado por diversos tipos de actividades, que son al mismo tiempo instructivas, desarrolladoras y formativas (Esteva et. al., 2002, citado por Ortiz, 2012).

La Educación Física, según Cecchini (citado por García, 1996) es ante todo y sobre todo educación, es una dimensión particular del fenómeno educativo, un proceso de relación físico-educativa. La Educación Física pretende un enriquecimiento de la persona en relación consigo mismo, con otras personas y con el mundo que le rodea, se relaciona con el ámbito pedagógico; de enseñanza y aprendizaje, donde se involucran el docente, el alumno y el grupo, en un contexto determinado.

Es difícil definir el término de Educación Física pues abarca muchos aspectos y existe una gama amplia de conceptualizaciones. Para la época de la civilización griega, el filósofo Platón la definió como “una disciplina cuyos resultados no se limitan solo al cuerpo, sino que pueden proyectarse aún al alma misma” (Conceptos básicos de educación física, s.f.).

Diferentes autores y escuelas que han profundizado en esta ciencia la han definido de forma diferente en función de su posicionamiento, así se pueden destacar algunas definiciones de Educación Física como:

- “Educación del cuerpo” (Naturalismo).

- “Educación del movimiento” (escuelas gimnásticas).
- “Educación por el movimiento” (Jean Le Boulch).
- “Educación de las conductas motrices” (Parlebas).
- “Educación del hombre corporal” (José M^a Cagigal).
- “Educación a través del cuerpo y su actividad motriz para contribuir al desarrollo personal y a una mejora en su calidad de vida”.

En esta investigación se asume el concepto de Jorge Salas (2006), que plantea que:

La Educación Física es la educación de la salud, del cuerpo-mente, se deben enseñar los valores para que el alumno futuro, tenga los conocimientos mínimos que le permitan cuidar su cuerpo y mantener su salud, y formarse integralmente como persona”, este autor añade también que "la Educación Física tiene que dar las bases motoras comunes a todos los deportes y ejercicios físicos, a fin de que los alumnos, si deciden ser deportistas de competición, lleguen con unos conocimientos motores básicos a todos los deportes.

La Educación Física constituye un proceso pedagógico interdisciplinar importante para la formación integral de la personalidad del individuo. En este estudio se asume la pedagogía como la ciencia de la educación del hombre. Estudia los fines, el contenido, los medios, los métodos de la actividad educativa y el carácter de los cambios que sufre el hombre en el curso de la educación (Savin, 1990).

Como ciencia de la educación, la pedagogía, se encarga de estudiar los procesos de instrucción y de formación integral de la personalidad del individuo, sobre la base de la concepción científica del mundo. Abarca, además, a todos los fenómenos que se manifiestan en el proceso docente - educativo, para el cual establece leyes y principios que rigen su desarrollo.

Posee nexos con otras ciencias o disciplinas científicas como la didáctica, teoría de la educación, metodología de enseñanza y la metodología de la Educación Física y el entrenamiento deportivo (Labarrere, 1991).

La Educación Física, como proceso, es dinámico, organizado, sistemático y premeditado, constituyendo un particular proceso de enseñanza – aprendizaje por las actividades y las tareas que en él se desarrollan, pero simultáneamente es docente – educativo por sus intenciones y finalidades.

Como un proceso pedagógico se encamina al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, la formación y mejoramiento de habilidades motrices, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de cualidades morales y volitivas.

Contribuye a la formación integral del individuo, a la instrucción y la educación; aspectos que garantizan el dominio de la motricidad humana que el estudiante debe dominar para afianzar un conjunto de habilidades, capacidades motrices y conocimientos teóricos que facilitarán su desenvolvimiento en la vida social y familiar. El proceso instructivo, en este ámbito, se refiere básicamente al sistema de información, a los conocimientos y a los procedimientos que los estudiantes deben alcanzar en función de la concepción curricular en que se inserten (Esteva et. al., 2002, citado por Ortiz, 2012).

Según E. Drenkov, citado por Calderón (2007), la Educación Física tributa en los educandos de la forma siguiente:

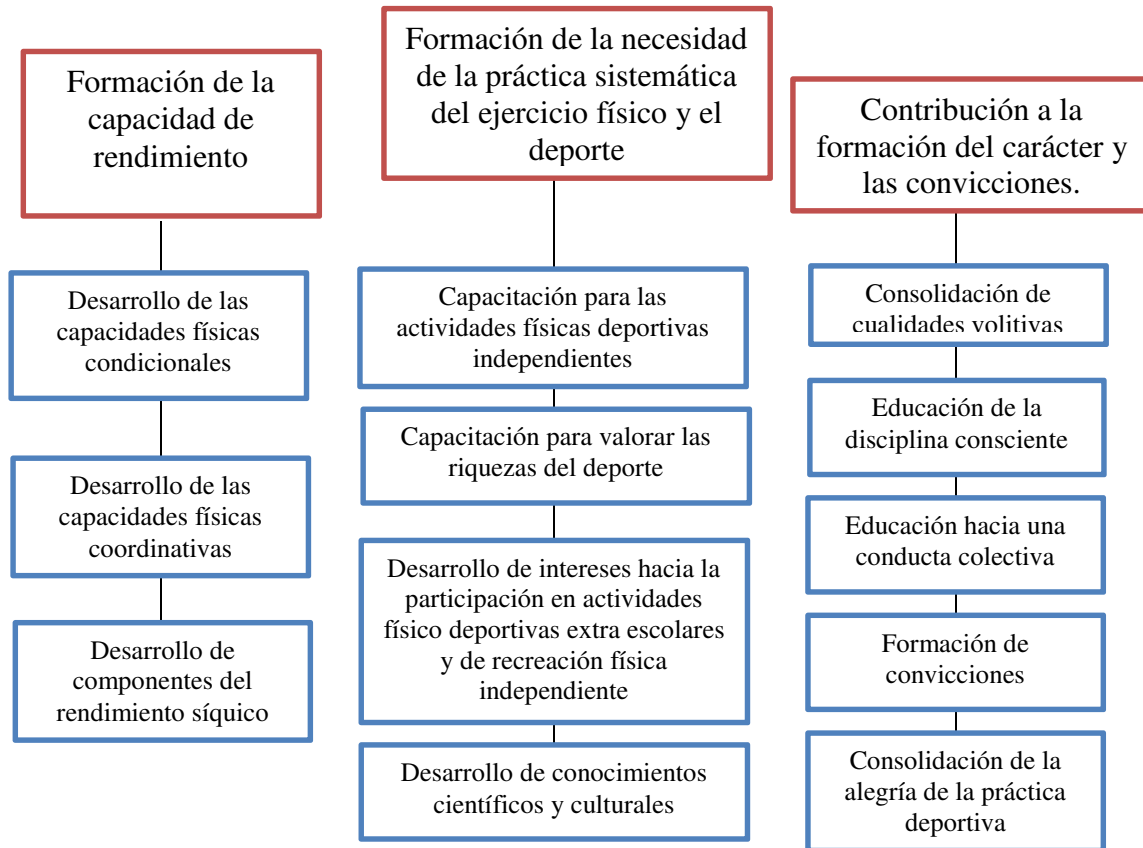


Figura 1. Tributos de la educación física en los educandos

Fuente: E. Drenkov, citado por Calderón (2007).

Las esferas a las cuales va dirigida la influencia de la Educación Física son: la esfera cognitiva (conocimientos teóricos, capacidad de análisis y síntesis, creatividad, etc.), la esfera motriz (capacidades físicas y habilidades motrices), y la esfera social-afectiva (sentimientos, normas de conducta, convicciones, formación de valores, etc.) (Calderón, 2007; López, 2006).

La Educación Física requiere de una correcta organización y dirección por parte del profesor, el cual, con plena consciencia de su papel facilitador, formador, educador, mediador, conductor o guía, hace uso de los resultados de las ciencias pedagógicas para facilitar, dirigir y conducir el aprendizaje y desarrollo integral de los estudiantes.

En este contexto, el alumno es el verdadero protagonista del proceso y las leyes que explican su aprendizaje constituyen los preceptos que deben guiar la enseñanza, el aprendizaje. Por su propia esencia, este proceso se caracteriza por su carácter social, individual, activo, comunicativo, motivante, significativo, cooperativo, consciente y transformador, en el que sus conducciones están presentes tres componentes fundamentales: la orientación, la ejecución y el control.

Como ciencia de la educación, la Educación Física influye de manera positiva en el comportamiento social de la personalidad del individuo. De ella se deriva, como ciencia especializada, la teoría y metodología de la Educación Física y el entrenamiento deportivo, para atender las especificidades metodológicas de la praxis de cada uno de estos procesos.

La Pedagogía de la Educación Física y el Deporte, al ser reconocida como una ciencia independiente posee su propio objeto de estudio, su contenido delimitado, un sistema categorial determinado, un sistema general de principios, acorde con la base teórica que le sirve de sustentación. Posee bien definidas sus relaciones con otras ciencias auxiliares. Una fundamentación filosófica, que le sirva como base teórica y metodología general de sus postulados.

Según Cecchini (citado por García, 1996), las concepciones epistemológicas actuales que intentan delimitar el campo de conocimiento científico de la Educación Física, giran en torno a dos variables esenciales: Educación y Movimiento humano. Si el foco de atención se dirige al estudio de la motricidad humana, se sitúa en la perspectiva de las Ciencias del Movimiento Humano, si por el contrario, se traslada el centro de interés en la relación educativa, se sitúa en el campo de las Ciencias de la Educación.

Los trabajos más recientes en el campo de la Teoría y Metodología de la Educación Física, se pueden clasificar en dos grandes grupos:

- Objeto de estudio: **Motricidad Humana.**
- Objeto de estudio: **Relación físico – educativa.**

El fenómeno físico-educativo como objeto de una Educación Física integral, es reafirmado también por Cagigal (1972) al considerarla una educación del hombre (ámbitos cognoscitivos, afectivos y motores) por medio del movimiento.

En este proyecto se asume un enfoque integral físico educativo, que atiende los siguientes aspectos: el carácter multilateral integral; la motivación y creación de un estado psíquico favorable para el desarrollo de la clase; la atención a las diferencias individuales de los alumnos en la labor colectiva del aprendizaje y el establecimiento de los niveles de ayuda; la contribución al desarrollo de un pensamiento productivo en los escolares mediante actividades físico deportivas, además, de adecuada organización y dirección del material de clase con la respectiva autoevaluación (Lopez, 2006).

La concepción asumida es coherente con lo aportado por Salas (2006), al plantear que la Educación Física es educación a través del cuerpo y su actividad motriz para contribuir al desarrollo personal y a una mejora en su calidad de vida. Aspectos que direccionan el accionar pedagógico del proceso hacia el cuerpo, la actividad motriz, el desarrollo personal integral y la creación de hábitos de vida saludables en los alumnos.

La Educación Física constituye un proceso pedagógico interdisciplinar en el que se integran las teorías del movimiento y las de la educación; se educa con el empleo de la

motricidad humana; se da la unidad de la Educación y Motricidad Humana como aspectos esenciales de un hecho educativo y motor.

La clase, en este contexto, constituye la forma fundamental de organización del proceso de enseñanza-aprendizaje. Es donde se dan las condiciones necesarias para la instrucción y la educación, en un proceso único. Y permite desarrollar en los alumnos las capacidades perceptivo-motrices, físico-motrices, cognoscitivo-motrices, afectivas, así como formar actitudes, valores y normas. Es el contexto donde se materializan todas las intenciones y finalidades, las actividades y tareas concebidas.

La síntesis de la concepción asumida, se expresa la estrategia científico-metodológica que sustenta el enfoque “Integral Físico Educativo”, aportado por Alejandro López: (ver tabla 1).

Tabla 1.***Estrategia científico-metodológica que sustenta el enfoque “Integral Físico Educativo”***

FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA	Ciencias de la Educación. Epistemología de la Educación Física.
ORIENTACIÓN PEDAGÓGICA	El enfoque histórico - cultural como fundamento de la concepción pedagógica.
OBJETO DE ESTUDIO	El fenómeno físico – educativo en su contexto histórico – social
OBJETIVO	Contribución de la Educación Física a la formación integral de la personalidad y al mejoramiento de la calidad de vida.
CONCEPTO DE SALUD	Bienestar físico y psicosocial de las personas
RASGO ESENCIAL	El alumno, su aprendizaje y motivación y las interacciones grupales como eje del proceso de enseñanza – aprendizaje.
CONTENIDOS FUNDAMENTALES	Tareas motrices significativas, simples y complejas, individuales y grupales, de solución de problemas en situaciones de juego, en correspondencia con el desarrollo de los alumnos.
RELACIÓN PROFESOR –ALUMNO	Relación Sujeto – Sujeto en un marco de comunicación y colaboración cognitivo – afectiva.
CONCEPCIÓN DE LA EVALUACIÓN	Integral: heteroevaluación, autoevaluación y evaluación recíproca
VÍA FUNDAMENTAL DE INVESTIGACIÓN	Investigación acción participativa.

Fuente: López (2006).

1.6.2 Ejercicio físico

Dentro de la concepción asumida un lugar importante lo ocupa el ejercicio físico. Constituye el medio fundamental de la Educación Física que se diferencia del resto de los movimientos que realiza el hombre en que son seleccionados con fines pedagógicos para influir positivamente en el desarrollo de capacidades físicas, los hábitos y las habilidades motrices agrupados en juego, gimnasia y deportes.

Gimnasia: es una forma de ejercicio físico caracterizada por actividades y por ejercicios sistemáticos que persiguen fines muy determinados de tipo terapéutico, educativo o competitivo.

Deporte: es toda aquella actividad física que tiene una finalidad competitiva y está sujeta

a unas normas fijas. También se suele incluir en esta categoría a diferentes actividades realizadas al aire libre con un carácter lúdico.

Según Grosser (1992), el ejercicio físico “es un movimiento que requiere un proceso complejo y orientado en un objetivo”. Según estos autores, los elementos definidores de los ejercicios físicos quedan centrados en tres aspectos fundamentales:

1. Orientación consciente hacia un objetivo persiguiendo el cumplimiento de una tarea motriz en la que los aspectos cognitivos figuran en un primer plano.
2. Complejidad de condiciones anatómicas y energéticas, de procesos de dirección y regulación fisiológica y cognitiva.
3. Presencia de retroalimentaciones constantes de los movimientos realizados, así como del resultado de la actividad.

Martín (1995, citado por Hellin, s.f., p. 18), al respecto, considera que es preciso que los objetivos pretendidos por los ejercicios físicos estén orientados a encontrar un fin en el propio cuerpo, ya sea mediante la mejora de la condición física, la recreación, la mejora de la salud o la rehabilitación de una función motora perdida. Tal es el caso de las actividades lúdicas (juegos) y/o deportivas. Por tanto, frente a esta visión puramente estructural del ejercicio físico, encontramos manifestaciones de ejercicios físicos donde el procesamiento cognitivo de la información y la elaboración de respuestas constituyen al sujeto en un elemento activo dentro de la propia actividad, de tal forma que es capaz de construir su propia capacidad de movimiento.

En este proyecto se asume el ejercicio físico como toda aquella actividad físico-recreativa ejecutada con una intensidad, media, baja o alta de múltiples ejercicios, que contribuye a la

formación integral, de la que se obtiene una vivencia placentera, un estilo de vida comunicativo, creativo y social de las prácticas corporales.

Es referido a todo tipo de actividad física que cumple una serie de requisitos como son:

- Implica la realización de un esfuerzo físico.
- Se realiza de forma sistemática, es decir, con continuidad.
- Debe estar previamente planificado para conseguir determinados objetivos.
- Bien pensado influye en la formación integral del individuo, mejora la condición física y la salud.

1.6.3 Lúdica

La lúdica constituye un aspecto esencial para una formación integral y hace parte de la dimensión del desarrollo humano, se refiere a la necesidad que tenemos los seres humanos de sentir, expresar, comunicar y producir emociones primarias, tales como reír, gritar, llorar, etc., orientadas hacia la entretención, la diversión, el esparcimiento, lo cual posee una diversa cantidad de formas (Colonia, 2001).

Bolívar (1999, p. 2 y 3), al respecto, apunta que:

La lúdica se asume aquí como una dimensión del desarrollo humano, como una parte constitutiva del hombre, como otras dimensiones históricamente más aceptadas: la cognitiva, la sexual, la comunicativa” (...)“La lúdica se constituye como un factor decisivo para enriquecer o empobrecer dicho desarrollo, pudiendo afirmarse que a mayores posibilidades de expresión y satisfacción lúdica corresponden mejores posibilidades de salud y bienestar y, por tanto, a ambientes que limiten la expresión lúdica, corresponden personas con carencias significativas en el desarrollo humano, tanto así como si se reprime

o bloquea la sexualidad y el conocimiento.

Como dimensión del desarrollo humano fomenta el desarrollo psicosocial, la adquisición de saberes, la conformación de la personalidad, es decir, encierra una gama de actividades donde se cruza el placer, el goce, la actividad creativa y el conocimiento. La lúdica es más bien una condición, una predisposición del ser frente a la vida, frente a la cotidianidad. Es una forma de estar en la vida y de relacionarse con ella en esos espacios cotidianos en que se produce disfrute, goce, acompañado de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias con el juego la danza, el sentido del humor, el arte y otra serie de actividades (sexo, baile, amor, afecto), que se produce cuando interactuamos con otros, sin más recompensa que la gratitud que producen dichos eventos (Colonia, 2001).

Es una manera de vivir la cotidianidad, es decir, sentir placer y valorar lo que acontece percibiéndolo como acto de satisfacción física, espiritual o mental. La actividad lúdica propicia el desarrollo de las aptitudes, las relaciones y el sentido del humor en las personas (Jiménez, 2002)

La lúdica es un procedimiento pedagógico en sí mismo. La metodología lúdica genera espacios y tiempos lúdicos, provoca interacciones y situaciones lúdicas. Se caracteriza por ser un medio que resulta en la satisfacción personal a través del compartir con la otro edad (Motta, 2004).

Es imprescindible la modernización del sistema educativo para considerar al estudiante como un ser integral, participativo, de manera tal que lo lúdico deje de ser exclusivo del tiempo de ocio y se incorpore al tiempo efectivo de y para el trabajo escolar (Waichman, 2000).

Lo lúdico no se limita a la edad, tanto en su sentido recreativo como pedagógico. Lo

importante es adaptarlo a las necesidades, intereses y propósitos del nivel educativo. En ese sentido, el docente de Educación Física debe desarrollar la actividad lúdica como estrategias pedagógicas respondiendo satisfactoriamente a la formación integral del niño y la niña.

La lúdica es una dimensión del desarrollo humano que fomenta el desarrollo psicosocial, la adquisición de saberes, la conformación de la personalidad, es decir, encierra una gama de actividades donde se cruza el placer, el goce, la actividad creativa y el conocimiento (Torres, 2004).

Es algo inherente a la vida no solo de los seres humanos sino también de los animales, plantas y otros seres vivos. Se suele confundir la lúdica con solo juego. En el diccionario aparece textualmente como “Relativo al juego”, dándole un carácter sinónimo que no trasciende, pues, “Al parecer todo juego es lúdico, pero no todo lo lúdico es juego. El ludismo no se reduce o agota en los juegos, va más allá, trascendiéndolos con una connotación general, mientras que el juego es más particular”. (Colonia, 2001).

Motta (2004, p. 23 y 24), al respecto, plantea que: “La lúdica nos permite imaginar, percibir, encontrar, relacionar, abstraer, encontrar. El ser lúdico es consciente que para formarse tiene que saber aprender a cada instante. La clave del paradigma es aprender a aprender”, este autor deja claro que lúdica como concepto va más allá de juego, ejercicio y distracción.

En este mismo sentido, Fullea (2001, p. 8), coincide en plantear que "Así alcanzamos a ver el juego como un tipo “sui géneris” de actividad lúdica que garantiza la obtención de placer mediante la satisfacción de la necesidad de desarrollo".

Bolívar (1999, p. 3), coincide con esta concepción al plantear que “...la lúdica posee una gran cantidad de formas, medios o satisfactores, de los cuales el juego es tan sólo uno de ellos”.

La lúdica hace parte de la dimensión del desarrollo humano, se refiere a la necesidad que tenemos los seres humanos de sentir, expresar, comunicar y producir emociones primarias, tales como reír, gritar, llorar, etc., orientadas hacia la entretención, la diversión, el esparcimiento, lo cual posee una limitada cantidad de formas. Orientamos la clase de Educación Física constituida por el acto pedagógico a través del cual se concretan la instrucción y educación, así como las estrategias docentes educativas dentro del diseño curricular (Colonia, 2001).

Lúdico motriz: a partir de su motricidad el ser humano estructura sus relaciones con el mundo, en procesos de adaptación, sobrevivencia, producción, y como elemento generador de creatividad, de uso estético, deportivo, lúdico y recreativo. Son innumerables las invenciones de juegos, deportes, danzas o múltiples modalidades de expresión motriz, propias de cada cultura y cada sociedad en un momento histórico determinado. (Ministerio de Educación Nacional [MEN], 2010).

1.6.4 Juego

El juego es una actividad inherente al ser humano, constituye un aspecto esencial de la vida de las personas, sin embargo, no es una actividad exclusiva de éstas.

Etimológicamente, se dice que la palabra juego proviene de dos vocablos del latín: “*iocum* y *ludus-lucere*”, que hacen referencia a broma, diversión, chiste, constituye un aspecto esencial dentro de la metodología lúdica.

El diccionario Pequeño Larousse Ilustrado define la palabra **Juego**, como "n.m. (lat. *iocum*, broma, diversión) Acción de jugar. Cualquier actividad que se realice con el fin de divertirse, generalmente, siguiendo determinadas reglas. Conjunto de piezas semejantes que se complementan en el uso: juego de cama. Conjunto de objetivos necesarios para jugar un juego

determinado; un juego de damas. Articulación o manera de estar unidas dos cosas, de modo que sin separarse tengan cierto movimiento. Hacer el juego a alguien, secundarle en la realización de alguna cosa (Diccionario El Pequeño Larousse, 1998).

Como puede notarse la definición de juego es amplia, tiene un significado diferente según el idioma que lo utilice; la conceptualización unívoca es difícil, no está en la palabra, sino en su contenido, o sea, la palabra no conduce a las explicaciones del término totalmente, esa tarea es mucho más compleja.

Para los antiguos griegos significaba la acción característica de las primeras edades, para los hebreos era chiste o risa, para los rusos equivale a recreación, para los romanos alegría, a los alemanes les significa movimiento que produce satisfacción y en otros contextos el juego es juego, gozo, placer, peligro, aventura, riesgo y suerte, mediante una actividad determinada.

La bibliografía que estudia el juego es numerosa y en general ha sido realizada por psicólogos, sociólogos, pedagogos, filósofos, o médicos, que desde su óptica tratan de encontrar una explicación relacionada con las causas del surgimiento de esta actividad.

El juego constituye un aspecto esencial para la formación integral del ser humano y un espacio importante mediante el cual los niños tienen la oportunidad de ejercitar las formas de conducta y los sentimientos que corresponden a la cultura en que viven. Constituye una forma de cultura que satisface necesidades básicas de movimiento, diversión, esparcimiento, etc., tiene carácter educativo, es una actividad lúdica que produce disfrute, goce, distensión.

El juego es la vida misma del niño (Zapata, 1989). El niño juega porque lo disfruta, lo necesita; así evoluciona y estructura su personalidad. Por medio del juego el niño busca conocer el mundo que lo rodea y es vital para su crecimiento y desarrollo. En el mundo real, el niño

siente el deseo de aprender de los demás y el juego es ese medio que se lo permite, aquí él crea y libera fantasías y es aquí donde establece comunicación y relación en su ámbito social.

Para Jean Piaget (1978), el juego es una intensa actividad lúdica, que se relaciona con la necesidad de moverse y socializarse. El juego simbólico es la asimilación de lo real al yo y a sus deseos para evolucionar hacia los juegos de construcción y de reglas que señalan una objetividad del símbolo y una socialización del yo.

Según Bruner (1977), el entorno ofrece al niño las posibilidades de desarrollar sus capacidades individuales mediante el juego, mediante el “como si”, que permite que cualquier actividad se convierta en juego. Para Vygotsky, el niño ve la actividad de los adultos que lo rodean, la imita y la transforma en juego y a través del mismo adquiere las relaciones sociales fundamentales.

En la adolescencia, por sus propias características, el juego cobra gran relevancia, el cual debe estar permeado de situaciones reales y de un mundo de fantasías que sean significativas y se relacionen con la situación social de desarrollo planteada por Vigotski, y desarrollada por Bozhovich en su libro “La personalidad y su formación en la edad infantil”.

Según Bozhovich (1976), define la situación social de desarrollo como:

Aquella combinación especial de los procesos internos del desarrollo y de las condiciones externas, que es típica en toda etapa y que condiciona, también, la dinámica del desarrollo psíquico durante el correspondiente período evolutivo y las nuevas formaciones psicológicas, cualitativamente peculiares que surgen hacia el final de dicho período. (p. 123)

En la conceptualización de juego se destacan determinadas características particulares:

Es una actividad libre: es un acontecimiento voluntario, se dice que nadie está obligado a participar. Tiene limitaciones espacio-temporales, establecidos de antemano o improvisados en el momento del juego. Tiene un carácter incierto. Es una actividad creativa, espontánea y original cuyo resultado varía constantemente, lo que hace presencia de la incertidumbre que cautiva a todos los participantes.

Tiene una finalidad en sí misma, es gratuita, desinteresada e intrascendente. Se desarrolla en un mundo ficticio, es como un juego narrado, alejado de la vida cotidiana, un continuo mensaje simbólico. Es una actividad convencional, es el resultado de un acuerdo social establecido entre los jugadores quienes diseñan el juego, su orden interno, su dinámica y sus reglas.

El juego constituye un recurso pedagógico multifacético importante para potenciar el aprendizaje del estudiante, tiene un gran valor educativo para desarrollar su dimensión cognitiva, socioafectiva, volitiva y físico-motriz; para el desarrollo de su independencia y autonomía. Es un recurso valioso para el desarrollo del individuo como ser bio-sico-social.

Juego de calentamiento: el calentamiento es un conjunto de ejercicios, de juegos o de ejercicios jugados realizados en la parte inicial de cualquier clase de Educación Física, sesión de entrenamiento o incluso de una competición, de forma que el organismo transita de un estado de reposo relativo a un estado de actividad determinado, y prepara al organismo para posteriores esfuerzos más exigentes, favorece el rendimiento y evita posibles lesiones, disponiendo así de la máxima energía para un total aprovechamiento y disfrute de la actividad.

1.6.5 Ejercicios lúdicos pedagógicos

En la investigación se asume por ejercicios lúdicos pedagógicos toda actividad física que

genere movimientos corporales, ejecutados a una intensidad baja, media o alta de variados ejercicios; satisfaga necesidades de los seres humanos tales como sentir, expresar, comunicar y producir emociones primarias (reír, gritar, llorar, etc.); integre competencias básicas y específicas; propicie la formación de la capacidad de rendimiento, la necesidad de la práctica sistemática del ejercicio físico y el deporte; la formación del carácter y las convicciones; se orienten a la entretención, recreación, diversión, esparcimiento entre otros aspectos; generando un impacto positivo en la formación integral del educando (dimensión cognitiva, socio-afectiva y físico-motriz); en su instrucción y educación.

Los ejercicios lúdico-pedagógicos implican la realización de un esfuerzo físico sistemático y continuado; deben estar previamente planificados en relación a las características del aprendiz para conseguir determinados objetivos, se deben orientar a la salud y a la creación de estilos de vida sanos y saludables.

1.7 Marco legal y normativo

El proyecto se sustenta en la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de la Unesco al apuntar que:

- La práctica de la Educación Física y el Deporte como un derecho fundamental para todos. Todas las partes interesadas deben participar en la creación de una visión estratégica que determine las visiones y prioridades en materia de políticas. La Educación Física y el Deporte constituyen un elemento esencial de la educación permanente dentro del sistema global de educación. Los programas de educación física y deporte deben responder a las necesidades individuales y sociales.

- La enseñanza, el encuadramiento y la administración de la Educación Física y el Deporte deben confiarse a un personal calificado. Para la Educación Física y el Deporte son indispensables instalaciones y materiales adecuados. La investigación y la evaluación son elementos indispensables del desarrollo de la Educación Física y el Deporte. La salvaguardia de los valores éticos y morales de la Educación Física y el Deporte debe ser una preocupación permanente para todos.
- La información y la documentación contribuyen a promover la educación física y el deporte. Los medios de comunicación de masas deberían ejercer una influencia positiva en la Educación Física y el Deporte. Las instituciones nacionales desempeñan un papel primordial en la educación física y el deporte. La cooperación internacional es una de las condiciones previas del desarrollo universal y equilibrado de la educación física y el deporte. (UNESCO, 1978)

Se asumen los criterios aportados por el documento de la UNESCO, titulado: “La Educación Física de calidad guía para los políticos responsables” (UNESCO, 2015), estos criterios son:

- Construir un contexto normativo de Educación Física de Calidad
- Contribuir a la formación de ciudadanos sanos, capaces y activos (importancia de la alfabetización física).
- Desarrollar la Educación Física en contextos de emergencias.
- Garantizar un enfoque inclusivo: Genero. Discapacidad. Grupos minoritario.
- Construir una visión de Educación Física de Calidad.

- Flexibilidad curricular.
- Alianzas comunitarias.
- Seguimiento y garantía de la calidad.
- Formación del profesorado, suministro y desarrollo.
- Instalaciones, equipos y recursos.
- Defensa de la acción.

A nivel nacional, el proyecto se sustenta en todo lo abordado por el Ministerio de Educación Nacional (MEN) en el marco de su Plan de Desarrollo desde el 2003, bajo la coordinación de la asociación de facultades de educación, que aparece trabajando en el mejoramiento de la calidad de la educación, basado en la definición de unos estándares básicos que pretenden desarrollar en los niños, niñas y jóvenes, las competencias y habilidades necesarias que exige el mundo contemporáneo para vivir en sociedad. Para esto se implementaron los estándares básicos de competencias en la educación física, que se manifiesta en un saber hacer o actuación frente a tareas que plantean exigencias específicas; es decir, el saber hacer en contexto (Ministerio de Educación Nacional [MEN], 2003).

El Ministerio de Educación Nacional (MEN) define las competencias como: conjunto de conocimientos, habilidades, actitudes, comprensiones y disposiciones cognitivas, metas cognitivas, socios afectivos y psicomotoras apropiadamente relacionadas entre sí para facilitar el desempeño flexible, eficaz y con sentido de una actividad o de cierto tipo de tareas en contextos nuevos y retadores. Un Estándar en educación es un criterio claro y de dominio público que permite valorar si la formación de un estudiante cumple con las expectativas sociales de calidad

en su educación.

Se definen los estándares así: se trata de buscar lo fundamental, no lo mínimo; lo que pueda acordarse como Indispensable para lograr una alta calidad de la educación básica y media, no un límite inferior o un promedio. La alternativa curricular para la educación física definió la competencia motriz como el elemento conceptual de base para la estructuración de competencias y estándares. Los estándares básicos o lineamientos curriculares en Educación Física, recreación y deporte son el conjunto de habilidades, conocimientos y actitudes que permiten valorar el desempeño de los y las estudiantes en el área. Actualmente están regidos bajo la resolución 2343 de junio 5 de 1996, todo orientado en la ley 115 y sus normas reglamentarias gravitados con una serie de documentos exclusivos como el número 15 del MEN en que tuvieron participaron varias universidades e instituciones educativas, oficiales y privadas. El documento expresa entre otras cosas que desde el punto de vista didáctico la competencia motriz es el elemento conceptual de base para la construcción de estos lineamientos, esta se desarrolla en tres ámbitos: desarrollo personal, ámbito social y de desarrollo productivo.

La estructura de los contenidos de la Educación Física, la recreación y el deporte se desarrolla por medio de ejes temáticos, que se constituyen en la referencia fundamental para la orientación de los maestros y las maestras que requieren de estrategias pedagógicas y didácticas. Este documento es esencial para construir este proyecto pues contiene todo lo necesario para empaparnos sobre temática que requerimos, incluye la historia de la Educación Física, la consolidación en el estado colombiano para la Educación Física bajo la ley 80 del 18 de noviembre de 1925, su planeación curricular con referentes conceptuales, tendencias y propósitos del área, con sus referentes. Se halla además como se debe desarrollar el estudiante en sus diferentes dimensiones, además del enfoque curricular y sus procesos de formación,

abarcando orientaciones didácticas para estructurar correctamente un plan de estudios.

El MEN también incluye el documento llamado “Orientaciones metodológicas para la Educación Física recreación y deporte” (2010), donde menciona las grandes metas de formación del área de Educación Física, recreación y deporte, el cual las divide en las siguientes:

- Promover el cultivo personal desde la realidad corporal del ser humano.
- Aportar a la formación del ser humano en el horizonte de su complejidad.
- Contribuir a la construcción de la cultura física y a la valoración de sus expresiones autóctonas.
- Apoyar la formación de cultura ciudadana y de valores fundamentales para la convivencia y la paz
- Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente
- Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas

Este proyecto adopta todo lo relacionado con la Ley de la obesidad en Colombia (Ley 1355 de 2009) donde apunta que se deben establecer:

- Estrategias para promover una alimentación balanceada y saludable.
- Estrategias para promover actividad física.
- Promociones de una dieta balanceada y saludable.
- Regulaciones del consumo de alimentos y bebidas en centros educativos.
- Estrategias de información, educación y comunicación

Este proyecto asume lo abordado en el Plan Decenal de Salud Pública 2012 - 2021 donde apunta que se deben establecer:

- Mejorar en las condiciones de vida y salud de la población.
- Políticas públicas que favorezcan el desarrollo social de los niños y niñas.
- Atención integral y diferencial a los niños y niñas.
- Entornos saludables que favorezcan el desarrollo de los niños y niñas.
- Hábitat saludable. (Ministerio de Salud y Protección Social, 2012)

Se asume lo abordado por ley que rige el deporte la cual es la “ley 181 del 18 de enero de 1995” e inicia diciendo que “por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el sistema nacional del deporte” decretada por el congreso nacional y en su “Título 1: Disposiciones preliminares”, en su “Capítulo 1: Objetivos generales y rectores de ley”, en su “Artículo 3°: Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el Estado tendrá en cuenta los siguientes objetivos rectores:” en sus ítems 6, 7, y 8 a continuación:

6. Promover y planificar el deporte competitivo y de alto rendimiento, en coordinación con las federaciones deportivas y otras autoridades competentes, velando porque se desarrolle de acuerdo con los principios del movimiento olímpico.

7. Ordenar y difundir el conocimiento y la enseñanza del deporte y la recreación, y fomentar las escuelas deportivas para la formación y perfeccionamiento de los practicantes y cuidar la práctica deportiva en la edad escolar, su continuidad y eficiencia.

8. Formar técnica y profesionalmente al personal necesario para mejorar la calidad técnica

del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, con permanente actualización y perfeccionamiento de sus conocimientos. (Colombia, 1995)

En los cuales se evidencia el deseo de promover y planificar el deporte competitivo y de alto rendimiento para así tener mejores resultados y garantizar el proceso además del formativo en el alto rendimiento, mediante técnicas de investigación y con la constante actualización de los mismos conocimientos por el personal idóneo y capacitado que serán los principales fomentadores de dichos propósitos.

CAPITULO 2. METODOLOGIA

2.1 Diseño del estudio y paradigma de investigación

En el proyecto se asume el paradigma cualitativo; éste se distingue por orientarse a describir e interpretar los fenómenos y son adecuados para los investigadores que se interesan por el estudio de los significados de las acciones humanas desde la perspectiva de los propios agentes sociales. Su cuya lógica de investigación es inductiva (explorar, describir y generar perspectivas teóricas). Se enfoca en comprender y profundizar los fenómenos, explorándolos desde la óptica de los participantes en un ambiente natural y en relación con el contexto (Hernández, Collado & Baptista, 2006).

2.2 Tipo de estudio

La investigación es descriptiva, cuyo procedimiento científico que implica observar y describir situaciones o el comportamiento de uno o varios sujetos sin influir sobre él de ninguna manera, observando en un entorno completamente natural e invariable, para encontrar hallazgos significativos que justifiquen la investigación (Hernández et. al., 2006). Estas investigaciones resuelven problemas que ya han sido clarificados, generalmente son estudios prácticos.

2.3 Fases o etapas de la investigación

Para el desarrollo de la investigación se siguieron las siguientes fases o etapas:

Exploración: permitió la inserción en el campo, la identificación y formulación del problema científico y los objetivos de investigación.

Descripción: permitió diagnosticar el estado actual de la problemática de estudio; la

elaboración e implementación de ejercicios lúdicos pedagógicos.

Generación de la propuesta: posibilitó el diseño final y la evaluación de la propuesta de ejercicios lúdico-pedagógicos.

2.4 Contexto

Este proyecto de investigación se llevó a cabo en la Institución Educativa (IE) Las Américas, ubicada en el casco urbano del municipio de Florida Valle del Cauca. Este trabajo investigativo se realizó en el transcurso del último trimestre del año 2018 y primer trimestre del año 2019 con los cursos 6tos y 7mos del ciclo de bachillerato en la sede principal del colegio.

2.4.1 Colegio

La Institución Educativa Las Américas, fue fundada un jueves 17 de noviembre de 1960, nace en el municipio de Florida Valle, para este tiempo el primer colegio oficial de bachillerato llamado instituto las Américas para la época. Se destaca para la creación de este colegio las brillantes ideas y la voluntad de personas de ese entonces como el Dr. Jesús, supervisor, El maestro Absalón Torres Camacho, rector de la Escuela Emeterio Piedrahita, Luis Alfredo Tobar Pérez rector fundador quien en ese instante no podía ejercer dicho cargo por estar laborando en la zona rural, ello motivo a que fuera designado el ingeniero Víctor Hugo García como el primer rector del Instituto Las Américas. (Ver Anexo A).



Figura 2. Fundadores I.E. Las Américas

Fuente: Archivo I.E. Las Américas.

2.5 Participantes

2.5.1 Profesor

En la investigación participa el único docente de planta encargado de los cursos 6tos y 7mos en el Instituto Las Américas de Florida Valle, el cual es Licenciado en Educación Física y Deportes, de la universidad del Valle y tiene una especialización en pedagogía de la Universidad Castellanos. El educador actualmente no es nombrado por el magisterio en el colegio donde labora actualmente, sigue a la espera de ellos después de superar 5 años de servicio en esta institución y más de 12 años de servicio en esta labor tanto en entidades públicas como privadas.

2.5.2 Estudiantes

En el estudio participa una muestra de 98 estudiantes, de aproximadamente 500 estudiantes que hay en los grados 6tos a 7mos de la I.E. Las Américas (49 estudiantes de 6to grado y 49 de 7mo grado). La selección muestral es de tipo intencional, la cual se expone en la tabla 2.

Tabla 2.***Descripción de la cantidad de estudiantes a evaluar por grado***

<i>Seleccionados:</i>		49 niños				49 niñas	
<i>Sexo</i>	Grados sextos						
	6-1	6-2	6-3	6-4	6-5	6-6	TOTAL
<i>Masculino</i>	4	4	4	4	4	4	24
<i>Femenino</i>	5	4	4	4	4	4	25
		Grados séptimos					
	7-1	7-2	7-3	7-4	7-5	7-6	TOTAL
<i>Masculino</i>	5	4	4	4	4	4	25
<i>Femenino</i>	4	4	4	4	4	4	24
							98

Fuente: Elaboración propia.

2.5.3 Criterios de inclusión

Los criterios para la selección de la muestra fueron los siguientes criterios:

- Estudiantes en un rango de edad entre los 10 a 14 años que pertenezcan al Instituto Las Américas en los grados 6to a 7mo.
- Alumnos que participen sistemáticamente en las actividades del área de Educación Física en los grados 6to y 7mo.
- Disposición y voluntad en participar en la investigación.

2.5.4 Criterios de exclusión

- Estudiantes que no cumplan los criterios mencionados con anterioridad.

2.6 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Para el logro de los objetivos de la investigación se utilizaron métodos y técnicas investigativas, asociadas a las etapas por las que trascurrió el proceso investigativo desarrollado.

2.6.1 Métodos del nivel teórico

Se utilizaron con la finalidad de profundizar en el conocimiento y características del objeto de investigación. Fueron utilizados los siguientes:

El **analítico-sintético**: se utilizó para la descomposición abstracta del proceso de la Educación Física, la formación integral de los alumnos de la IE Las Américas, en los principales elementos que la conforman y mediante la síntesis, integrarlos para descubrir sus relaciones, características e implicaciones lúdico-pedagógicas.

El **inductivo-deductivo**: permitió la elaboración de razonamientos generales, particulares, conclusiones y el procesamiento de toda la información relacionada con los ejercicios lúdico-pedagógicos.

El **enfoque sistémico**: se utilizó para analizar la Educación Física, la formación integral del estudiante como realidad integral, formada por elementos que interactúan unos con otros, así como para el diseño de los ejercicios lúdico-pedagógicos, analizando sus elementos que lo integran en su estructura, función y finalidad.

2.6.2 Métodos del nivel práctico

Los métodos del nivel empírico o práctico se utilizaron con el propósito de intervenir, registrar, analizar, interpretar o transformar la realidad en el proceso de investigación científica.

La **revisión documental**: se aplicó con el objetivo de valorar el estado actual de la Educación Física. Fueron revisados libros, informes de investigación, publicaciones periódicas, sitios web, entre otros.

La **observación científica**: de tipo no participante que se caracteriza por llevar a cabo el estudio de la materia u objeto estudiado sin participar con él. De este modo, se busca conseguir la mayor objetividad posible, ya que al no participar de forma activa con lo que se estudia, se puede observar en su estado natural sin que el investigador pueda alterar su naturaleza mediante el simple hecho de estudiarlo.

La observación (Anexo B) se aplicó en dos momentos esenciales; en un primer momento para diagnosticar el estado actual de los procesos de enseñanza aprendizaje para el área de Educación Física y deportes de la Institución Educativa Las Américas en los grados 6 y 7; y en un segundo momento para constatar los cambios experimentados al aplicar la propuesta de ejercicios lúdico-pedagógicos.

La **entrevista cualitativa** al docente (Anexo C), se aplicó en dos momentos esenciales; en un primer momento para diagnosticar el estado actual de los procesos de enseñanza aprendizaje para el área de Educación Física y deportes de la Institución Educativa Las Américas en los grados 6tos y 7mos; y en un segundo momento para constatar los cambios experimentados al aplicar la propuesta de ejercicios lúdico-pedagógicos (Anexo E).

Encuesta de tipo cerrada (Anexo D) a los estudiantes participantes en la investigación para constatar el nivel de satisfacción frente a las actividades realizadas en el área de Educación Física y para constatar los cambios producidos una vez aplicada la propuesta (Anexo F).

Técnicas abiertas y participativas: Se aplicó un PNI, al docente y los estudiantes para constatar los aciertos y desaciertos resultados obtenidos al aplicar la propuesta (Anexos G y H).

El PNI cuyas siglas son: Positivo, Negativo e Interesante (también es conocida como PMI por sus siglas en inglés – Plus, Minus, Interesting), es una técnica que facilita el análisis y toma

de decisiones, desarrollada por Edward De Bono, psicólogo creador de estrategias de pensamiento y creatividad.

Triangulación (de fuentes y metodológica): permitió el análisis de datos provenientes de diferentes fuentes y métodos para comprobar si las informaciones aportadas son confirmadas por otras. Para la recogida de la información se estructuró un protocolo para tal efecto y se procesó mediante el *análisis de contenido*.

2.7 Validez

La validez del estudio se obtiene al garantizar que los datos que se recogen pertenecen de manera real e inequívocamente al contexto y los sujetos estudiados.

2.8 Ética

Se entregó una carta de consentimiento informado a la dirección de la Institución Educativa Las Américas, obteniendo resultados satisfactorios. A partir de ese momento se realiza la investigación y se autoriza la realización del registro fotográfico correspondiente (Anexos I, J y K).

2.9 Calendario de actividades

Tabla 3.

Cronograma

Actividad/2018-2019	Agosto	Sept.	Oct.	Nov.	Ene.	Feb.	Marzo
Revisión bibliográfica	1-30				20-30		
Selección y preparación de instrumentos de evaluación		1-5					
Observaciones			17-21			1-28	1

Tabla 3. (Continuación).

Actividad/2018-2019	Agosto	Sept.	Oct.	Nov.	Ene.	Feb.	Marzo
Aplicación de prueba 1 Encuesta –Entrevista						1	
Aplicación de prueba 2 Aplicación de ejercicios						1-28	1
Análisis y discusión de datos							3-5
Organización de resultados, conclusiones y recomendaciones							4-8
Discusión de datos, resultados, conclusiones y recomendaciones							11-13
Informe							20
Revisión de informe							20

Fuente: Elaboración propia.

CAPÍTULO 3. HALLAZGOS Y DISCUSIÓN

En este acápite se exponen los resultados derivados del diagnóstico del estado actual de los procesos de enseñanza aprendizaje de la Institución Educativa Las Américas en los grados 6 y 7, a partir de la aplicación de los métodos y técnicas aplicadas.

3.1 Resultados de la observación a clases de educación física (antes de aplicada la propuesta)

En relación con la observación realizada al proceso de la clase de Educación Física (Anexo B, 2 semanas de observaciones), en el contexto estudiado, se constatan dificultades generales en su organización y dirección. Las actividades que se planifican priorizan lo físico-motriz por sobre lo cognitivo y socioafectivo. El proceso se centra en los contenidos y se establecen pocas relaciones interdisciplinarias. Se estimulan los alumnos de mayores rendimientos físico-motrices y las actividades competitivas. Se percibe poca motivación de los alumnos para el desarrollo de las actividades de la clase, así como escasas actividades dirigidas al desarrollo de las competencias genéricas y específicas.

Durante las clases se observó que se planifican escasas actividades de gimnasia, juegos y deportes; las que se realizan son monótonas, repetitivas y poco significativas. Se brindan pocas oportunidades para la estimulación de experiencias lúdicas, corporales, motrices y axiológicas de los alumnos, en los que prevalecen comportamientos agresivos y poco tolerantes, así como es muy limitado el tiempo dedicado para la ejercitación física durante la clase.

Se brindan pocas oportunidades para el desarrollo de habilidades de conciliación y negociación. Se estimula una comunicación vertical, autoritaria y unidireccional. Se perciben formas de evaluación sumativas y repetitivas.

En se relación con el alumno se constata que es objeto de las influencias instructivo-educativas del docente; ocupa una posición pasivo-reproductiva-repetitiva durante las clases. En innumerables ocasiones, los alumnos se presentan a la clase con una ropa e indumentaria no adecuada para la práctica de actividades físicas. Existe una prevalencia generalizada de comportamientos agresivos y poco tolerantes.

El docente, por su parte, se percibe que asume un rol protagónico durante las clases, su labor instructivo-educativa se realiza a partir de la trasmisión de los conocimientos y valores. En su labor docente prevalece la directividad por sobre la no directividad; no brinda una adecuada atención a las diferencias individuales de los alumnos, a la inclusión y la diversidad.

Las dificultades observadas a las clases de Educación Física en el contexto estudiado evidencian la necesidad de diseñar alternativas que contribuyan a su erradicación.

3.2 Resultados de la entrevista realizada al docente (antes de aplicada la propuesta)

Al aplicar la encuesta abierta (Anexo C) al docente titular de los procesos de enseñanza aprendizaje de la Institución Educativa Las Américas en los grados 6 y 7, se constatan los siguientes resultados.

El docente refirió que es egresado de la Universidad del Valle en los años 90; ha laborado desde su egreso en diferentes entidades académicas privadas y del estado; y en la IE Las Américas comenzó a trabajar desde inicios del año 2004.

En relación con la pregunta #2 el docente asume que los estudiantes llegan con múltiples falencias para iniciar su ciclo de bachillerato pues en la básica primaria no tuvieron un docente propiamente del área, muchos llegan con déficit motriz y coordinativos. Aspecto que limita el desempeño físico-motriz de los alumnos en los grados posteriores.

Al responder la interrogante #3 el profesor cataloga el déficit presupuestal como un problema municipal, regional y nacional, el cual a través de los años se le presta menos atención, relevancia e importancia en el sistema educativo y deportivo.

En relación con la pregunta #4 plantea que la institución educativa donde labora le brinda el apoyo necesario para los juegos supérate y/o la adquisición de implementos deportivos. Al valorar esta respuesta se constata que el docente cuenta con el apoyo de la IE donde ejerce su función instructivo-educativa.

Al responder la interrogante #5 el docente manifiesta que la infraestructura con que cuenta para desarrollar las clases de Educación Física es pequeña, y que es casi imposible su remodelación, puesto que la planta física del colegio es limitada y con muchos años de antigüedad, por ello, se desplazan al coliseo o el estadio municipal para desarrollar las sesiones de clase. Sobre los materiales comenta que ya fueron requeridos algunos elementos y están a la espera de su llegada. Al valorar esta respuesta se constata que existen limitaciones y dificultades materiales para desarrollar las clases de Educación Física en el contexto que se estudia.

Sobre la intensidad horaria, el docente encuestado manifiesta que debe ser aumentada, pero eso es un tema a nivel nacional, en lo que la institución tiene poca incidencia. Esta problemática es contenido de discusión y reflexión por parte de diversos expertos académicos y funcionarios del Ministerio de Educación Nacional, porque se requieren reformar múltiples factores para aumentar el aspecto referido en el área de educación y deportes.

En relación con la pregunta #7 y #8 de la entrevista, el docente expone que la sobrepoblación es una dificultad latente que tiene para trabajar en las aulas de clase. Afirma, además, que las condiciones socio-económicas de los alumnos es un problema que afectan en gran medida a la mayoría de los jóvenes, pues muchos de ellos tienen problemas familiares,

proceden de matrimonios disfuncionales, no cuentan con el apoyo moral y económico de sus progenitores, algunos no se alimentan bien y dependen de los refrigerios que entrega el gobierno departamental en la institución, los cuales no son constantes o no son los adecuados para actividades académico-deportivas, todas estas problemáticas referidas influyen de manera negativa en el rendimiento académico y psicofísico del estudiante.

En relación con la pregunta #9 el profesor entrevistado argumenta que siempre planifica con antelación la clase a impartir, además de que trae consigo su planeador de clase. Considera que el establecimiento y cumplimiento de los objetivos previstos es un factor esencial para concretar las intencionalidades educativas (aprendizajes y competencias) previstas. Para él, las clases teóricas son importantes, por ello, procura tener una clase teórica por cada cuatro clases prácticas, en ella los muchachos deben estar atentos para comprender, lo que harán con posterioridad en el orden práctico.

Al responder la 10 pregunta nos expone que siente muy a gusto con el alumnado y la institución educativa donde labora, no obstante, una de sus aspiraciones es llegar a coordinar una institución, punto al cual refiere estar cerca de llegar.

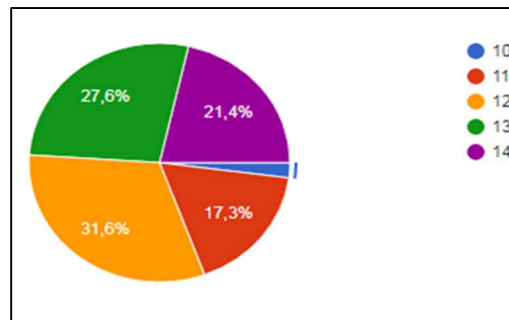
Al referirse al último ítem de la entrevista, nos esclarece que para gestionar la clase toma diferentes criterios organizacionales en relación al contexto donde se va a realizar la clase. En este punto se constata que el docente no maneja criterios bien definidos para el desarrollo de sus clases.

Al hacer un análisis general de los resultados de la entrevista realizada al docente se constata que: existen dificultades relacionadas con el nivel inicial con que arriban los estudiantes a la clase de Educación Física. Es insuficiente la infraestructura para el desarrollo de las clases referidas. La intensidad horaria es insuficiente. La sobrepoblación y las condiciones

socioeconómicas afectan el rendimiento académico y psicofísico del estudiante. Se constatan dificultades didácticas para la organización y dirección de las clases.

3.3 Resultados de la encuesta realizada a los estudiantes (antes de aplicada la propuesta)

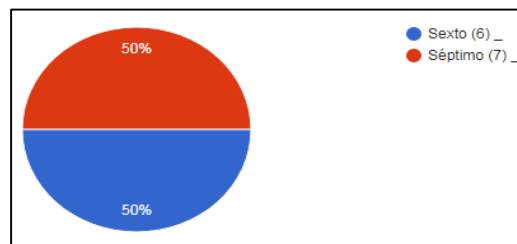
Al realizar la encuesta escrita a los estudiantes objeto de estudio se obtienen los siguientes resultados:



Gráfica 1. Edad de los alumnos encuestados

Fuente: Elaboración propia.

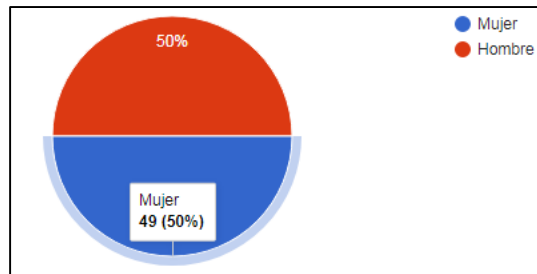
Ítem #1. Se observa que la mayoría de los estudiantes encuestados cuentan con 12 años de edad (31.6%), siendo la edad preponderante; el 27.6%, de los encuestados cuenta con 13 años de edad; el 21.4% tiene una edad de 14 años y el 17.3%, cuenta con 11 años respectivamente. Como puede observarse todos los alumnos cuentan con la edad correspondiente para cursar los grados 6to y 7mo, respectivamente.



Gráfica 2. Grados que cursan los encuestados

Fuente: Elaboración propia.

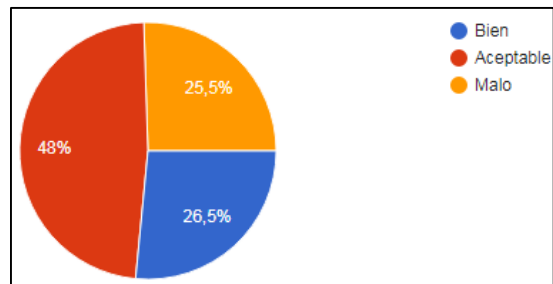
Ítem #2. Como puede observarse, del total de encuestados (98 en total), el 50% pertenecen al grado 6to (49 en total) y el 50% restante (49 en total) pertenecen al grado 7mo, lo cual evidencia que existe homogeneidad en la muestra seleccionada.



Gráfica 3. Género al que pertenecen los educandos encuestados

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #3. Como puede observarse, del total de encuestados (98 en total), el 50% pertenecen al sexo femenino (49 en total) y el 50% restante (49 en total) pertenecen al sexo masculino, lo cual evidencia que existe homogeneidad en la muestra seleccionada.



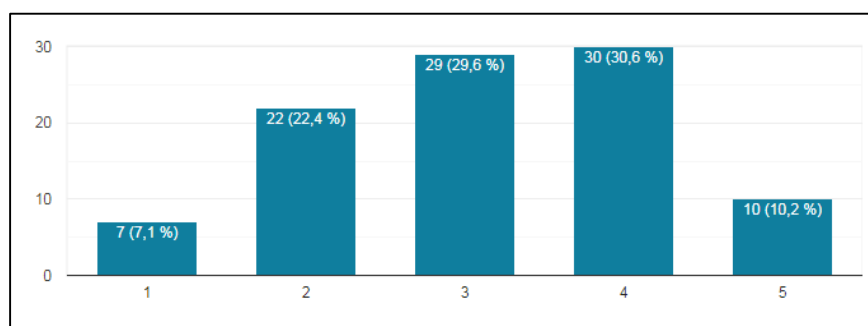
Gráfica 4. Opinión sobre los desplazamientos al coliseo o estadio municipal para la realización de las clases de Educación Física

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #4. El 48% de los encuestados le parece aceptable desplazarse alrededor de 400 metros desde el plantel educativo hasta el coliseo municipal o estadio municipal, para realizar la clase de Educación Física. Estos criterios pueden estar relacionados con que a los alumnos les agrada salir fuera del recinto escolar y relacionarse con la comunidad. Sólo el 26.5% desapruueba

estos recorridos.

En este último caso, se considera de gran importancia que el 26.5% de los estudiantes asuman compromiso para realizar el desplazamiento de manera consciente a las instalaciones referidas, ya que en la IE no se cuenta con los espacios requeridos para la realización de las clases de Educación Física, es de destacar que se cuenta, además, con el permiso de la institución y de sus padres para este desplazamiento.



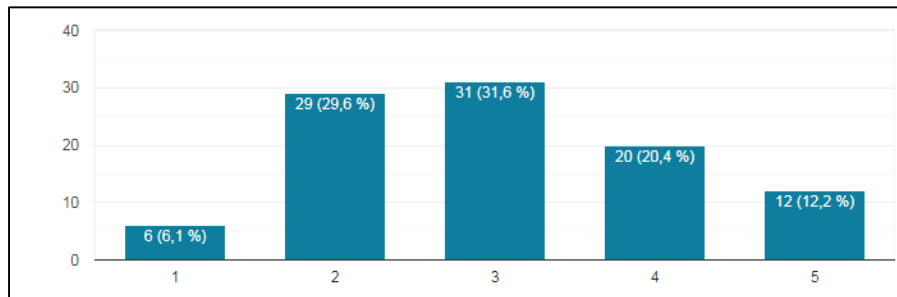
Gráfica 5. Niveles de satisfacción sobre la clase de Educación Física

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #5. Como puede observarse en el gráfico de arriba, más de la mayoría de los estudiantes encuestados expresan un nivel de satisfacción entre medio, alto y muy alto en relación con las clases de Educación Física que reciben. Sólo el 10,2% expresa un nivel de satisfacción muy alto; el 30,6%, expresa un nivel de satisfacción alto; el 29,6% expresa un nivel de satisfacción medio; el 22,4% expresa un nivel de satisfacción bajo y el 7,1% de muy bajo.

En relación con lo anterior, resulta importante tomar en consideración los criterios del 29,5% de los encuestados que no se muestran satisfechos con la labor del docente. Esto pudiera estar relacionado con las insuficiencias recogidas mediante la observación donde se destaca que en este proceso se priorizan lo físico-motriz por sobre lo cognitivo y socioafectivo; se estimulan

los alumnos de mayores rendimientos físico-motrices y las actividades competitivas. Se percibe poca motivación de los alumnos para el desarrollo de las actividades de la clase, entre otros aspectos.

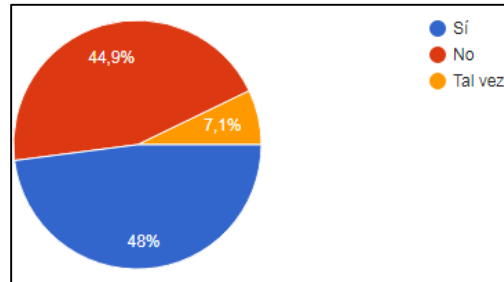


Gráfica 6. Criterios sobre las instalaciones del colegio para la realización de la clase de educación física

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #6. Como puede observarse en el gráfico que se muestra arriba, más de la mitad de los encuestados valoran positivamente las instalaciones del colegio para la práctica de la Educación Física. El 12, 2% evalúa las instalaciones de excelentes; el 20, 4% las evalúan de buenas; el 31,6% las evalúa de aceptables; 29,6% de regulares y el 6,1% las evalúa de deficientes.

Se considera que resulta importante considerar que el 33% tiene un criterio negativo en este ítem aspecto que pudiera estar relacionado, en alguna medida, con el ítem anterior y con la poca motivación que muestran los alumnos para el desarrollo de las actividades de la clase, obtenida durante la observación realizada.



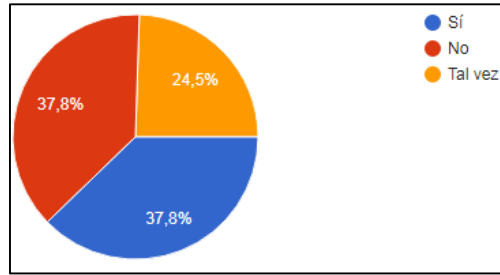
Gráfica 7. Opiniones sobre el incremento del tiempo de la clase de educación física

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #7. Al realizar un análisis de los resultados obtenidos en este ítem, se constata opiniones divididas y encontradas. Ya que el 48% responde que sí desea que se incremente el tiempo de la clase de Educación Física; el 44% opina que no; y el 7,1% se encuentra indeciso.

Como se observa en la gráfica que se muestra arriba, más de la mitad de los encuestados (52%) no desean que se incremente el tiempo de la clase de Educación Física o no tiene criterio al respecto, juicio incomprensible para este autor puesto que se reconoce a nivel teórico y práctico que esta materia contribuye a la mejora de la condición física, el rendimiento académico, la autoestima, la higiene y la salud, reduce la depresión, la ansiedad, el estrés, ayuda a la creación de nuevas amistades, promueve las interacciones sociales, mejora la calidad de vida, etc., es decir, aspectos deseables de todo niño (a) o joven.

No obstante, resulta importante tomar en cuenta los criterios negativos aportados por los encuestados, los cuales pudieran estar relacionados, de una manera u otra con los ítem #5, #6 y con los datos recogidos mediante la observación a la clase de Educación Física.

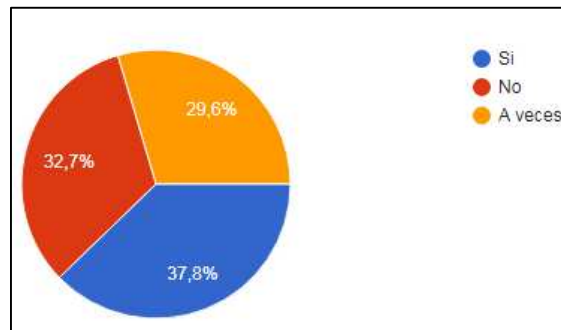


Gráfica 8. Criterios sobre la cantidad de alumnos en la clase de Educación Física

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #8. En este aspecto, como se puede observar, más de la mitad de los encuestados (62,3% aproximadamente) no está de acuerdo (37,8%) o no emite criterio (24,5%) respecto a que la clase de Educación Física esté sobrepoblada. El otro 37,8% de los estudiantes restante manifiesta que si está de acuerdo con esta situación.

Antes esta respuesta se ve que la mayoría de la muestra encuestada se declina a no estar de acuerdo a que los grupos académicos sean números, tal vez porque se sienten incomodados con la falta de control que se realiza al grupo en las sesiones de clase. Las razones por las cuales el otro 37,8% se inclina a favor de esta problemática, pudiera estar relacionado con las potencialidades de esta materia para generar y fortalecer las amistades, promover las interacciones sociales, enseñar a trabajar en equipo, entre otros aspectos.

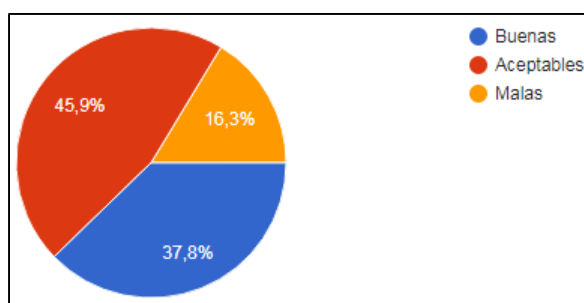


Gráfica 9. Criterios sobre la alimentación que reciben antes de la clase de Educación Física

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #9. Como puede observarse en la gráfica que se muestra arriba, más de la mitad de los encuestados (62,3% aproximadamente) no se alimenta adecuadamente antes de la realización de las clases de Educación Física, aspecto importante a tener en cuenta por parte del docente al concebir las actividades físico-deportivas. Solo el 37.8 % responde afirmativamente este ítem; el 32.7% refiere que no recibe adecuada alimentación y el 29.6% apunta que a veces recibe una buena alimentación antes de la clase.

Es importante destacar en este punto que las causas de esta problemática son diversas, en muchos casos obedece a las difíciles condiciones socioeconómicas de los estudiantes, en otros casos, se ha podido constatar, mediante entrevistas informales realizadas, que algunos estudiantes por descuido no toman en cuenta la importancia de alimentarse de manera adecuada antes de la realización de cualquier actividad físico-deportiva. Otros plantean que no les gusta la elaboración y la variedad de los alimentos que se les brindan en el colegio, entre otros aspectos.



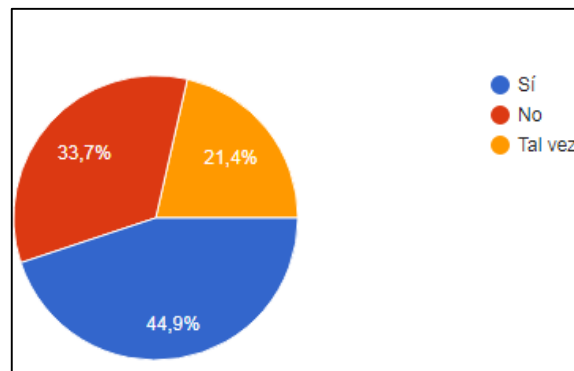
Gráfica 10. Criterios recogidos sobre el estado de los implementos deportivos con que cuenta el colegio

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #10. Como puede observarse en la gráfica, más de la mitad de los encuestados (62.2%) emiten criterios negativos sobre este aspecto. Es decir, se constata que no se cuenta con los implementos suficientes para el desarrollo de las clases de Educación Física y los que hay en existencia se encuentran en mal estado (aspecto corroborado con las entrevistas informales

realizadas). Sólo el 37,8% de los encuestados, considera que los implementos se encuentran en buen estado y son suficientes. El 45,9% responde negativamente ante este aspecto, y 16,3% restante, no responde o se encuentra indeciso para emitir un criterio al respecto.

Los medios constituyen un aspecto importante para el adecuado desarrollo de las clases de Educación Física, en muchas ocasiones, el docente debe innovar y crear nuevos medios a partir de materiales reciclables.

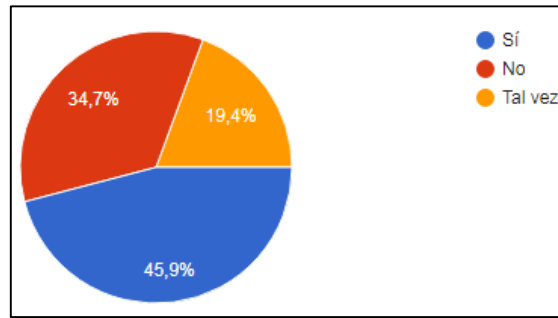


Gráfica 11. Criterios sobre el impacto de la Educación Física y el deporte en la vida

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #11. Al realizar un análisis de los resultados obtenidos en este ítem se constata que solo el 44,9%, reconoce que la Educación Física y el deporte tienen un impacto positivo en su vida; el 33,7% aun no dimensionan la magnitud de ésta área para su formación. Y el 21,4% no emite ningún criterio al respecto.

En este aspecto resulta importante destacar que más de la mitad de los estudiantes (55,1) no tiene consciencia y conocimiento del impacto de esta área para su formación esencial. Es tarea del docente de esta área resaltar los beneficios que aporta para la formación integral del niño (a), joven y adulto ya que contribuye de manera efectiva al desarrollo de la dimensión cognitiva, socioafectiva y físico-motriz, entre otros aspectos.

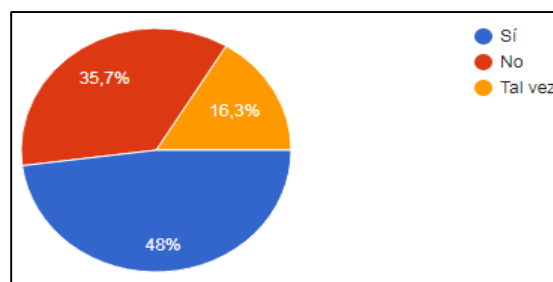


Gráfica 12. Criterio sobre las clases desarrolladas por el profesor a cargo del área de Educación Física y deportes

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #12. Sobre este aspecto, es de destacar que más de la mitad de los estudiantes (54,1% aproximadamente), no está satisfecho, o no emite criterio referente a la forma en el docente a cargo desarrolla las clases de Educación Física, este es un juicio importante a tener en cuenta pues muestra que el docente debe variar constantemente la metodología que utiliza en función de satisfacer las necesidades de los estudiantes. Al concebir sus clases debe tomar en cuenta las motivaciones, gustos, intereses, motivaciones de los aprendices.

El profesor debe convertirse en un docente impactante al: irradiar alegría y paz; investigar cómo aprende sus estudiantes; conocerlos; tratarlos con respeto; elogiar sus logros; denotar entusiasmo en la clase; estar de buen humor; realizar tareas inusuales; individualizar la enseñanza y dedicar tiempo a cada estudiante; contar anécdotas, chistes; crear expectativas; lograr que su asignatura sea importante; entre otros aspectos.



Gráfica 13. Criterios sobre las clases teóricas de Educación Física

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #13. Al analizar este aspecto, se constata que sólo 48% de los encuestados les gustan las clases teóricas que realizan; el 35.7% refiere que no le gustan y el 16,3% no emite criterios.

Al respecto, se constata que más de la mitad de los alumnos encuestados (52%), no les gusta esta actividad, sin embargo, resulta esencial que el alumno adquiera una formación teórica que le permita valorar las potencialidades de la práctica de actividades físicas como vía importante para la formación integral; el fortalecimiento de redes de apoyo social y comunitario; el fortalecimiento de la cohesión familiar; el desarrollo de habilidades de afrontamiento; y la creación de estilos de vida sanos y saludables, entre otros aspectos.

La triangulación (de fuentes y metodológica) realizada evidencian los siguientes resultados:

- Se constatan dificultades generales en la organización y dirección de las clases de Educación Física en el contexto estudiado.
- El proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física es tradicional: centrado en el contenido, se estimulan los alumnos de mayores rendimientos físico-motrices y las actividades competitivas; se establecen pocas relaciones interdisciplinarias.
- El docente ocupa un papel principal y los alumnos asumen una posición pasivo-receptiva y repetitiva durante las clases de las clases de Educación Física.
- Son escasas las actividades dirigidas a la formación integral (esfera cognitiva, socioafectiva y físico-motriz) de los estudiantes objeto de investigación.
- Poca motivación de los alumnos para el desarrollo de las actividades de las clases de

Educación Física.

- Limitado desarrollo, por parte de los estudiantes, de las habilidades motrices, las habilidades deportivas, las capacidades físicas (condicionales, coordinativas y de movilidad).
- Existe sobrepoblación en los grupos estudiados durante las clases de Educación Física, lo cual genera sentimientos de inconformidad por los participantes.
- Existe malas condiciones socioeconómicas en los estudiantes, lo cual afecta el correcto desarrollo de las clases de Educación Física.
- Existe déficit en cuanto a la infraestructura de la IE para el desarrollo de las clases de Educación Física.
- Es insuficiente la intensidad horaria para el desarrollo de las clases de Educación Física.
- Es insuficiente los implementos deportivos para el correcto desarrollo de las clases de Educación Física.

3.4 Propuesta de ejercicios lúdico pedagógicos para el área de educación física y deportes en los grados sextos y séptimos de la institución educativa las américas del municipio de Florida - Valle

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en el diagnóstico del estado actual de los procesos de enseñanza aprendizaje de la Institución Educativa Las Américas en los grados 6 y 7, se elabora la siguiente propuesta de ejercicios lúdico-pedagógicos.

3.4.1 Fundamentación de la propuesta

El ejercicio físico representa uno de los fenómenos más estudiados dentro del campo de la teoría de la Educación Física. Constituye la forma de actividad motora realizada organizadamente de acuerdo a las leyes de la Educación Física y que sobre la base de la experiencia o de los conocimientos científicos obtenidos, que influyen en el perfeccionamiento del hombre.

El propio concepto de ejercicio físico está muy estrechamente vinculado con el movimiento, por tal motivo su descripción exacta es difícil de explicar.

El ejercicio físico constituye el medio fundamental para el desarrollo de capacidades, hábitos y habilidades. Constituye un acto motor sistemáticamente repetido que constituye el medio principal para realizar las tareas de la Educación Física y el Deporte y se materializan en la gimnasia, el juego y el deporte.

Se realizan ejercicios físico prácticos relacionados con la lúdica, basados en consultas bibliográficas y realizadas por el autor de este proyecto quien se basó en las necesidades, requerimientos y gustos de la comunidad educativa para poder implementar actividades que potenciaran los procesos de enseñanza aprendizaje en los grados sextos y séptimos.

3.4.2 Descripción de los ejercicios lúdico pedagógicos

A continuación, se describen los ejercicios lúdico-pedagógicos (15 en total), los cuales se organizan teniendo en cuenta los contenidos propios de la Educación Física:

- **Juegos:** Se describen 5 ejercicios lúdico-pedagógicos.

- **Gimnasia:** Se describen 5 ejercicios relacionados con este contenido.
- **Deporte:** Se describen 5 ejercicios lúdico-pedagógicos.
Los ejercicios se presentan siguiendo la siguiente estructura:
- Competencias a desarrollar (básicas y específicas).
- Objetivos.
- Contenido de la Educación Física relacionado.
- Esfera de incidencia en la personalidad.
- Descripción.
- Orientaciones metodológicas.
- Evaluación.

3.4.2.1 Ejercicio 1: Líderes en el calentamiento

Tabla 4.

Ejercicio 1: Líderes en el calentamiento

Competencias a desarrollar:	Básica: Ciudadana	Específica: Axiológica corporal
Objetivos:	Dirigir el calentamiento general como vía que prepara al organismo desde el punto de vista cognitivo-afectivo y físico-motriz para realizar actividades en la fase o momento principal; aumentar la temperatura corporal, el ritmo cardíaco y prevenir lesiones.	
Contenido de la Educación Física:	Gimnasia	
Esfera de incidencia en la personalidad	Predominio de la esfera cognitiva y motriz	
Descripción:	<p>En esta actividad se busca que los estudiantes se mantengan interesados intelectualmente en la práctica de actividades deportivas; que desarrollen su creatividad y se puedan desempeñar como líderes al tener el mando de la clase así sea momentáneo.</p> <p><i>Estudiantes liderando el calentamiento en el inicio de la clase</i></p>	



Tabla 4. (Continuación).

Orientaciones metodológicas:	<p>En el calentamiento, se divide el grupo en subgrupos de 10 integrantes, donde cada participante deberá dirigir el calentamiento y el estiramiento de un determinado grupo muscular según lo visto en clases teóricas anteriores y/o teniendo en cuenta la experiencia anterior durante la vida deportiva. Se darán 5 rondas en donde cada uno de los participantes tendrá la oportunidad de seleccionar un ejercicio de calentamiento o estiramiento (durante 10 segundos aproximadamente) para que los demás lo imiten y puedan preparar el grupo muscular correspondiente que expone el estudiante de turno.</p> <p>El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar malos gestos inadecuados en relación al grupo muscular a trabajar y velará por el orden de la clase.</p>		
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico-pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	<p>Cuando el alumnado cumple el objetivo propuesto, dirige correctamente el calentamiento y posee conocimientos teóricos al respecto; muestra capacidad de análisis, síntesis y creatividad. Propicia que los demás compañeros lo imiten de manera correcta; al tomar decisiones tiene en cuenta las opiniones de sus compañeros; muestra respeto, tolerancia hacia las diferencias; comprende que la práctica de actividad física se refleja en su calidad de vida</p>	<p>Cuando el alumnado cumple parcialmente el objetivo propuesto. Algunas veces dirige correctamente el calentamiento y posee conocimientos teóricos al respecto; algunas veces muestra capacidad de análisis, síntesis y creatividad. Algunas veces propicia que los demás compañeros lo imiten de manera correcta; al tomar decisiones tiene dificultades para tener en cuenta las opiniones de sus compañeros; muestra irrespeto, intolerancia hacia las diferencias; comprende algunas veces que la práctica de actividad física se refleja en su calidad de vida</p>	<p>Cuando el alumnado no cumple el objetivo propuesto. No dirige correctamente el calentamiento, no posee conocimientos teóricos al respecto; no muestra capacidad de análisis, síntesis y creatividad. No propicia que los demás compañeros lo imiten de manera correcta; al tomar decisiones no tiene en cuenta las opiniones de sus compañeros; muestra irrespeto, intolerancia hacia las diferencias; no comprende que la práctica de actividad física se debe reflejar en su calidad de vida</p>

Fuente: Elaboración propia.





3.4.2.2 Ejercicio 2: Desarrollo de capacidades físicas coordinativas

Tabla 5.

Ejercicio 2: Desarrollo de capacidades físicas coordinativas

Competencias a desarrollar:	Básica: Matemáticas	Específica: Motriz
Objetivo:	Mejorar las capacidades coordinativas.	
Contenido de la Educación Física:	Gimnasia	
Esfera de incidencia en la personalidad	Predominio de la esfera cognitiva y motriz	
Descripción:	<p>El trabajo coordinativo influye positivamente en la mejora de la técnica deportiva, las capacidades físicas y el sistema motor, además, resulta importante asociar el trabajo coordinativo al trabajo de transferencia inmediata a un gesto técnico para conseguir una mayor aplicación, en nuestro caso el docente iba a trabajar el deporte baloncesto en su fase central de su sesión de clase.</p> <p>Al realizar los ejercicios coordinativos es necesario tomar en cuenta las fases de coordinación: de acople que está centrada en mejorar la coordinación a partir del trabajo de pies y mano, (coordinación óculo manual – óculo predica).</p>	


Tabla 3 Descripción de trabajos coordinativos por estaciones

	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO
Estación # 1	Para la entrada en calor realizaremos persecución normal, pero avanzando en marcha atlética, es decir, que un pie siempre ha de estar en contacto con el suelo. Solo se atrapa mediante el contacto con el tronco (sin brazos ni manos). Posteriormente realizaremos elongación de todas las articulaciones y músculos.	
Estación # 2	A y B dan vueltas a la cuerda, de todas las formas posibles, dándole variantes a la cuerda y giros a su cuerpo.	
Estación # 3	A y B se colocan cada uno con la pierna interna dentro de un aro, cogiéndose de las manos internas. Con la mano externa botan una pelota. ¿Quién puede obligar al otro a levantar un pie sin perder el propio contacto con el suelo?	
Estación # 4	En parejas: se han de transportar un balón, mediante dos estacas, desde y hasta donde se indique, sin dejar caer el balón.	

Fuente: (L. Brugger, 1995)
(L. Brugger, 1995)

Ilustración 2 Trabajos coordinativos por estaciones.

Tabla 5. (Continuación).

Orientaciones metodológicas:	<p>Se divide el grupo en cuatro estaciones, en cada una de ellas se trabaja por espacio de 5 minutos por estación, teniendo un descanso de 30 segundos; se realizan los ejercicios de la tabla 3 presentada anteriormente, siguiendo la secuencia 1-2-3-4 rotando al terminar los cinco minutos por estación, con esto se cumple con un ciclo de 20 minutos.</p> <p>El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, y velará por el orden de la clase.</p>		
			
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	<p>Cuando el alumnado realiza correctamente el ejercicio; controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos; al realizar los ejercicios coordinativos reconoce las nociones temporo espaciales de tamaño, forma, distancia y seriaciones.</p>	<p>Cuando el alumnado algunas veces realiza correctamente el ejercicio; algunas veces controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos; con dificultades realiza los ejercicios coordinativos, ocasionalmente reconoce las nociones temporo espaciales de tamaño, forma, distancia y seriaciones.</p>	<p>Cuando el alumnado no realiza correctamente el ejercicio; no controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse y no manipula objetos; no realiza los ejercicios coordinativos, no reconoce las nociones temporo espaciales de tamaño, forma, distancia y seriaciones.</p>

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.3 Ejercicio 3: Ritmoterapia


Tabla 6.

Ejercicio 3: Ritmoterapia

Competencias a desarrollar:	Básica: Ciudadana	Específica: Expresiva corporal
-----------------------------	----------------------	-----------------------------------

Objetivo:	Desarrollar la expresión corporal y la relación con los otros en situación lúdica de juego y actividad física.
-----------	--

Tabla 6. (Continuación).

Contenido de la Educación Física:	Gimnasia		
Esfera de incidencia en la personalidad	Predominio de la esfera social-afectiva y motriz		
Descripción:	<p>Se realiza una danza colectiva de aproximadamente 30 minutos, donde los alumnos se agrupan en parejas y pequeños grupos. Durante el todo el transcurso de realización de la actividad se realizan varias actividades físicas como saltos (bipodales y unipodales), ejercicios físicos generales hacia diferentes direcciones, técnicas de bailes, etc.; todos asociados a los diferentes ritmos musicales que se reproducen.</p> <p>(Se requiere equipo de sonido para colocar los diferentes géneros musicales).</p> <p><u>Niños de educación física el ejercicio danzando</u></p>		
			
Orientaciones metodológicas:	El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes y velará por el orden de la clase.		
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	Se califica bien cuando el alumnado participa activamente en la danza y pierde sus miedos; ajusta sus movimientos al movimiento de sus compañeros y al ritmo de la música. Expresa predisposición positiva hacia el disfrute, el goce en la relación con los otros; hacia el conocimiento de sí mismo, del control de sus emociones y el respeto a las diferencias.	Se califica regular cuando el alumnado participa ocasionalmente en la danza y pierde sus miedos algunas veces; algunas veces ajusta sus movimientos al movimiento de sus compañeros y al ritmo de la música. Algunas veces expresa predisposición positiva hacia el disfrute, el goce en la relación con los otros; hacia el conocimiento de sí mismo, del control de sus emociones y el respeto a las diferencias.	Se califica mal cuando el alumnado no participa activamente en la danza y no pierde sus miedos; no ajusta sus movimientos al movimiento de sus compañeros y tampoco al ritmo de la música. No expresa predisposición positiva hacia el disfrute, el goce en la relación con los otros; hacia el conocimiento de sí mismo, del control de sus emociones y el respeto a las diferencias.

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.4 Ejercicio 4: Potenciando Mis Piernas

Tabla 7.

Ejercicio 4: Potenciando mis piernas

Competencias a desarrollar:	Básica: Ciudadana	Específica: Motriz
Objetivo:	Fortalecer los miembros inferiores mediante la actividad física colaborativa.	
Contenido de la Educación Física:	Gimnasia	
Esfera de incidencia en la personalidad	Predominio de la esfera social-afectiva y motriz	

Fortalecimiento de piernas

Descripción:

	Concepto/descripción	Observaciones/organización
Estación # 1	A y B de pie, espalda contra espalda, los brazos cruzados delante del pecho. Sentadillas lentas hasta un ángulo de 90°, parar un momento y volver hacia arriba. — ¿Quién de los dos aguanta más tiempo? — También en forma de combate de empujones espalda contra espalda en cuclillas. ¿Quién empuja primero al otro hasta más allá de una marca?	
Estación # 2	A y B enfrentados de rodillas, brazos doblados: empujarse mutuamente hacia atrás, inclinar el tronco estirado hacia atrás, frenar y volver a enderezarse.	
Estación # 3	A apoyado sobre su vientre, B coge el pie derecho de A: A flexiona y estira su rodilla derecha contra la resistencia de B. — También con ambas piernas a la vez. — También en posición de espaldas al suelo: A acerca su rodilla en dirección a su pecho contra la resistencia de B y vuelve a estirarla (contra la resistencia de B).	
Estación # 4	A de rodillas, brazos cruzados detrás de su nuca. B fija los pies de A contra el suelo. A baja y eleva el tronco con la mayor inclinación hacia delante posible. — También con giros en el tronco hacia izq. y dr., después de inclinarse hacia delante. — También estirando el tronco plano sobre el suelo sin llegar a tocarlo.	
Estación # 5	Sentados con las piernas separadas, uno enfrente del otro, plantas de los pies contra plantas: Los dos elevan primero una pierna ligeramente del suelo, luego intentan levantar ambas piernas a la vez. — apoyando las manos por detrás del cuerpo, — sin apoyo, manos cruzadas.	
Estación # 6	Brazos juntos al cuerpo: Bajar lentamente hacia atrás, sin doblar la cadera y volver a enderezarse. Sólo bajar hasta tal punto que permita volver a subir. — Igual, pero al bajar el tronco, giros hacia la dr. y la izq. antes de enderezar.	

Fuente: (L. Brugger, 1995)

Orientaciones metodológicas:

Se divide el grupo en cuatro estaciones, en cada una de ellas se trabaja por espacio de 30 segundos con 60 segundos de descanso por estación; se realiza los ejercicios de la tabla 3 presentada anteriormente, siguiendo la secuencia para rotar al terminar el tiempo.
El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, y velará por el orden de la clase.

Tabla 7. (Continuación).

Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	Se califica bien cuando el alumno realiza correctamente el ejercicio; ajusta sus movimientos al movimiento de su compañero. Expresa predisposición positiva hacia el conocimiento de sí mismo, de sus fortalezas y debilidades y al respeto a las diferencias.	Se califica regular cuando el alumno realiza algunas veces correctamente el ejercicio; algunas veces ajusta sus movimientos al movimiento de su compañero. Algunas veces expresa predisposición positiva hacia el conocimiento de sí mismo, de sus fortalezas y debilidades y al respeto a las diferencias.	Se califica mal cuando el alumno no realiza correctamente el ejercicio; no ajusta sus movimientos al movimiento de su compañero. No expresa predisposición positiva hacia el conocimiento de sí mismo, de sus fortalezas y debilidades y al respeto a las diferencias.

Fuente: Elaboración propia.



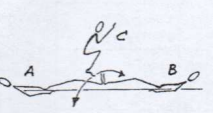
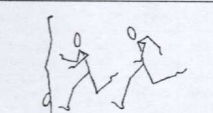
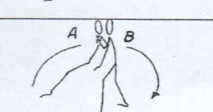
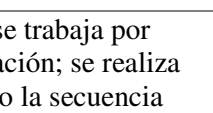
3.4.2.5 Ejercicio 5: hago fuerte mi cuerpo

Tabla 8.

Ejercicio 5: hago fuerte mi cuerpo

Competencias a desarrollar:	Básica: Ciudadana	Específica: Axiológica corporal
Objetivo:	Fortalecer los miembros superiores mediante la actividad física colaborativa.	
Contenido de la Educación Física:	Gimnasia	
Esfera de incidencia en la personalidad	Predominio de la esfera social-afectiva y motriz	

Tabla 8. (Continuación).

Descripción:	Ejercicios de fortalecimiento de mi cuerpo		
Estación # 1	Comenzar con 2 o tres perseguidores. Como atrapado, se considera el que es levantado del suelo (los perseguidores levantan juntamente a un jugador del suelo y cuentan hasta 3). El jugador cazado ayuda en la siguiente vuelta a pillar.		
Estación # 2	A está sentado en el suelo, eleva ligeramente las piernas y las abre y cierra con ritmo.		
Estación # 3	B salta entre las piernas de A (separando-juntando sus piernas). — Igual, B ha de bajar en sus saltos hasta cuclillas y volver a subir.		
Estación # 4	Por tríos: A y B estirados sobre la espalda, plantas de los pies en contacto, C se coloca en un lado. A y B elevan ligeramente sus piernas y las mueven hacia la dr. y la izq., mientras C salta por encima. — Igual, pero A y B separan y juntan las piernas, C salta en medio de las piernas separadas y vuelve a salir.		
Estación # 5	Igual que un juego normal de persecución, pero los que tengan las piernas en el aire no se pueden tocar y el perseguidor ha de ir tras otro jugador. También: El que se mantiene durante 3 seg en la vertical ya no puede ser tocado.		
	Fuente: (L. Brugger, 1995)		
Orientaciones metodológicas:	Se divide el grupo en cuatro estaciones, en cada una de ellas se trabaja por espacio de 30 segundos con 60 segundos de descanso por estación; se realiza los ejercicios de la tabla 3 presentada anteriormente, siguiendo la secuencia para rotar al terminar el tiempo. El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, y velará por el orden de la clase.		
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	Se califica bien cuando el alumno realiza correctamente el ejercicio; ajusta sus movimientos al movimiento de su compañero. Expresa predisposición positiva hacia el conocimiento de sí mismo, de sus fortalezas y debilidades y al respeto a las diferencias.	Se califica regular cuando el alumno realiza algunas veces correctamente el ejercicio; algunas veces ajusta sus movimientos al movimiento de su compañero. Algunas veces expresa predisposición positiva hacia el conocimiento de sí mismo, de sus fortalezas y debilidades y al respeto a las diferencias.	Se califica mal cuando el alumno no realiza correctamente el ejercicio; no ajusta sus movimientos al movimiento de su compañero. No expresa predisposición positiva hacia el conocimiento de sí mismo, de sus fortalezas y debilidades y al respeto a las diferencias.

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.6 Ejercicio 6: Salto de cuerda con valores

Tabla 9.

Ejercicio 6: Salto de cuerda con valores


Competencias a desarrollar:	Básica: Ciudadana	Específica: Lúdica Motriz
Objetivo:	Activación motora e identificación de las fortalezas y debilidades de los compañeros.	
Contenido de la Educación Física:	Juegos	
Esfera de incidencia en la personalidad	Predominio de la esfera social-afectiva y motriz	
Descripción:	<p>El salto a la cuerda es una actividad practicada como Juego infantil y como ejercicio físico (especialmente como entrenamiento para algunos deportes, como el boxeo, tenis o el culturismo, etc.). El uso de las cuerdas para saltar ha sido tradicionalmente uno de los juegos favoritos de los niños. Se utiliza en este proyecto para recuperar e incentivar los juegos tradicionales que se venían realizando anteriormente en esta localidad, esta actividad se suele usar como calentamiento previo y en este caso se le añade diferentes variantes como saltar en 1 pie (saltos unipodales), con 2 pies (saltos bipodales), y con el condimento de que en cada salto el practicante deberá decir un valor diferente, o una fortaleza de los compañeros que estén batiendo la cuerda, este resulta un entrenamiento ideal para la condición física, puede contribuir al desarrollo de la dimensión cognitiva y la social-afectiva; para los deportes o la clase de Educación Física. Con la cuerda se trabaja la coordinación y el ritmo, cada salto con cuerda endurece y renueva la textura de los músculos, y se considera adecuado para el corazón y los pulmones.</p> <p><i>Grado 6-3 saltando la cuerda mencionando distintos valores (20)</i></p>	
		
Orientaciones metodológicas:	<p>Se divide el grupo en 10 subgrupos de 4 integrantes cada uno, se asignará un espacio de 10 minutos de trabajo que incluye las diversas detenciones que se producen al saltar la cuerda. Dos educandos saltaran la cuerda y hará pareja con uno de los que bate el lazo, esto facilita que al saltar la cuerda se mencione un valor o fortaleza de cada integrante del grupo (los valores se mencionan de manera alternada por cada miembro del grupo). El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados al saltar el lazo, y velará por el orden de la clase.</p>	

Tabla 9. (Continuación).

Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	Reconoce sus fortalezas y limitaciones en el salto de la cuerda; es tolerante ante situaciones que se presentan en el juego. Expresa predisposición positiva hacia el respeto a las diferencias.	Reconoce algunas de sus fortalezas y limitaciones en la exploración de esta modalidad, es intolerante ante situaciones que se presentan en el juego. En ocasiones expresa predisposición positiva hacia el respeto a las diferencias.	No reconoce sus fortalezas y limitaciones en la exploración de esta modalidad, no es tolerante ante situaciones que se presentan en el juego. No expresa predisposición positiva hacia el respeto a las diferencias.

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.7 Ejercicio 7: Captura la bandera

Tabla 10.

Ejercicio 7: Captura la bandera

Competencias a desarrollar:	Básica: Comunicativa	Específica: Lúdica Motriz
Objetivo:	Activación motora y cooperación con los compañeros de equipo	
Contenido de la Educación Física:	Juegos	
Esfera de incidencia en la personalidad	Predominio de la esfera social-afectiva y motriz	
Descripción:	En este juego, dos equipos ocultan un objeto (“la bandera”), en su territorio. Por lo general, para delimitar el territorio se separa el terreno de juego por la mitad utilizando conos o topes. El equipo A o B debe intentar tomar la bandera del equipo contrario y traerla a su territorio antes de que el adversario encuentre la propia. Para defender la bandera, los equipos pueden darle un toque a cualquier oponente que se encuentre en su territorio y enviarlo a la “prisión” hasta que alguno de sus compañeros lo libere (la prisión son los aros rojos que se encuentran en la ilustración 5). El primer equipo que captura la bandera del adversario y la lleve a su territorio gana la ronda. Por lo general, si el juego es muy corto, se cambia de lado, se vuelven a esconder las banderas y se juega otra vez. Los equipos deben tener la misma cantidad de miembros (8).	

Tabla 10. (Continuación).

Captura la bandera			
Orientaciones metodológicas:	Se debe velar por la correcta división de los equipos; por la organización y dirección del juego. El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, faltas al reglamento y velará por el orden de la clase.		
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	Cuando los educandos manifiestan una gama de expresiones gestuales de variadas significaciones; identifican tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas; interpretan situaciones de juego y proponen diversas soluciones. Expresan adecuados sentimientos y normas de conducta.	Cuando los educandos en algunas ocasiones manifiestan una gama de expresiones gestuales de variadas significaciones; algunas veces identifican tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas; ocasionalmente interpretan situaciones de juego y proponen diversas soluciones. Expresan con dificultades los sentimientos y normas de conducta	Cuando los educandos no manifiestan una gama de expresiones gestuales de variadas significaciones; no identifican tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas; no interpretan situaciones de juego y proponen diversas soluciones. No expresan adecuados sentimientos y normas de conducta.

Fuente: Elaboración propia.

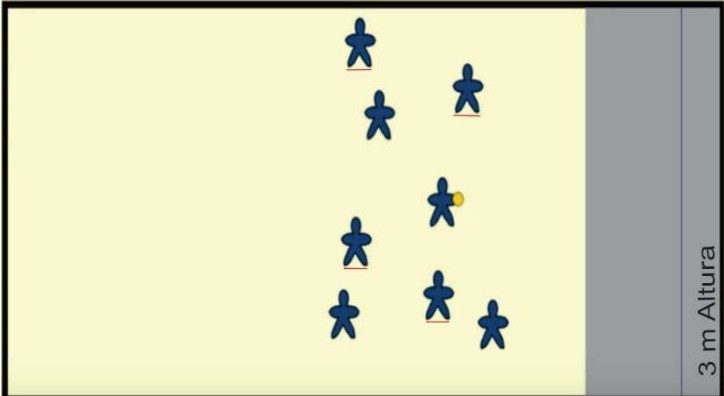
3.4.2.8 Ejercicio 8: Wall ball

Tabla 11.

Ejercicio 8: Wall ball

Competencias a desarrollar:	Básica: Matemáticas	Específica: Lúdica Motriz
Objetivo:	Desarrollar habilidades motrices básicas (correr, saltar, lanzar) y nociones temporales y espaciales.	
Contenido de la Educación Física:	Juegos	
Esfera de incidencia en la personalidad	Predominio de la esfera cognitiva y motriz	

Tabla 11. (Continuación).

Descripción:	<p>Para el desarrollo del juego se requiere de una pared, una pelota de tenis y dos grupos de 4 niños (as) cada uno. El tiempo de trabajo es de 10 minutos.</p> <p>El juego consiste en que cada integrante debe golpear la pelota con la palma de su mano, y dirigirla hacia la parte inferior de la pared (por debajo de los 3 metros de altura). Seguidamente un miembro del equipo contrario dejará que la pelota rebote una sola vez y realizará el golpe hacia la misma dirección, así sucesivamente.</p> <p>No se debe golpear la pelota de manera seguida por un mismo integrante de un equipo. Si la pelota rebota en el piso 2 veces o más ganará un punto el equipo contrario. Ganará el equipo que primero llegue a 50 puntos.</p> <p>Wall Ball</p>		
Orientaciones metodológicas:	<p>El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, faltas al reglamento y velará por el orden de la clase.</p>		
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	<p>Bien</p> <p>Se califica bien cuando el alumno realiza correctamente el ejercicio; interpreta situaciones de juego y proponen diversas soluciones; aplica nociones temporo-espaciales; expresa capacidad de análisis y creatividad.</p>	<p>Regular</p> <p>Se califica regular cuando el alumno realiza correctamente el ejercicio; en ocasiones no interpreta de manera adecuada las situaciones de juego y no propone diversas soluciones; muestra algunas dificultades para aplicar las nociones temporo espaciales; ocasionalmente expresa capacidad de análisis y creatividad.</p>	<p>Mal</p> <p>Se califica mal cuando el alumno realiza incorrectamente el ejercicio; no interpreta las situaciones de juego y no propone diversas soluciones; no aplica nociones temporo-espaciales; no expresa capacidad de análisis y creatividad.</p>
			

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.9 Ejercicio 9: Ponchado**Tabla 12.****Ejercicio 9: Ponchado**

Competencias a desarrollar:	Básica: Matemáticas	Específica: Lúdica Motriz
Objetivo:	Desarrollar habilidades motrices básicas (correr, saltar, lanzar, atrapar) y nociones temporo-espaciales.	
Contenido de la Educación Física:	Juegos	
Esfera de incidencia en la personalidad	Esfera cognitiva, socioafectiva y motriz	
Descripción:	<p>Es un juego de grupo con participación individual. Inicia demarcando un gran cuadrado en el piso, con topes, un sitio para colocar las iniciales de cada jugador participante con tiza y un espacio para colocar la pelota con la que se va a ponchar.</p> <p>Se acuerda entre todos quien lanzará primero el balón referente al cuadro para saber quién va a ponchar y las bases que deben ser tocadas en orden por aquellos que estén corriendo, si un jugador está corriendo y es tocado por el balón queda ponchado. El participante que esté tocando una base no puede ser ponchado. Quien esté ponchando lanzará la bola hacia arriba para darle oportunidad a los que están en la base de poder correr. Tomando como referente el juego limpio, si un jugador es golpeado (ponchado) en el rostro o en la cabeza, el ponche no vale. Al finalizar el juego quienes más veces hayan sido ponchados deberá pagar una penitencia divertida impuesta por todos los estudiantes. Se debe contar cada tiro realizado.</p> <p>Grados séptimos en el juego ponchado</p> 	
Orientaciones metodológicas:	<p>Se debe velar por que todos participen activamente en el juego y la asunción adecuada tanto de la victoria como la derrota.</p> <p>El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, faltas al reglamento y velará por el orden de la clase.</p>	

Tabla 12. (Continuación).

Crterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	Se califica bien cuando el educando cumple el objetivo del juego, se ajusta al espacio y distancia entre sus compañeros y el terreno de juego; resuelve problemas a partir del juego; controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse; genera creatividad para el desarrollo del juego.	Se califica regular cuando el educando algunas veces se ajusta al espacio y distancia entre sus compañeros y el terreno de juego, ocasionalmente resuelve problemas a partir del juego; con dificultades controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse; algunas veces genera creatividad para el desarrollo del juego.	Se califica mal cuando el educando no se ajusta al espacio y distancia entre sus compañeros y el terreno de juego, no resuelve problemas a partir del juego; no controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse; no genera creatividad para el desarrollo del juego.

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.10 Ejercicio 10: “Triqui”

Tabla 13.

Ejercicio 10: “Triqui”

Competencias a desarrollar:	Básica: Matemáticas	Específica: Lúdica Motriz
Objetivo:	Desarrollar la habilidad motriz de la carrera, generar empatía y compañerismo en el grupo.	
Contenido de la Educación Física:	Juegos	
Esfera de incidencia en la personalidad	Esfera cognitiva, socioafectiva y motriz	
Descripción:	<p>Para el desarrollo del juego se divide el grupo en dos subgrupos de 4 niños (as) cada uno. El tiempo de trabajo es de 10 minutos (incluyendo las detenciones). El juego consiste en correr de manera rápida hacia un espacio determinado donde se encuentran 9 aros ubicados en el suelo. El participante en turno debe llevar lo más rápido posible un peto hacia la ubicación de los aros.</p> <p>La idea del juego consiste en ubicar los tres petos alineados en los aros ya sea de manera horizontal, vertical o diagonal (hacer 3 en rayas o triqui).</p> <p>En caso de que los tres primeros integrantes no puedan completar la línea de 3 (rayas o triqui), el cuarto integrante tendrá la oportunidad de hacer las correcciones pertinentes a la ubicación de los petos para lograr la victoria. Ganará el equipo que primero realice las 3 en rayas o triqui.</p>	

Tabla 13. (Continuación).

Grados séptimos jugando Triqui



Orientaciones metodológicas:	Se deberá velar por la correcta salida de los integrantes de cada equipo; por la participación activa de todos los educandos y la asunción adecuada tanto de la victoria como la derrota. El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, faltas al reglamento y velará por el orden de la clase.		
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	Se califica bien cuando el educando cumple el objetivo del juego; muestra nociones temporo-espaciales, de tamaño, forma distancias y seriaciones; controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos; emplea su creatividad. Manifiesta una predisposición adecuada hacia las normas de conducta.	Se califica bien cuando el educando cumple parcialmente el objetivo del juego; muestra dificultades en las nociones temporo-espaciales, de tamaño, forma distancias y seriaciones; presenta dificultades al controlar el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos; en ocasiones emplea su creatividad. Manifiesta una predisposición adecuada hacia las normas de conducta.	Cuando el educando no cumple el objetivo del juego; no muestra nociones temporo-espaciales, de tamaño, forma distancias y seriaciones; no controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos; no muestra creatividad. No manifiesta una predisposición adecuada hacia las normas de conducta.

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.11 Ejercicio 11: Balón pesado

Tabla 14.

Ejercicio 11: Balón pesado

Competencias a desarrollar:	Básica: Comunicativa	Específica: Motriz
Objetivo:	Desarrollar habilidades motrices básicas como correr, saltar, agarrar y tirar. Contribuir al desarrollo de las capacidades físicas (condicionales y coordinativas), las actitudes y los valores.	
Contenido de la Educación Física:	Deportes	
Esfera de incidencia en la personalidad	Esfera cognitiva, socioafectiva y motriz	

Descripción: Cada equipo cuenta con 10 jugadores, compuesto de cinco titulares y cinco relevos. Se juegan dos tiempos de 20 minutos con 5 de descanso. El punto central divide el campo en dos zonas para cada equipo. Los jugadores se organizan a voluntad. El docente convoca a los capitanes de cada equipo (elegidos por cada grupo) y sortea el derecho del balón con cobro de moneda. El balón será un balón desinflado. Una vez ganado el saque, el capitán se sitúa en la última línea de su zona a la espera de la señal de comienzo de juego.

El jugador tiene 3 segundos para hacer mover la pelota y quien la recibe, tiene la potestad de trasportarla, caminando o corriendo en cualquier dirección, pasar la pelota con un lanzamiento o haciéndola rodar, pero nunca entregada, y siempre con las manos, eludiendo rivales. El derecho al balón se alterna entre adversarios en cambio de tiempos. Cada vez que se realice un gol, el balón le corresponde al equipo que lo recibió.

El campo de juego se comprende de un rectángulo de iguales dimensiones y características del terreno al baloncesto. El gol equivale a un (1) punto; el equipo ganador obtendrá dos (2) puntos; el perdedor cero (0) puntos; en caso de empate, cada equipo obtendrá un (1) punto c/u. El jugador que esté en posesión del balón, no podrá atropellar a ningún adversario, y debe lograr que el balón en forma directa o indirecta haga contacto con la parte interna del círculo pintado en el suelo en terreno de su oponente, para anotar un punto o gol.

Ilustración 9 Balón pesado



Tabla 14. (Continuación).

Orientaciones metodológicas:	Se debe velar por la participación activa de todos los educandos y la asunción adecuada tanto de la victoria como la derrota. El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, faltas al reglamento y velará por el orden de la clase.		
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	Se califica bien cuando los educandos cumplen el objetivo del juego; manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones y proponen soluciones; emplean su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.	Se califica bien cuando los educandos cumplen parcialmente el objetivo del juego; manifiestan dificultades en las relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones, pero muestran dificultades al proponer soluciones y emplear su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.	Cuando los educandos no cumplen el objetivo del juego; no manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; no comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, no interpretan las diversas situaciones que se les presentan, no proponen soluciones, ni emplean su creatividad; no fortalecen las capacidades físicas; no comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.12 Ejercicio 12: Balonmano

Tabla 15.

Ejercicio 12: Balonmano

Competencias a desarrollar:	Básica: Comunicativa	Específica: Motriz
Objetivo:	Desarrollar las habilidades deportivas del balonmano (pase-recibo, drible, desmarque-marcaje, tiro a puerta). Contribuir al desarrollo de las capacidades físicas (condicionales y coordinativas), las actitudes y los valores.	
Contenido de la Educación Física:	Deportes	
Esfera de incidencia en la personalidad	Esfera cognitiva, socioafectiva y motriz	

Tabla 15. (Continuación).

Descripción:	<p>Se adapta el juego balonmano (simplificado y modificado) a las características de los participantes, en este caso se realiza un 2 contra 2, en un espacio reducido de 10 metros de distancia entre cada portería (éstas últimas demarcadas con conos con una longitud de 1 metro). Cada equipo tiene una portería que defender.</p> <p>Al frente de cada integrante se ubicará otro compañero adversario, al cual debe intentar marcar/desmarcar en relación del rol ofensivo/defensivo que se asuma. Cada integrante deberá tratar de anotar un gol en la portería contraria.</p> <p>Las habilidades deportivas se enseñarán a partir del contexto de juego, lo cual favorece la reflexión y toma de conciencia del comportamiento táctico y las habilidades a aprender/desarrollar.</p> <p>Cada cinco minutos se produce un cambio de parejas, de tal modo que se favorece al adecuado descanso y recuperación. Las parejas se pueden cambiar en función de favorecer la variabilidad en los roles y en los adversarios a enfrentar.</p> <p>Después del juego de 2 contra 2, se pueden realizar progresiones de 3 contra 3; 4 contra 4, así sucesivamente hasta completar el 5 vs 5.</p> <p>En los juegos se pueden adaptar las reglas para favorecer un desarrollo adecuado de las habilidades deportivas y las habilidades de cooperación-oposición.</p>		
Orientaciones metodológicas:	<p>Se debe velar por la participación activa de todos los educandos y la asunción adecuada tanto de la victoria como la derrota.</p> <p>Se debe adaptar y modificar los juegos tomando en consideración los diferentes niveles, motivaciones y espacios para su aplicación.</p> <p>Las habilidades deportivas se deben enseñar y desarrollar a partir de las concepciones del modelo comprensivo de juego (1ra etapa).</p> <p>El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, faltas al reglamento y velará por el orden de la clase.</p>		
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	<p>Bien</p> <p>Se califica bien cuando los educandos cumplen el objetivo del juego; manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones y proponen soluciones; emplean su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.</p>	<p>Regular</p> <p>Se califica bien cuando los educandos cumplen parcialmente el objetivo del juego; manifiestan dificultades en las relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones, pero muestran dificultades al proponer soluciones y emplear su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.</p>	<p>Mal</p> <p>Cuando los educandos no cumplen el objetivo del juego; no manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; no comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, no interpretan las diversas situaciones que se les presentan, no proponen soluciones, ni emplean su creatividad; no fortalecen las capacidades físicas; no comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.</p>

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.13 Ejercicio 13: Baloncesto**Tabla 16.****Ejercicio 13: Baloncesto**

Competencias a desarrollar:	Básica: Comunicativa	Específica: Lúdica Motriz
Objetivo:	Desarrollar habilidades deportivas del baloncesto (pase-recibo, drible, desmarque-marcaje, tiro desde diferentes posiciones). Contribuir al desarrollo de las capacidades físicas (condicionales y coordinativas), las actitudes y los valores.	
Contenido de la Educación Física:	Deportes	
Esfera de incidencia en la personalidad	Esfera cognitiva, socioafectiva y motriz	
Descripción:	<p>Se adapta el juego baloncesto (simplificado y modificado) a las características de los participantes, en este caso se realiza un 2 contra 2, en un espacio reducido de 10 metros de distancia entre cada cesta (éstas últimas demarcadas con barriles plásticos). Cada equipo tiene una cesta que defender.</p> <p>Al frente de cada integrante se ubicará otro compañero adversario, al cual debe intentar marcar/desmarcar en relación del rol ofensivo/defensivo que se asuma. Cada integrante deberá tratar de anotar una cesta en el barril contrario.</p> <p>Las habilidades deportivas se enseñarán a partir del contexto de juego, lo cual favorece la reflexión y toma de conciencia del comportamiento táctico y las habilidades a aprender/desarrollar.</p> <p>Cada cinco minutos se produce un cambio de parejas, de tal modo que se favorece al adecuado descanso y recuperación. Las parejas se pueden cambiar en función de favorecer la variabilidad en los roles y en los adversarios a enfrentar.</p> <p>Después del juego de 2 contra 2, se pueden realizar progresiones de 3 contra 3; 4 contra 4, así sucesivamente hasta completar el 5 vs 5.</p> <p>En los juegos se pueden adaptar las reglas para favorecer un desarrollo adecuado de las habilidades deportivas y las habilidades de cooperación-oposición.</p>	
Orientaciones metodológicas:	<p>Se debe velar por la participación activa de todos los educandos y la asunción adecuada tanto de la victoria como la derrota.</p> <p>Se debe adaptar y modificar los juegos tomando en consideración los diferentes niveles, motivaciones y espacios para su aplicación.</p> <p>Las habilidades deportivas se deben enseñar y desarrollar a partir de las concepciones del modelo comprensivo de juego (1ra etapa).</p> <p>El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, faltas al reglamento y velará por el orden de la clase.</p>	

Tabla 16. (Continuación).

Crterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
:	Se califica bien cuando los educandos cumplen el objetivo del juego; manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones y proponen soluciones; emplean su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.	Se califica bien cuando los educandos cumplen parcialmente el objetivo del juego; manifiestan dificultades en las relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones, pero muestran dificultades al proponer soluciones y emplear su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.	Cuando los educandos no cumplen el objetivo del juego; no manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; no comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, no interpretan las diversas situaciones que se les presentan, no proponen soluciones, ni emplean su creatividad; no fortalecen las capacidades físicas; no comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.14 Ejercicio 14: Fútbol

Tabla 17.

Ejercicio 14: Fútbol

Competencias a desarrollar:	Básica: Ciudadana	Específica: Motriz
Objetivo:	Desarrollar las habilidades deportivas del fútbol (pase, recepción, definición, marcaje-desmarque). Contribuir al desarrollo de las capacidades físicas (condicionales y coordinativas), las actitudes y los valores.	
Contenido de la Educación Física:	Deportes	
Esfera de incidencia en la personalidad	Esfera cognitiva, socioafectiva y motriz	

Tabla 17. (Continuación).

<p>Descripción:</p>	<p>Se adapta el juego de futbol sala (simplificado y modificado) a las características de los participantes, en este caso se realiza un 2 contra 2, en un espacio reducido de 10 metros de distancia entre cada portería (éstas últimas demarcadas con conos con una longitud de 2 metros). Cada equipo tiene una portería que defender.</p> <p>Al frente de cada integrante se ubicará otro compañero adversario, al cual debe intentar marcar/desmarcar en relación del rol ofensivo/defensivo que se asuma. Cada integrante deberá tratar de anotar un gol en la portería contraria.</p> <p>Las habilidades deportivas se enseñarán a partir del contexto de juego, lo cual favorece la reflexión y toma de conciencia del comportamiento táctico y las habilidades a aprender/desarrollar.</p> <p>Cada cinco minutos se produce un cambio de parejas, de tal modo que se favorece el adecuado descanso y recuperación. Las parejas se pueden cambiar en función de favorecer la variabilidad en los roles y en los adversarios a enfrentar.</p> <p>Después del juego de 2 contra 2, se pueden realizar progresiones de 3 contra 3; 4 contra 4, así sucesivamente hasta completar el 5 vs 5.</p> <p>En los juegos se pueden adaptar las reglas del fútbol sala para favorecer un desarrollo adecuado de las habilidades deportivas y las habilidades de cooperación-oposición.</p>		
<p>Orientaciones metodológicas:</p>	<p>Se debe velar por la participación activa de todos los educandos y la asunción adecuada tanto de la victoria como la derrota.</p> <p>Se debe adaptar y modificar los juegos tomando en consideración los diferentes niveles, motivaciones y espacios para su aplicación.</p> <p>Las habilidades deportivas se deben enseñar y desarrollar a partir de las concepciones del modelo comprensivo de juego (1ra etapa).</p> <p>El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, faltas al reglamento y velará por el orden de la clase.</p>		
<p>Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:</p>	<p>Bien</p> <p>Se califica bien cuando los educandos cumplen el objetivo del juego; manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones y proponen soluciones; emplean su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.</p>	<p>Regular</p> <p>Se califica bien cuando los educandos cumplen parcialmente el objetivo del juego; manifiestan dificultades en las relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones, pero muestran dificultades al proponer soluciones y emplear su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.</p>	<p>Mal</p> <p>Cuando los educandos no cumplen el objetivo del juego; no manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; no comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, no interpretan las diversas situaciones que se les presentan, no proponen soluciones, ni emplean su creatividad; no fortalecen las capacidades físicas; no comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.</p>

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2.15 Ejercicio 15: Voleibol**Tabla 18.****Ejercicio 15: Voleibol**

Competencias a desarrollar:	Básica: Comunicativa	Específica: Lúdica Motriz	
Objetivo:	Desarrollar las habilidades deportivas del voleibol (voleo, pase, recibo, remate). Contribuir al desarrollo de las capacidades físicas (condicionales y coordinativas), las actitudes y los valores.		
Contenido de la Educación Física:	Deportes		
Esfera de incidencia en la personalidad	Esfera cognitiva, socioafectiva y motriz		
Descripción:	Se adapta el juego voleibol (simplificado y modificado) a las características de los participantes, en este caso se realiza un 2 contra 2, en un espacio reducido de 10 metros de distancia, en medio los divide unas estacas plásticas de 1.50 metros de altura y 5 metros de ancho. Cada equipo tiene una portería que defender. Al frente de cada integrante se ubicará otro compañero adversario, al cual debe intentar puntuarle en su campo. Cada integrante deberá tratar de anotar un punto en la portería contraria. Las habilidades deportivas se enseñarán a partir del contexto de juego, lo cual favorece la reflexión y toma de conciencia del comportamiento táctico y las habilidades a aprender/desarrollar. Cada cinco minutos se produce un cambio de parejas, de tal modo que se favorece el adecuado descanso y recuperación. Las parejas se pueden cambiar en función de favorecer la variabilidad en los roles y en los adversarios a enfrentar. Después del juego de 2 contra 2, se pueden realizar progresiones de 3 contra 3; 4 contra 4, así sucesivamente hasta completar el 5 vs 5. En los juegos se pueden adaptar las reglas para favorecer un desarrollo adecuado de las habilidades deportivas y las habilidades de cooperación-oposición.		
Orientaciones metodológicas:	Se debe velar por la participación activa de todos los educandos y la asunción adecuada tanto de la victoria como la derrota. Se debe adaptar y modificar los juegos tomando en consideración los diferentes niveles, motivaciones y espacios para su aplicación. Las habilidades deportivas se deben enseñar y desarrollar a partir de las concepciones del modelo comprensivo de juego (1ra etapa). El profesor asumirá el rol de facilitador, mediador, guía, observador y realizará las correcciones pertinentes, para evitar gestos inadecuados, faltas al reglamento y velará por el orden de la clase.		
Criterios utilizados para la evaluación de los ejercicios lúdico pedagógicos:	Bien	Regular	Mal
	Se califica bien cuando los educandos cumplen el objetivo del juego; manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones y proponen soluciones; emplean su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.	Se califica bien cuando los educandos cumplen parcialmente el objetivo del juego; manifiestan dificultades en las relaciones de cooperación y oposición; comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, interpretan diversas situaciones, pero muestran dificultades al proponer soluciones y emplear su creatividad; fortalecen las capacidades físicas; comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.	Cuando los educandos no cumplen el objetivo del juego; no manifiestan adecuadas relaciones de cooperación y oposición; no comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, no interpretan las diversas situaciones que se les presentan, no proponen soluciones, ni emplean su creatividad; no fortalecen las capacidades físicas; no comprenden que el juego ayuda a la formación de valores.

Fuente: Elaboración propia.

3.4.3 Aplicación de ejercicios lúdico pedagógicos

3.4.3.1 Criterios de aplicación de los ejercicios

Los ejercicios lúdico-pedagógicos diseñados se aplicaron desde el 1 de febrero de 2019 al 1 de marzo del mismo año (cuatro semanas consecutivas).

Periodicidad: se implementan durante las clases de Educación Física, la cual se desarrolla 1 vez por semana en cada grado, con una duración aproximada de 80 minutos.

El investigador interactuó con todos los grados de 6to (seis en total) y 7mo (seis en total) durante 1 mes, en los días correspondientes al horario de cada clase, interactuando de lunes a viernes, en la jornada de la tarde. En total se interactuó 4 veces en el mes con cada grupo.

En cada clase se realizaron tres ejercicios por día (uno de gimnasia, uno de juego y uno de deporte). Durante la implementación de la propuesta se realizaron conversatorios con los estudiantes sobre: la nutrición y alimentación, la importancia de la práctica de actividades físicas sistemáticas, la importancia de mantener una adecuada higiene personal, los estilos de vida saludables, la necesidad de utilizar una vestimenta e indumentaria adecuada, entre otros aspectos.

Criterios pedagógico-didácticos tomados en cuenta para implementar los ejercicios:

- Realización de un diagnóstico integral.
- Conocimiento del estado alimenticio, estado de salud y disposición de los estudiantes.
- La atención a las diferencias individuales durante las clases.
- La implicación de grandes musculares.

- Integración de lo cognitivo-emocional-social y físico-motriz.
- La estimulación de la motivación (fundamentalmente intrínseca) y la creación de un estado psíquico favorable para el desarrollo de la clase.
- La estimulación del pensamiento productivo y el pensamiento táctico de los alumnos.
- Desarrollo del aprendizaje colaborativo y el establecimiento de adecuados niveles de ayuda.
- Atención a la diversidad y la inclusión.
- Adecuada organización del material de clase con la respectiva autoevaluación.

Para la selección/aplicación de los ejercicios lúdico-pedagógicos se tomó en cuenta la siguiente progresión metodológica:

- Ir de lo conocido a lo desconocido.
- De lo sencillo y de fácil realización a lo más complejos y de difícil ejecución.
- De lo aprendido a lo nuevo.
- De la realización de ejercicios de forma individual a la realización de ejercicios en parejas y en grupos (tríos, cuartetos, etc.).

En la fase o momento inicial de la clase fueron utilizados los siguientes ejercicios:

- Líderes en el calentamiento.
- Desarrollo de capacidades coordinativas.

- Ritmo terapia.
- Wall Ball.
- Triqui.

En la fase o momento principal fueron utilizados los ejercicios:

- Balón pesado.
- Balón mano.
- Baloncesto.
- Fustal.
- Voleibol

En la fase final fueron utilizados los ejercicios:

- De retroalimentación, respiración, relajación, estiramientos y vuelta a la calma.

3.5 Valoración de los resultados de la aplicación de los ejercicios lúdico pedagógicos.

La valoración de los ejercicios lúdico-pedagógicos aplicados se realiza de forma gradual, planificada y sistemática desde el propio proceso de su implementación, donde se recoge abundante información y se emiten juicios valorativos. Con el fin de hacerlos abarcables y manejables se realiza una selección de estos para exponer la evaluación desde diversas perspectivas.

3.6 Resultados de la observación a clases de educación física (después de aplicada la propuesta)

Al analizar los resultados de la observación, se constatan cambios positivos (durante 5 semanas de observación tanto durante, como concluida la implementación de la propuesta), en relación al primer momento, que se sintetizan en tres direcciones fundamentales: hacia el proceso de la clase de Educación Física; el desempeño y los niveles de satisfacción de los estudiantes; y la labor del docente.

En relación al proceso de la clase de Educación Física: Se constatan cambios favorables orientados de manera consciente y progresiva a la formación integral de los estudiantes (dimensión cognitiva, socioafectiva y físico-motriz) desde una perspectiva interdisciplinar. Las clases de Educación Física, de manera gradual, se caracterizan por un mayor dinamismo, organización y sistematicidad de las influencias instructivo-educativas. Se desarrollan habilidades motrices, capacidades físicas, la adquisición de conocimientos, el desarrollo de cualidades morales y volitivas de manera integrada, además, de una adecuada organización y dirección del material de clase con la respectiva autoevaluación.

En relación con los estudiantes se constata una participación durante la planificación, ejecución y control de los ejercicios lúdico-pedagógicos. Durante la implementación de la propuesta se percibe la estimulación del trabajo cooperativo, significativo, consciente y transformador del aprendiz. Se percibe que los estudiantes mejoran su presentación personal, se implican de manera consciente hacia su aprendizaje y las interacciones grupales que se establecen, entre otros aspectos.

En relación con el docente se perciben cambios positivos relacionados a la asunción

progresiva y sistemática del rol de facilitador, mediador, guía, observador, realizando correcciones pertinentes enfocadas a evitar los gestos inadecuados, las faltas al reglamento, así como la estimulación a que todos los miembros del grupo contribuyan al orden de la clase. El docente de manera progresiva y consciente se orienta a gestionar actividades para la estimulación de la motivación de los estudiantes y la creación de un estado psíquico favorable durante el desarrollo de la clase; se constata un tránsito progresivo y positivo del docente de la directividad hacia la no directividad; a la atención a las diferencias individuales de los alumnos, a la inclusión y la diversidad.

3.7 Entrevista al docente (después de aplicada la propuesta)

Al analizar los resultados de la entrevista realizada al docente (Anexo E), después de aplicada la propuesta, se constata lo siguiente:

En relación al primer ítem refiere que algunos ejercicios fueron novedosos e innovadores, tuvieron gran acogida por los estudiantes, contribuyeron a su desarrollo integral (a la dimensión cognitiva, socio-afectiva, y físico-motriz); al desarrollo de las habilidades motrices básicas, las habilidades deportivas de los aprendices; a la formación de la capacidad de rendimiento físico; a la motivación y la necesidad de la práctica sistemática del ejercicio físico y el deporte; así como a la formación de intereses hacia la participación de la actividad física; la disciplina consciente durante la clase, entre otros aspectos. Refirió, además, la necesidad de seguir aplicando la propuesta en el transcurso del año lectivo.

Los criterios emitidos por el docente evidencian la pertinencia e importancia que le confirió a la propuesta y de la aceptación que tuvo por parte de los alumnos.

En relación con la pregunta #2, el docente se refirió a que la propuesta, en cuanto a la organización y dirección de las sesiones de clase, contribuyó de manera positiva al logro de los

aprendizajes, las competencias, los objetivos y contenidos pretendidos; se realizó una adecuada selección de los métodos, medios y condiciones para la enseñanza; aspectos esenciales tomados en cuenta en la organización de las clases desarrolladas. Durante las jornadas los estudiantes asumieron una participación activa en todos los momentos de la misma, y la labor docente facilitó, guio, todo el proceso instructivo, educativo desarrollado.

Al analizar estos criterios manifiestos por el docente se denota que la propuesta contribuyó de manera positiva en relación a la organización y dirección de las sesiones de clase.

Respecto al ítem #3, el docente afirma que la duración de las sesiones de clase desarrolladas fueron ideales y bien conectadas con el tiempo real disponible para este proceso, ya que los desplazamientos realizados al coliseo y el estadio municipal, siempre restan algunos minutos de la clase de Educación Física.

Al analizar este criterio se constata que la propuesta se adaptó de manera adecuada al contexto y a las características temporo-espaciales con que se realiza el proceso de la clase.

En relación con la pregunta #4, el docente refirió que la propuesta contribuyó al desarrollo de la motivación de los estudiantes por la clase y las actividades físicas realizadas; se contribuyó a la creación de un estado psíquico favorable para el desarrollo de la misma; mediante la aplicación de la propuesta los aprendices experimentaron momentos de alegría, distensión, diversión, esparcimiento; se percibió que los aprendices incrementaron su deseo por participar en los ejercicios lúdico-pedagógicos realizados; por relacionarse con sus iguales, el docente y el investigador; la propuesta de manera positiva dio respuestas a las necesidades básicas de movimiento de los aprendices; los estudiantes mejoraron las habilidades de trabajo en equipo, la colaboración, cooperación, empatía, entre otros aspectos.

Al tomar en cuenta los criterios aportados por el docente en este aspecto, se denota los cambios lúdico-pedagógicos experimentados por los estudiantes al implementar la propuesta.

En relación con la pregunta #5, el docente afirma que se han constatado cambios positivos en relación con los hábitos alimenticios de los estudiantes. En este sentido, se percibe la toma de conciencia progresiva y cambios de comportamiento de los estudiantes en relación a: el consumo de alimentos antes de la clase, la hidratación durante ésta, el consumo de frutas al finalizar las sesiones, entre otros aspectos. Esto se constata mediante la observación, conversaciones y entrevistas informales realizadas a los aprendices.

Al analizar estos criterios aportados se constata que, aun cuando la propuesta de ejercicios lúdico-pedagógicos no se dirige de manera intencionada en este sentido, durante su implementación se realizaron conversatorios de temas relacionados con la práctica deportiva, como la nutrición, la alimentación y la hidratación requerida.

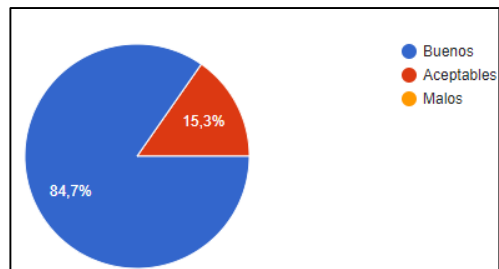
Respecto a la pregunta #6 de la entrevista, el docente apuntó que la propuesta se desarrolló de manera adecuada en correspondencia las fases o momentos de la clase de Educación Física. Se aplicaron ejercicios para cada una de estas fases. El docente resalta que fue apropiado aplicar ejercicios de gimnasia en la fase o momento inicial y ejercicios de juegos y los deportes en la fase o momento principal, así como ejercicios de recuperación, relajación, retroalimentación y vuelta a la calma para el final. Apuntó que resultó importante que durante la fase o momento principal y en los minutos finales de la clase, se crearon espacios propicios para motivar, e introducir, ejercitar y consolidar los conocimientos en los aprendices.

Al realizar una evaluación general de los criterios aportados por el docente sobre la propuesta se constata que influyó de manera positiva en el desarrollo integral de los estudiantes, en el desarrollo de habilidades personales y sociales, en el desarrollo de habilidades y

capacidades deportivas y en la organización y dirección de las sesiones de clase, entre otros aspectos.

3.8 Resultados de la encuesta realizada a los estudiantes (después de aplicada la propuesta)

Al realizar la encuesta escrita a los estudiantes objeto de estudio una vez aplicada la propuesta, se obtienen los siguientes resultados:

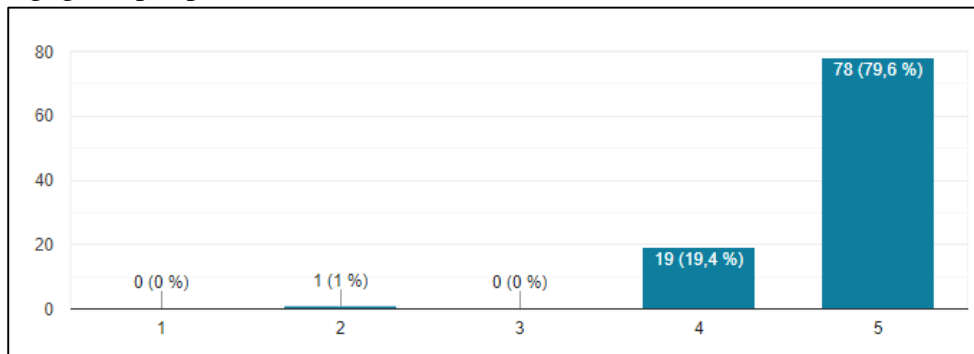


Gráfica 14. Criterio sobre los ejercicios realizados

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #1. Al analizar los resultados obtenidos en este ítem se constata que el 84,7% de los estuantes encuestados, después de la implementación de la propuesta, les parecieron buenos, el 15,3%, los considera aceptablemente y ningun educando lo consideró malos.

Este es un criterio importante que demuestra la aceptación de la propuesta de ejercicios lúdico-pedagógicos por parte de los estudiantes.

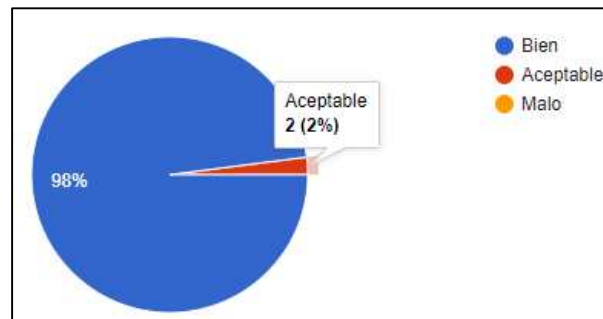


Gráfica 15. Niveles de satisfacción sobre las clases de Educación Física desarrolladas

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #2. Como puede observarse en el anterior gráfico de arriba, el 79,6% de los estudiantes expresa un nivel de satisfacción muy alto en relación con las clases de Educación Física desarrolladas, donde se aplica la propuesta; el 19,4% expresa un nivel de satisfacción alto y sólo 1 estudiante (1%), expresa un nivel de satisfacción bajo.

Como puede observarse la mayoría de los estudiantes experimentaron un nivel satisfacción elevado por los ejercicios implementados durante las clases de Educación Física, lo cual demuestra la pertinencia y aceptación de la propuesta. No obstante, es necesario tomar en cuenta el criterio del estudiante que refirió el nivel de satisfacción bajo para continuar mejorando y perfeccionando la propuesta de manera que llegue a todos los aprendices.



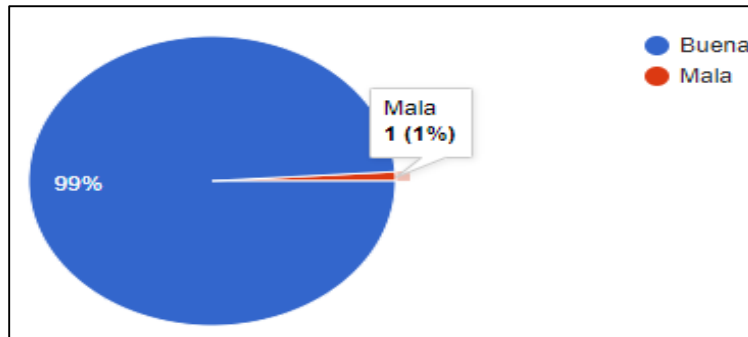
Gráfica 16. Opiniones sobre el tiempo de duración de las sesiones de clase

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #3. Al realizar un análisis de los resultados obtenidos en este ítem, se constata que el 98% de los educandos les pareció bien el tiempo de duración de las clases, donde se aplicó la propuesta, el 2% le pareció aceptable y ninguno emitió respuesta negativa al respecto.

El tiempo utilizado para las clases de Educación Física fue de 80 min (15 minutos aproximadamente para la fase o momento inicial, 50 minutos aproximadamente para la fase o momento principal y 15 minutos aproximadamente para la fase o momento final).

Como puede observarse los alumnos emitieron respuestas afirmativas en este aspecto, lo que denota la pertinencia de la propuesta en este sentido.

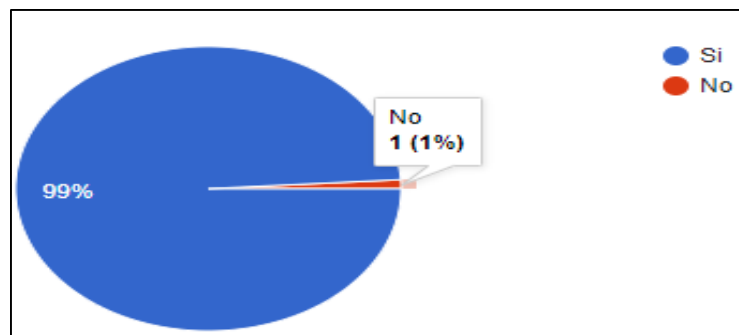


Gráfica 17. Criterios sobre la organización y distribución de los grupos para la realización de los ejercicios durante la clase

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #3. Al analizar los resultados obtenidos en este ítem, se constata que el 99% de los estudiantes participantes evalúa de buena la organización y distribución de los grupos utilizada para la implementación de la propuesta, sólo 1 estudiante evalúa de mala este aspecto.

Como puede observarse la mayoría de los estudiantes valoran de buena la organización y la distribución de los grupos utilizadas durante la aplicación de la propuesta, no obstante, resulta importante tomar en cuenta el criterio del estudiante que se pronunció de manera negativa en este aspecto para continuar mejorando y perfeccionando la propuesta en este sentido.

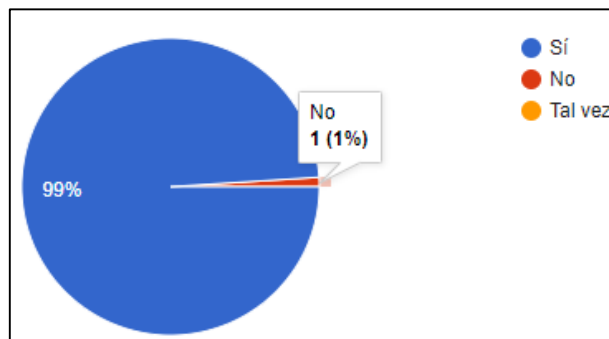


Gráfica 18. Criterios sobre alimentación antes de la clase

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #4. Al realizar un análisis de los resultados obtenidos en este ítem, se percibe que el 99% de los alumnos manifiesta haberse alimentado bien antes de la clase, para participar en los ejercicios lúdico pedagógicos implementados, solamente 1 alumno se pronuncia de manera negativa.

Si bien el análisis de este aspecto es complejo y multifactorial (depende de las condiciones de vida, condiciones socioeconómicas, etc.), al parecer las acciones pedagógicas realizadas produjeron un cambio positivo en la conciencia y el comportamiento de los estudiantes en este sentido, aspecto corroborado por los criterios aportados por el docente durante la entrevista (después de aplicada la propuesta) y las conversaciones y entrevistas informales realizadas a los estudiantes.



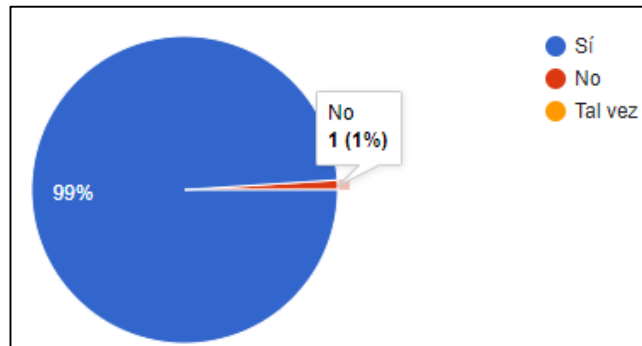
Gráfica 19. Criterios sobre el impacto de los ejercicios lúdico-pedagógico en los estudiantes

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #5. Al analizar los resultados obtenidos en este ítem, se constata que el 99% de los alumnos consideran que los ejercicios lúdico-pedagógicos implementados durante las clases de Educación Física dejan un impacto positivo en sus vidas, sólo 1 estudiante (1%) responde que no en este sentido.

En este aspecto, es importante resaltar que se produce un cambio positivo y significativo

respecto a la perspectiva que tenían los estudiantes antes y después de implementarse los ejercicios lúdico-pedagógicos (ítem 11 de la encuesta aplicada antes de implementar la propuesta).



Gráfica 20. Criterios sobre las clases desarrolladas

Fuente: Elaboración propia.

Ítem #5. Sobre este aspecto, es de destacar que el 99% de los estudiantes les gusto la forma en que se desarrollaron las clases de Educación Física, donde se aplican los ejercicios lúdico pedagógicos, sólo 1 alumno (1%) responde de manera negativa en este sentido.

Los criterios recogidos evidencian la relevancia de la propuesta para los alumnos, no obstante, se requiere continuar su mejoramiento y perfeccionamiento para que resulte del agrado de todos los participantes.

3.9 Resultados del P.N.I. [positivo – negativo- interesante] aplicado al docente

Al aplicar un PNI (positivo – negativo- interesante) al docente una vez aplicada la propuesta, se registran los siguientes resultados (ver tabla 19).

Tabla 19.***Resultados PNI aplicado a los docentes***

Destaque los aspectos positivos, negativos e interesantes encontrados en los ejercicios lúdico-pedagógicos		
Aspectos positivos	Aspectos negativos	
<p>El docente se refirió a la contribución de la propuesta a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El desarrollo integral de la personalidad (cognitivo, socioafectivo, físico-motriz) del estudiante a partir de la motricidad. • El desarrollo de las habilidades motrices, las capacidades físicas, la adquisición de conocimientos, el desarrollo de cualidades morales y volitivas de manera integrada. • La integración de los ejercicios lúdico-pedagógicos con los contenidos propios de la Educación Física (la gimnasia, el juego y los deportes). • Los cambios producidos en los estudiantes (percepción sobre la alimentación, hidratación, la vestimenta e indumentaria). 	<ul style="list-style-type: none"> • La falta de implementos para desarrollar la propuesta. • La infraestructura de la institución educativa. • La falta de continuidad en la aplicación propuesta. 	
ASPECTOS INTERESANTES		
RELACIONADOS CON LA CLASE	RELACIONADOS CON LA NOVEDAD	RELACIONADOS CON LA AMPLITUD
<ul style="list-style-type: none"> • Mejoramiento de la organización y dirección de la clase. • El incremento del dinamismo, la organización y sistematicidad de la clase. • El desarrollo de las competencias básicas y específicas en la clase. • El aprovechamiento del tiempo efectivo de clase. • El incremento de la motivación y la participación activa de los estudiantes. • Las interacciones producidas entre los estudiantes, el docente y el investigador. 	<ul style="list-style-type: none"> • La forma de estructuración de la propuesta. • La implementación del ejercicio lúdico-pedagógico “Wall ball”. 	<ul style="list-style-type: none"> • Extender la propuesta a todos los niveles educativos (adaptándose a las características del contexto y los participantes). • Incrementar los ejercicios propuestos.

Fuente: Elaboración propia.

3.10 Resultados del P.N.I. [positivo – negativo- interesante] aplicado a los estudiantes

Al aplicar un PNI (positivo – negativo- interesante) a los estudiantes, una vez aplicada la propuesta, se registran los siguientes resultados (ver tabla 20).

Tabla 20.

Resultados del PNI aplicado a los estudiantes

Destaque los aspectos positivos, negativos e interesantes encontrados en los ejercicios lúdico-pedagógicos		
POSITIVO	NEGATIVO	INTERESANTE
<p>Todos los estudiantes se refirieron a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las diversas oportunidades que se les brindó para participar de manera activa en la clase. • Los conocimientos adquiridos (sobre alimentación, nutrición, hidratación, importancia de la práctica de actividad física, etc.). • La diversidad de los ejercicios realizados. • La organización y dirección de la clase y los ejercicios. • La inclusión del investigador (con sus conocimientos, experiencias y vivencias). 	<p>No emiten ningún criterio al respecto, por lo que se infiere la satisfacción por los ejercicios implementados.</p>	<p>Todos coinciden en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resaltar los ejercicios que más les gustaron, se refirieron a (Wall ball; Atrapa la bandera; Triqui; Balonpesado, entre otros). • La manera de integrar los ejercicios durante la clase.

Fuente: Elaboración propia.

Al hacer una valoración general de los resultados obtenidos, utilizando la triangulación de fuentes, se constata que la propuesta es pertinente ya que responde a las necesidades, características y particularidades de los educandos con los cuales se trabaja, así como en lo relacionado al contexto donde se implementa.

Es viable ya que se aplica gracias a la voluntad de los participantes (consentimiento informado); se lleva teniendo en cuenta las circunstancias o características propias (necesidades e insuficiencias) que existen en el escenario estudiado.

Es original ya que posee una estructura poco corriente, singular, que integra: competencias básicas y específicas; objetivo; contenido de la Educación Física; esfera de incidencia en la personalidad del educando; descripción; orientaciones metodológicas; y criterios para la evaluación. Vincula, además, lo lúdico con lo físico-motriz.

Es necesaria en la medida que contribuye a la formación integral del educando (incide en la dimensión cognitiva, socioafectiva, físico-motriz de manera integrada); al mejoramiento de la salud; a las relaciones interpersonales y a la creación de estilos de vida sanos y saludables.

Es flexible en la medida que se adapta a las condiciones y recursos (materiales y humanos) del contexto de intervención. Toma en cuenta las características, necesidades, intereses, motivaciones y gustos de los participantes.

Y puede ser aplicada a otros contextos próximos, tomando en cuenta, claro está, las características de los participantes y el escenario de actuación. Por todo lo anteriormente se concluye que la propuesta posibilitó potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje en el área de Educación física y deportes en la IE Las Américas. A continuación, se exponen las conclusiones e implicaciones de la investigación.

CAPÍTULO 4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

Al diagnosticar el estado actual de los procesos de enseñanza aprendizaje de la Institución Educativa Las Américas en los grados 6 y 7, se constata que:

- Existen dificultades generales en la organización y dirección de las clases de Educación Física. El proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física es tradicional. El docente ocupa un papel principal y los alumnos asumen una posición pasivo-receptiva y repetitiva durante las clases de las clases de Educación Física.
- Son escasas las actividades dirigidas a la formación integral (esfera cognitiva, socioafectiva y físico-motriz). Poca motivación de los alumnos para el desarrollo de las actividades de las clases de Educación Física. Limitado desarrollo, por parte de los estudiantes, de las habilidades motrices, las habilidades deportivas, y la capacidad de rendimiento. Existen malas condiciones socioeconómicas en los estudiantes; déficit en cuanto a la infraestructura e implementación para el desarrollo de las clases de Educación Física, entre otros aspectos.

Para la elaboración de los ejercicios lúdicos pedagógicos se toma en cuenta los resultados del diagnóstico inicial; los criterios teóricos sobre el objeto de estudio y el campo de acción; las características, necesidades, intereses, motivaciones y gustos de los participantes; así como las necesidades y características del contexto de actuación.

La propuesta consta de 15 ejercicios lúdicos pedagógicos: 5 destinados a los contenidos de gimnasia; 5 a los contenidos de juego y 5 a los contenidos de deporte. Su estructuración se

realiza a partir de: competencias a desarrollar (básicas y específicas); objetivos; contenido de la Educación Física relacionado; esfera de incidencia en la personalidad del estudiante; descripción; orientaciones metodológicas y evaluación. Se destacan en la propuesta la Ritmo terapia; el Wall Ball; el Triqui; el Balón pesado; el Balonmano; Baloncesto; Fustal; y el Voleibol, entre otros.

Los ejercicios lúdicos pedagógicos se implementaron en las clases de Educación Física de los grados 6to y 7mo en la Institución Educativa Las Américas. Se desarrollan por un espacio de cuatro semanas consecutivas, con una periodicidad de 1 vez por semana con cada grado y con una duración aproximada de 80 minutos. El investigador interactuó con todos los grupos correspondientes a los grados referidos, siempre en la jornada de la tarde. En total interactuó 4 veces en el mes con cada grupo. En cada clase se realizaron tres ejercicios por día (uno de gimnasia, uno de juego y uno de deporte), se establecen criterios pedagógico-didácticos para la implementación de la propuesta, y se realizan conversatorios con los estudiantes para mejorar su desempeño cognitivo, socioafectivo y físico-motriz.

Al valorar los resultados derivados de la aplicación de la propuesta se constata que es pertinente, viable, original, necesaria, flexible y puede ser aplicada a otros contextos próximos. Y posibilitó potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje en el área de Educación física y deportes en la IE Las Américas.

4.2 Recomendaciones

Derivado del proceso investigativo desarrollado se plantean las siguientes recomendaciones:

- Desarrollar investigaciones que posibiliten seguir profundizando en el desarrollo de la formación integral del estudiante a través de ejercicios lúdico-pedagógicos.
- Desarrollar investigaciones experimentales que posibiliten evaluar el impacto de los ejercicios lúdico-pedagógicos.
- Desarrollar investigaciones que permitan implementar los ejercicios lúdico-pedagógicos en otros contextos próximos.

BIBLIOGRAFÍA

- Bernal, C. A. (2009). *Metodología de la investigación*. Bogotá.
- Bolívar B., C. (1999). *Lúdica y ludopatía*. Colombia: Paideia sur colombiana.
- Bozhovich. (1976). *La personalidad y su formación en la edad infantil*.
- Brugger, A. S. et al. (1995). *1000 ejercicios y juegos de calentamiento*. Madrid: Hispano europea.
- Bruner, J. (1977). *Los procesos de la educación*. New York: A vintage Book.
- Cagigal, J. M. (1972). *El deporte en la sociedad actual*. Madrid.
- Calderón, J. (2007). *Fisiología aplicada al deporte*. Madrid: Tébar.
- Castañer C., J. (1993). *Didáctica de la educación física*. Madrid.
- Colombia. (1995). *Ley 181, Ley General del Deporte*. Bogotá.
- Colonia, D. (2001). *La ludica en la enseñanza del deporte*. Santiago de Cali: Faid Editores - Escuela Nacional del Deporte.
- Conceptos básicos de educación física*. (s.f.). Obtenido de <http://www.saludmed.com/EdFisica/EdFi-Cpt.html>
- Diccionario El Pequeño Larousse. (1998).
- Fullea B., P. . (2001). *Recreación comunitaria*. INDER.
- García H., V. (1990). *Principios de pedagogía sistemática*. Madrid.
- Gómez R., T., Molano, O. P. & Rodríguez C., S. (2015). *actividades lúdicas utilizadas como estrategia pedagógica para fortalecer el aprendizaje de los niños de la Institución Educativa Niño Jesús de Praga en Ibagué*. Tesis. Ibagué, Tolima: Universidad del Tolima.
- Gómez, E. J.-E. (1998). *Lo ludico como componente de lo pedagogico, la cultura, el juego, y la dimension humana*. Caldes. Manizales: Lúdica del maestro en formación.
- Grosser. (1992). *Entrenamiento de la velocidad en función de la edad*.
- Hellin G., P. (s.f.). *Actividad Física, Salud Y Calidad De Vida*. Obtenido de <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10788/HellinGomez04de15.pdf>
- Hernández S., R., Collado, C. & Baptista, M. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Jiménez, C. A. (2002). *Lúdica y recreación*. Bogota D.C.: Magisterio.
- Labarrere R., G. (1991). *Pedagogía*. La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

- Lopez, A. (2006). *El proceso de enseñanza aprendizaje en la Educación Física*. La Habana: Deportes.
- Ministerio de Educación Nacional [MEN]. (2003). *Plan de Desarrollo* . Bogotá.
- Ministerio de Educación Nacional [MEN]. (2010). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física recreación y deporte*. Bogotá D.C.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2012). *Plan Decenal de Salud Pública 2012 - 2021* .
- Motta, C. (2004). *Fundamentos de la educación*. Bogotá DC: Cerlibre.
- Ortiz O., A. (2012). *Metodología del aprendizaje significativo, problemico y desarrollador. Hacia una didáctica integradora y vivencial*.
- Piaget, J. (1978). *La equilibración de las estructuras cognoscitivas. Problema central del desarrollo*. Madrid: Siglo XXI.
- Salas, J. (2014). *Estilos de aprendizaje en estudiantes de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida*. Costa Rica: Universidad Nacional de Costa Rica.
- Savin N., B. (1990). *Pedagogía* . La Habana, Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
- Torres, L. (2004). *Tres enfoques teórico-práctico*. Mexico: Mexico: Tirillas.
- UNESCO. (1978). *Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte*.
- UNESCO. (2015). *La Educación Física de calidad guía para los políticos responsables*.
- Zapata, O. (1989). *Juego y aprendizaje escolar*. México: Editorial Pax.

ANEXOS

Anexo A. Caracterización del contexto - colegio



El escudo del Instituto Las Américas fue creado por el señor rector fundador y el señor Cristóbal Tobar Pérez primer secretario y primer profesor de Educación Física, el cual le llamo escudo de armas y que por tener forma de rombo encerrando el mapa de las américas con las demás características de diseño se llamó al colegio Instituto Las Américas.

Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

VALORES INSTITUCIONALES:

- **TRABAJO EN EQUIPO:** Responsabilidad compartida, delegando las funciones y de manera



sistemática haciendo la evaluación y/o seguimiento del desarrollo de cada uno de los procesos.

- **SENTIDO DE PERTENENCIA:**

Implica compromiso, confianza, justicia, cumplimiento, dedicación, cuidado a lo encomendado.

- **SOLIDARIDAD** Implica en nuestra institución cooperación, bondad, amistad, benignidad, compañerismo, ayuda y comprensión.

- **ACTITUD ABIERTA AL CAMBIO.** Hace referencia a la predisposición de los individuos de cumplir los compromisos acordes a los parámetros y normas que rigen el desarrollo de un evento.
- **RESPECTO:** Implica aceptar a los demás reconociendo las diferencias y caracterizaciones de tipo individual.
- **ETICA:** Como herramienta en el logro de los valores al interior de la institución.
- **VOCACIÓN DE SERVICIO:** Mística, poner lo mejor de nosotros mismos al servicio de un ideal.
- **EMPREDIMIENTO:** Implica ser innovador, visionario, recursivo, creativo.
- **TRASCENDENCIA:** Implica efectos, consecuencias, resultados importantes e interesantes, que nos conlleven a la eficiencia y a ejercer influencia positiva.
- **ENTUSIASMO:** Implica hacer las cosas con: alegría, asertividad, positivismo, pasión, amor, interés.

Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

CREENCIAS DE LA I.E. LAS AMÉRICAS:

- Creemos ser la mejor institución educativa del municipio de Florida.
- Creemos contar con un cuerpo de docentes y directivos docentes que comparten la filosofía que guía la Institución, al igual que un proyecto pedagógico único, una planta física

adecuada, unos recursos financieros aceptables, una comunidad que cree y valora la institución, un grupo de egresados que le dan crédito y fe a la comunidad floricana de la educación que se orienta.

- En cuanto al PROCESO PEDAGOGICO. Con la firme voluntad de estar a la par con los cambios pedagógicos contemporáneos, la comunidad de docentes y directivos docentes, cree y reafirma su compromiso con la búsqueda y construcción permanente de un saber pedagógico articulado desde la investigación, la auto capacitación, la socialización del conocimiento y el compartir de experiencias propias de las personas comprometidas con el sector educativo.

- EN EL PROCESO FORMATIVO, El resultado de un proceso pedagógico unificado, una gestión administrativa oportuna y una participación de padres de familia en la orientación de los estudiantes, nos conducen a creer en la necesidad de la unificación de los esfuerzos que conllevan a una formación integral de nuestros estudiantes.

- Creemos que brindamos una educación de calidad sólo es posible cuando los diversos estamentos que interactúan en el proceso formativo de los estudiantes aúnan esfuerzos con miras a una formación de personas competentes y actuantes en un medio en constante cambio. Creemos firmemente en la necesidad de tender puentes de participación y entendimiento entre todos los miembros que conforman la Institución Educativa las Américas. -

- “Si quieres sígueme” ... A partir de este precepto de Jesús, la creencia religiosa debe ser muy personal y libre; sin embargo, para poder dar una respuesta se hace necesario inculcar en los educandos los principios éticos y morales nacidos de la dimensión religiosa del hombre.

- Tanto docentes como padres de familia, debemos estar comprometidos en la dinámica religiosa, no importando la idea que se tenga de este ser superior al cual llamamos Dios.
- Se debe respetar la concepción religiosa del estudiante, pero también se debe exigir respeto por la concepción del otro, cuando quiere expresar su fe.
- En todas las áreas y asignaturas, los docentes debemos afianzar el aspecto religioso a partir de actitudes de respeto, tolerancia, convivencia y diálogo abierto. Pero si la idea es hablar de convicciones, ya tendríamos que pensar en calidad, proyección, e futuros logros, es decir, un mercado total: ¿qué quieres? ¿Qué tienes? ¿Qué ofreces? ¿Cómo y cuándo lo logras?
- Creemos que los estudiantes de nuestra institución educativa “Las Américas” sean personas responsables, honestos, tolerantes, dignos y respetuosos de su ser y de su comunidad, poseedores de gran espíritu de colaboración, de lucha en pro de crecimiento personal, sensible, humano y positivo, que asuma y vivencie los valores y que sienta orgullo de ser parte de la institución, dispuesto siempre a la búsqueda del conocimiento que le permuta su superación.

Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

Perfil del egresado de la institución educativa:

El estudiante de la institución educativa las Américas deberá ser una persona idónea en lo referente a su formación integral y competente para la prestación de un servicio que dependerá de su entorno.

El estudiante de la I.E.L.A. Es una persona que acorde a su edad y entorno tiene una formación integral de un Ser competente para promocionar y aplicar alternativas de solución a

problemas y/o necesidades que puedan surgir en cualquier instante de sus desempeños sea a nivel familiar, o de comunidad, siempre en busca del progreso y mejoramiento de la calidad de vida.

Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

Perfil del recurso humano para la institución:

El Docente I.E.L.A. Es una persona que debe tener formación profesional basada en una concepción humanística, participativa, científica y tecnológica, con un alto grado de responsabilidad, sentido de pertenencia, espíritu innovador y cumplimiento por el compromiso educativo, siempre demostrando disponibilidad al cambio y voluntad por quienes día a día hacen las cosas mejor, su liderazgo, su desempeño y presencia tanto al interior como al exterior de la institución debe mostrar senderos de ejemplo en la convivencia dentro del entorno de vida de los estudiantes.

- Compromiso con la institución Educativa.
- Idoneidad profesional y técnica.
- Ser humano de excelente calidad.
- Capacidad de liderazgo.
- Los docentes deben ser un paradigma para sus estudiantes.
- Ser conscientes y consecuente con la realidad que vive.
- Actitud innovadora, que sea investigativo y gestor de cambios.
- Orientador permanente en el proceso de formación.
- Vocación de servicio.
- Eficientes en el desempeño de las funciones asignadas.
- Un ser humano sensible, con amor a la vida y a la naturaleza

- Todos los docentes y directivos deben Conocer, manejar e implementar el lenguaje del espíritu empresarial en su actividad docente.

Sedes:

- **Principal: Instituto Las Américas**



Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

2. San Jorge



Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

3. José Eusebio Caro



Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

4. Merceditas Forero de González



Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

5. Norman Zuluaga Jaramillo



Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

6. Antonia Santos



*Fuente: Archivo Institución
Educativa Las Américas
(Florida Valle)*

7. José Celestino Mutis



Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

8. Nuevo Horizonte



Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

SERVICIOS A OFRECER – NIVELES EDUCATIVOS:

- Nivel de educación preescolar (grados ceros-transición)
- Nivel de educación básica (grados 1° a 9°)
- Nivel de educación media (grados 10° y 11°)
- Académico (sede principal instituto las américas)
- Técnico agropecuario (sede Norman Zuluaga Jaramillo)
- Nivel de educación no formal para jóvenes y adultos (ciclos 2 a 6)

- Aceleración para el aprendizaje
- Círculos de aprendizaje

Fuente: Archivo Institución Educativa Las Américas (Florida Valle)

Anexo B. Guía de observación a clases de Educación Física

Objetivo de la observación
Descripción

Cantidad de observadores: 1.

Aspectos a observar:

Proceso de enseñanza-aprendizaje de Educación Física en los grados 6to y 7mo de la institución educativa Las Américas

Frecuencia de las observaciones: Se aplican en varias observaciones a clases.

Tipo de observación: No participante, abierta, de campo y sistemática.

Anexo C. Entrevista realizada al docente (antes de aplicada la propuesta)

Grados: sextos a séptimos

I.E. Las Américas

Florida, Valle del Cauca

1. Cuénteme un poco sobre su carrera como profesional y su experiencia laboral tanto en la IE Las Américas, como en anteriores épocas.
2. ¿Cómo llegan los estudiantes para afrontar su clase al iniciar su ciclo secundario después que en el ciclo primario no tenían un tutor profesional en el área de Educación Física?
3. ¿Qué opinión le merece el presupuesto en el área de Educación Física en la región, en especial en esta institución?
4. ¿Qué apoyo tiene usted por parte de la institución para realizar programas deportivos, recreativos o lúdicos?
5. ¿Qué le parece la infraestructura con que cuenta la institución educativa además de los materiales e implementos deportivos para llevar a cabo su sesión de clase?
6. ¿La intensidad horaria para el área de Educación Física le parece adecuada?
7. ¿Qué opinión le merece la sobrepoblación de estudiantes que encontramos en las aulas de esta institución, sobre todo para su área?
8. ¿Cómo afecta las condiciones socioeconómicas del alumnado a su clase?
9. ¿Plantea usted objetivos a cumplir por sesión de clase, además de que considera importante las clases teóricas y prácticas?
10. ¿Se siente a gusto con la institución educativa y el alumnado con el cual labora?
11. ¿Cómo gestiona y que criterios organizacionales tiene para la clase?

Anexo D. Encuesta realizada a los estudiantes (antes de aplicada la propuesta)

***Obligatorio**

1. Edad *

Marca solo un óvalo.

- 10
- 11
- 12
- 13
- 14

2. Grado al que pertenece: *

Marca solo un óvalo.

- Sexto (6) _
- Séptimo (7) _

3. Genero *

Marca solo un óvalo.

- Mujer
- Hombre

4. Como le parecen los desplazamientos constantes al coliseo municipal y/o estadio municipal para realizar la clase de Educación Física? *

Marca solo un óvalo.

- Aceptable
- Malo
- Bien

5. ¿Cuál es tu nivel de satisfacción con la clase de Educación Física? *

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Muy bajo Bajo Medio Alto Muy alto

6. ¿Que le parecen las instalaciones del colegio para realizar la clase de Educación Física? *

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Deficientes Regulares Acceptables Buenas Excelentes

7. ¿Crees que se debe incrementar el tiempo para realizar la clase de Educación Física? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No
- Tal vez

8. ¿Estas de acuerdo con que la clase de Educación física tenga mas de 40 alumnos por grupo? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
-
-

No

Tal vez

9. ¿Te alimentas bien antes de participar de la clase de Educación Física? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No
- A veces

10. ¿Como calificas el estado de los implementos deportivos con que cuenta actualmente el colegio? *

Marca solo un óvalo.

- Buenas
- Aceptables
- Malas

11. ¿Crees Educación Física tiene un impacto positivo en tu vida? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No
- Tal vez

12. ¿Te gusta la forma de impartir la clase por parte del profesor de Educación Física? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No
- Tal vez

13. ¿Te gustan las clases teóricas de Educación Física? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No
- Tal vez

Anexo E. Entrevista realizada al docente (después de aplicada la propuesta)

Grados: sextos a séptimos

I.E. Las Américas

Florida, Valle del Cauca

1. ¿Qué le parecieron los ejercicios aplicados por el investigador?
2. ¿Cómo le pareció la organización de las sesiones de clase por parte del investigador?
3. ¿Qué le pareció la duración de las sesiones de clase organizadas por el investigador?
4. ¿Cambiaron los hábitos alimenticios previos a la clase de Educación Física, en sus educandos?
5. ¿Cómo te pareció la distribución de los grupos para la realización de los ejercicios?
6. ¿Cómo le pareció la forma de distribuir la clase por parte del investigador?

Anexo F. Encuesta realizada a los estudiantes (después de aplicada la propuesta)

***Obligatorio**

1. **¿Que te parecieron los ejercicios realizados por el investigador ?***

Marca solo un óvalo.

- Buenos
- Aceptables
- Malos

2. **¿Cuál es tu nivel de satisfacción con la clase de Educación Física?***

Marca solo un óvalo.

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Muy bajo | Bajo | Medio | Alto | Muy alto |

3. **¿Cómo te pareció el tiempo que duraron las sesiones de clase (80 minutos c/u aproximadamente)?***

Marca solo un óvalo.

- Bien
- Aceptable
- Mal

4. **¿Cómo te pareció la distribución y organización de los grupos para la realización de los ejercicios en clase? ***

Marca solo un óvalo.

- Bien
- Aceptable
- Mal

5. **¿Te alimentaste antes de la clase, según las instrucciones que se dieron por parte del investigador y el docente? ***

Marca solo un óvalo.

- Si
 No

6. **¿Después de vivenciar los ejercicios, crees que la clase de Educación Física deja algo en tu vida? ***

Marca solo un óvalo.

- Si
 No
 Tal vez

7. **¿Te gustaron las clases desarrollados por parte del investigador y el profesor a cargo en el área de Educación Física y deporte? ***

Marca solo un óvalo.

- Si
 No
 Tal vez

Anexo G. P.N.I [positivo – negativo- interesante] aplicado al docente

Destaque los aspectos positivos, negativos e interesantes encontrados en los ejercicios lúdico-pedagógicos		
Aspectos positivos		Aspectos negativos
ASPECTOS INTERESANTES		
RELACIONADOS CON LA CLASE	RELACIONADOS CON LA NOVEDAD	RELACIONADOS CON LA AMPLITUD

Anexo H. P.N.I [positivo – negativo- interesante] aplicado a los estudiantes

Destaque los aspectos positivos, negativos e interesantes encontrados en los ejercicios lúdico-pedagógicos		
POSITIVO	NEGATIVO	INTERESANTE

Anexo I. Declaración de ética



**UNIVERSIDAD SANTIAGO DE CALI
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA INFANTIL
COMITÉ DE ETICA**

Formato:
Declaración Ética.

DECLARACIÓN ÉTICA DEL INVESTIGADOR

El abajo firmante, declara solemnemente respetar las normas del reglamento de ética de la Universidad Santiago de Cali, cumpliendo a cabalidad sus principios y orientaciones.

Declaramos que para el desarrollo de esta investigación se han considerado los siguientes riesgos y se desarrolla un comportamiento ético ante ellos:

- Peligro físico o psicológico.
- Daño a la integridad individual o colectiva.
- Confidencialidad de la información y buen manejo de bases de datos.
- Uso responsable y consentido de imágenes.
- Riesgos para la comunidad y el bienestar social.

Igualmente, afirmamos que la propuesta a desarrollar no es producto de plagio o copia, y por lo tanto es fruto del esfuerzo investigativo e intelectual de los autores.

NOMBRES Y APELLIDOS DEL INVESTIGADOR	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	FIRMA
Diego fernando Idrobo B.	↓.143.860.581	


Fecha: 20 Marzo 2019



Calle 5a Carrera 62 Campus Pampalinda A.A. 4102 / Teléfono: PBX 5183000
web: www.usc.edu.co / Nit. 890.303.797-1 / Santiago de Cali - Colombia



Anexo J. Carta aceptación de trabajo de campo por la institución educativa Las Américas

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LAS AMÉRICAS RESOLUCIÓN No. 3126 DE 29 DE NOVIEMBRE DE 2011 MODALIDAD ACADÉMICA Y TÉCNICA AGROPECUARIA CÓDIGO DANE No.176275000010 NIT.800024912-8 Carrera 19 No.9-66 Telefax: 2642106 Florida Valle del Cauca		
	Versión: 01	Fecha: 09/08/2010	Página 1 de 1

Florida Valle, 20 de Febrero de 2019

Señor
DIEGO FERNANDO IDROBO BECERRA
La Ciudad

ASUNTO: Autorización trabajo de investigación de campo

De manera atenta me permito informarle que la Institución autoriza el permiso para realizar trabajo de investigación sobre los Fortalecimientos de los Procesos de enseñanza y aprendizaje en el área de EDUCACION FISICA RECREACIÓN Y DEPORTE en los grados Sexto (6º) y Séptimo (7º) de la Institución Educativa Las Américas sede principal Instituto Las Américas durante el periodo requerido por Usted.

Lo anterior para su conocimiento y fines pertinentes.

Cordialmente,


Lic. MIGUEL BRITTO JIMENEZ
Rector

Copia: Facultad de Educación de la Universidad Santiago de Cali - Especialización
Pedagogía Infantil.
Archivo

Anexo K. Consentimiento informado



DOCUMENTO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO FACULTAD DE EDUCACIÓN ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA INFANTIL

El estudiante Diego Fernando Idrobo Becerra con documento de identidad No.: 1.143.860.581 de Santiago de Cali, perteneciente al programa: Especialización en pedagogía infantil realiza un estudio con el fin de Diseñar ejercicios lúdicos pedagógicos para potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje en los grados 6tos y 7mos de la Institución Educativa Las Américas del municipio de Florida Valle, en el área de Educación Física y deportes.

El estudio proporcionará información sobre el diagnóstico, elaboración, implementación, y valoración de ejercicios lúdico pedagógicos para potenciar los procesos de enseñanza aprendizaje en el área de Educación física y Deportes en la IE Las Américas.

La participación en este estudio es completamente voluntaria. A los educandos que participen se le recolectará información referente a: su edad, género, grado al que pertenece, opinión sobre desplazamientos fuera de la Institución Educativa, satisfacción frente a la clase de Educación física, criterio sobre las instalaciones del plantel educativo, opiniones sobre el incremento del horario en la clase de Educación Física entre otros aspectos. La recolección de los datos será por medio de un cuestionario en formato físico que será diligenciado en las aulas de clase. Al docente que participe se le recolectará información referente a su criterio sobre la infraestructura, condiciones socioeconómicas de los alumnos, criterio sobre poblacional del alumnado y condiciones físicas y motrices de los alumnos entre otros aspectos.

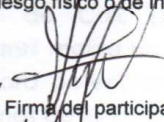
El estudio no representa ningún costo económico. El estudio cumple con los principios éticos establecidos para investigación.

La información recolectada será de uso exclusivo del investigador para fines científicos y se manejará de forma confidencial. La Doctor Yoel Morales Cuellar, asesor de la investigación, aclarará cualquier duda que surja durante la investigación. Los resultados encontrados se entregarán a los participantes asegurando la confidencialidad de los datos suministrados. Los resultados generales del estudio serán publicados a potestad de la Universidad, manteniendo el anonimato de los participantes. El consentimiento se diligenciará en duplicado y el participante recibirá una copia.

Mi participación es voluntaria por lo cual y para que así coste firma este consentimiento informado junto al investigador que me brindo la información.

Yo, el firmante Héctor Jaime Aponte Victoria
Con T.I. / C.C. 16.883.583 Expedida en Florida-Valle

He sido informado en detalle acerca del proyecto de investigación ejercicios lúdico pedagógicos para el área de educación física y deportes en los grados sextos y séptimos de la Institución Educativa Las Américas del municipio de Florida Valle; comprendo los propósitos del estudio y que mi participación no representa ningún tipo riesgo físico o de integridad.

Héctor Jaime Aponte V. 
Nombre del participante Firma del participante

T.I. / C.C. 16.883.583 Florida-Valle

Fecha 27 febrero/2019

Los testigos declaran que en su presencia se han realizado las explicaciones solicitadas por el participante.

Investigador Principal

Firma 

Diego Fernando Idrobo
C.C.: 1143860581 Cali
email: diferib@gmail.com
Teléfono de contacto: 3163962163

Yo, el firmante Daniela Martínez
Con T.I./C.C. 1106937802 Expedida en Florida

He sido informado en detalle acerca del proyecto de investigación ejercicios lúdico pedagógicos para el área de educación física y deportes en los grados sextos y séptimos de la Institución Educativa Las Américas del municipio de Florida Valle; comprendo los propósitos del estudio y que mi participación no representa ningún tipo riesgo físico o de integridad.

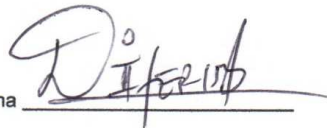
Nombre del participante Daniela Firma del participante

T.I./C.C. 1106937802

Fecha 7 de febrero del 2019.

Los testigos declaran que en su presencia se han realizado las explicaciones solicitadas por el participante.

Investigador Principal

Firma 

Diego Fernando Idrobo
C.C.: 1143860581 Cali
email: diferib@gmail.com
Teléfono de contacto: 3163962163

Yo, el firmante Manuela Cardenas Gonzalez.
Con T.I / C.C. 1105928302 Expedida en Florida

He sido informado en detalle acerca del proyecto de investigación ejercicios lúdico pedagógicos para el área de educación física y deportes en los grados sextos y séptimos de la Institución Educativa Las Américas del municipio de Florida Valle; comprendo los propósitos del estudio y que mi participación no representa ningún tipo riesgo físico o de integridad.

Nombre del participante Manuela Firma del participante Manuela.

T.I./C.C. 1105928302

Fecha 7 de febrero de 2019

Los testigos declaran que en su presencia se han realizado las explicaciones solicitadas por el participante.

Investigador Principal

Firma



Diego Fernando Idrobo
C.C.: 1143860581 Cali
email: diferib@gmail.com
Teléfono de contacto: 3163962163

Yo, el firmante Willi Santiago Ortiz C.
Con T.I./C.C. 1089542407 Expedida en roberto payan NI

He sido informado en detalle acerca del proyecto de investigación ejercicios lúdico pedagógicos para el área de educación física y deportes en los grados sextos y séptimos de la Institución Educativa Las Américas del municipio de Florida Valle; comprendo los propósitos del estudio y que mi participación no representa ningún tipo riesgo físico o de integridad.

Willi Santiago Ortiz C.
Nombre del participante

Willi Ortiz C.
Firma del participante

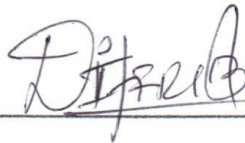
T.I./C.C. 1089542407

Fecha 7-02-19

Los testigos declaran que en su presencia se han realizado las explicaciones solicitadas por el participante.

Investigador Principal

Firma



Diego Fernando Idrobo
C.C.: 1143860581 Cali
email: diferib@gmail.com
Teléfono de contacto: 3163962163

Yo, el firmante Alejandro Arroyo H.
Con T.I / C.C. 114873245 Expedida en Florida Valle

He sido informado en detalle acerca del proyecto de investigación ejercicios lúdico pedagógicos para el área de educación física y deportes en los grados sextos y séptimos de la Institución Educativa Las Américas del municipio de Florida Valle; comprendo los propósitos del estudio y que mi participación no representa ningún tipo riesgo físico o de integridad.

Alejandro Arroyo H.
Nombre del participante


Firma del participante

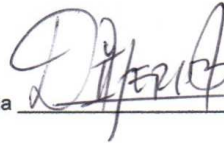
T.I. / C.C

Fecha 7 feb. 2019

Los testigos declaran que en su presencia se han realizado las explicaciones solicitadas por el participante.

Investigador Principal

Firma



Diego Fernando Idrobo
C.C.: 1143860581 Cali
email: diferib@gmail.com
Teléfono de contacto: 3163962163

Anexo L. Carta aprobación del tutor