

**UNIVERSIDAD DE MATANZAS
VICE RECTORÍA DOCENTE
AREA DE ESTUDIOS SOBRE EDUCACIÓN SUPERIOR**

MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR



Propuesta de Juegos Recreativos para el Desarrollo de la Coordinación Motora de los niños de 1^{er} Grado de la Enseñanza Fundamental en las Escuelas de Boa Vista- RR.

AUTOR: Antônio Gaudêncio de Almeida

TUTOR: Dr. Román de Armas Pérez

Institución que representa

Secretaría de Educación, Cultura e Deportes de Roraima

**BOA VISTA, RORAIMA, BRASIL
AGOSTO - 2001**

**UNIVERSIDAD DE MATANZAS "CAMILO CIENFUEGOS"
VICE RECTORÍA DOCENTE
AREA DE ESTUDIOS SOBRE EDUCACIÓN SUPERIOR
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR**

**Propuesta de Juegos Recreativos para el Desarrollo
de la Coordinación Motora para los niños de 1^{er}
Grado de la Enseñanza Fundamental en las Escuelas
de Boa Vista - RR.**

**Tesis presentada en opción al título de Máster en
Ciencias de la Educación Superior
Mención Docencia Universitaria e Investigación Educativa**

Autor: Lic. Antonio Gaudêncio de Almeida

Tutor: Dr. Román de Armas Pérez

**Boa Vista, Roraima, Brasil.
Agosto del 2001**

AGRADECIMIENTOS

A Dios a quien amo y confío.

A mi esposa María de Jesús y mi hija Janaina que han tenido su cuota de sacrificio en este empeño.

Al Gobierno del Estado de Roraima: Neudo Campos.

La Secretaría de Educación Cultura y Deporte: Antonia Vieira y Flamarión Portela.

A la Universidad de Matanzas "Camilo Cienfuegos" – Cuba

A mi tutor: Dr Román de Armas Pérez, por su colaboración y profesionales orientaciones.

A todos los profesores de la Universidad de Matanzas

A mis amigos

A Cuba por la lucha en búsqueda de la humanidad.

A todos los servidores de la escuela Pedro Elias (Jokey Club).-

A la directora Maria Auxiliadora Correa, a las supervisoras Maria Auxiliadora Thomé y Maria Irenilde y al cuerpo docente por creer en la educación y transformación social.

A la secretaria Hary y su hermana Nair.

A las amistades que he logrado en Cuba.

A todos los que me ayudaron e hicieron posible el logro de este trabajo.

DEDICATORIA

A mis padres Raimundo y Enedite

"in memoriam", por ser la base de mi vida y familia,

A mi esposa María de Jesús y mi hija Janaina

con cariño y amor.

Con mucho aprecio a los amigos y

amigas del curso de Maestría que sin

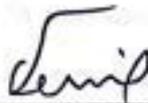
duda son compañeros y compañeras

"buena suerte y muchos éxitos"

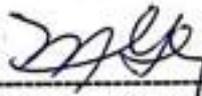
A los niños en general, a los cuales dirijo los resultados de este trabajo.

NOTA DE ACEPTACIÓN

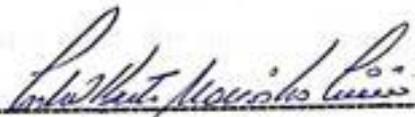
El Tribunal, teniendo en cuenta que la Tesis reúne los requisitos para la presentación al Acto de Defensa, acepta la misma y se arroga el derecho del uso que estime pertinente, en función del Programa de la Maestría en Ciencias de la Educación Superior.



Dr. Roberto A. Verrier Rodríguez
Presidente.



Dra. Margarita González González
Secretaria



Dr. Carlos Cirino
Miembro

Boa Vista, Roraima, Brasil,
Agosto del 2001

RESUMEN

La Educación Física se auxilia de medios naturales y auxiliares para el desarrollo físico del niño. En los últimos años, cada vez más se utilizan los juegos de diferentes clasificaciones, los cuales indudablemente elevan los niveles motivacionales y de actividad física en las clases, al mismo tiempo que desarrollan habilidades y destrezas. No obstante, aún no se ha investigado suficientemente sobre la influencia de los juegos recreativos en la motricidad de los niños, específicamente en la coordinación motora. Con el objetivo de comprobar la influencia de los juegos recreativos en la coordinación motora durante las clases de Educación Física, se organizó un experimento, en el cual fue sometido un grupo de 20 niños de composición mixta, de primer grado de la Enseñanza Fundamental, con edad de 7 años a actividades de juegos recreativos durante 6 semanas. Se realizaron un total de cinco mediciones antes y después del experimento. Las pruebas utilizadas medían la coordinación motora y son recomendadas por diferentes autores que han escrito sobre el tema. Los datos obtenidos fueron elaborados estadísticamente, hallándose la media aritmética, (\bar{x}); desviación estándar, ($\delta\pm$); coeficiente de variación, (cv) y d-ócima de diferencias de medias, (t). De forma general, los resultados de las 5 pruebas mejoraron finalizado el experimento, siendo las magnitudes medias de dos de ellas estadísticamente significativas, lo cual atestigua la ventaja del uso de los juegos recreativos en el desarrollo de la coordinación motora, por lo menos en los niños de 7 años.

ÍNDICE

Introducción	1
I. CAPÍTULO PRIMERO: ANTECEDENTES TEÓRICOS	
1.1. SUBCAPÍTULO: DISEÑO TEÓRICO	
1.1.1. Problema Científico	7
1.1.2. Objetivos Generales y Específicos	7
1.1.3. La Hipótesis	8
1.1.4. Las Variables	8
1.1.5. Marco Conceptual	8
1.2. SUBCAPÍTULO: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.	
1.2.1. La Educación Física y el hombre	10
1.2.2. La Educación Física en Brasil	11
1.2. La Educación Física de acuerdo con los Parámetros Curriculares Nacionales (PCNs) ...	13
1.2.2. Características psicológicas y motrices de los niños de siete años	
Consideraciones metodológicas	15
1.2.3. Capacidades coordinativas	22
1.2.3.1. Capacidades coordinativas generales o básicas	24
1.2.3.2. Capacidades coordinativas especiales	27
1.2.3.3. Capacidades coordinativas complejas	36
1.2.4. Los Juegos. Funciones, Tipos y Características	37
II. CAPÍTULO SEGUNDO: DISEÑO METODOLÓGICO	45
2.1. Estrategia investigativa	45
2.2. Unidad de estudio y decisión muestral	45
2.3. Métodos teóricos	46
2.4. Métodos empíricos	47
III. CAPÍTULO TERCERO Análisis de los Resultados	53
3.1- La selección de los juegos a utilizar en el experimento.....	53
3.2. Análisis de los Resultados del Experimento	74
CONCLUSIONES	79
RECOMENDACIONES	80
REFERENCIAS	81
BIBLIOGRAFÍA	85
ANEXOS 1	

“El buen aprendizaje es sólo
aquel que precede al desarrollo”
(Vigotsky)

INTRODUCCIÓN

El juego constituye uno de los campos más interesantes de la ciencia educativa, que permite el estudio de las expresiones lúdicas, unidas a las manifestaciones anímicas que caracterizan el desarrollo del niño, con incidencia notoria en su formación física e intelectual. Este fenómeno es reconocido por los estudiosos de la Educación Física, sin que se haya logrado su implementación durante la práctica cotidiana de dicha actividad en las escuelas.

El grupo de edades en que el autor ha concentrado su atención necesita que los ejercicios que se programen sean variados, de “relativa” corta duración y alternados con pausas cortas para evitar, entre otras implicaciones, la pérdida de la capacidad de trabajo por razón de fatiga del sistema nervioso superior, lo cual es característico de estas edades.

Por supuesto, que esto no quiere decir que se tengan en cuenta estas observaciones de forma absoluta, pues, en el proceso docente-educativo de la Educación Física se requiere, en múltiples oportunidades, la repetición de los mismos ejercicios para desarrollar determinados hábitos y habilidades o en otras ocasiones prolongar su duración, para que influya en el desarrollo de una capacidad motora dada y es aquí donde el juego emerge como tabla salvadora que permite al niño hacerse hábil, perspicaz, ligero, diestro, rápido y fuerte,

alcanzando todo ello alegremente, por ser esta una actividad que está de acuerdo con sus gustos y deseos.

El autor concuerda con la opinión de (Oropesa Fernández,2001:2), quien refiere “La sociedad moderna exige escuelas modernas, la solución a los problemas actuales y futuros de la humanidad reclama hombres con personalidad creadora, capaces de apreciar crítica e independientemente el entorno en que se desarrolla, y en consecuencia, pensar y actuar creativamente”.

Ante este planteamiento surgen interrogantes como son:

¿Cuál es el estado de la Educación Física en Brasil, respecto a la preparación del hombre del futuro?

¿Cómo esta siendo ello abordado en la Enseñanza Fundamental?

¿Qué medios podrían contribuir a este empeño?

En el caso concreto de la Educación Física en la Enseñanza Fundamental de las Escuelas de Boa Vista, es común encontrar profesores preocupados únicamente en formar equipo para competir en los juegos escolares, sin considerar la verdadera función de esta actividad que comprende el desarrollo integral del hombre, ni preocuparse por los otros alumnos que en las clases quedan fuera de las actividades por la concepción elitista del deporte que excluye aquellos con menores aptitudes. El deporte, podría ser utilizado como un medio, pero no como un fin.

A esto agréguese, que, a partir de 1998, se excluyó la clase de Educación Física del curriculum de 1° a 4° grados de la Enseñanza Fundamental, por determinación de la Secretaría de Educación Cultura y Deportes, a través de la Instrucción Normativa 01/98. Desde entonces, la Educación Física pasó a generar un conflicto de opiniones entre la escuela como institución de enseñanza, los profesores, los padres y los alumnos, en lo referente a su práctica y sus funciones básicas. Esta situación fue resuelta en el año 2001, en que fue rehabilitada la actividad física a los grados iniciales de este tipo de enseñanza.

Atendiendo a esta situación y la necesidad de trabajar con todos sin exclusión (obesos o flacos, impedido físico o no, etc.) es que el autor ha considerado pertinente orientar la investigación en esta dirección y concretamente hacia los años iniciales de la Enseñanza Fundamental, como base del desarrollo posterior.

Considerando, que en la expectativa natural de los alumnos, durante la práctica de la Educación Física, se incluyen los juegos, lo cual requeriría de una propuesta flexible, responsable y comprometida, que en el caso concreto de los grados iniciales, podría ser resuelta a través de los juegos recreativos, poseedores de características que se ajustan a las necesidades lúdicas e intelectuales propias de estas edades.

En la actualidad, no se detecta la existencia de trabajos desarrollados sobre esta temática en particular, siendo importante un estudio sobre el asunto propuesto, pues así, de manera organizada y sistematizada pueden ser materializadas las funciones de este tipo de juego en la Educación Física y por

supuesto, ofrecer las orientaciones metodológicas, que sirvan como derrotero para su uso por el profesor de Educación Física, en el desarrollo del ser humano, y particularmente durante el desarrollo de la calidad de la coordinación psicomotora de los niños, en los grados iniciales de la Enseñanza Fundamental, en las escuelas de esta ciudad.

El tema de investigación está relacionado a los juegos recreativos y el desarrollo de la coordinación psicomotora. El carácter relevante de este trabajo, es contribuir a la elevación de la calidad del proceso de enseñanza aprendizaje en la Enseñanza Fundamental, dentro de una concepción integradora del desarrollo humano, teniendo como base los aspectos psicológicos (cognitivo, afectivo, social, etc) y motores; en busca de las vías adecuadas que permitan transformar la realidad educacional actual, en lo específico del área de la Educación Física, contribuyendo significativamente al proceso educacional, y en consecuencia, a la calidad de vida de la sociedad roraimense.

Atendiendo a lo antes expuesto es que en el presente trabajo se asume como *objeto de estudio* el empleo de los juegos recreativos en la Educación Física de la Enseñanza Fundamental en las Escuelas de Boa Vista y su *campo de acción* lo constituyen los juegos recreativos para el desarrollo de la coordinación psicomotora en los grados iniciales de la Enseñanza Fundamental en las escuelas de Boa Vista.

La novedad del trabajo que se presenta, consiste en que es, después del análisis de la literatura realizado, la primera vez que se somete a comprobación experimental con niños de estas edades, la posibilidad de

desarrollar la coordinación motora, a través de los juegos recreativos durante el proceso de las clases de Educación Física, considerando las características concretas de este proceso en Boa Vista.

La actualidad está reflejada en que en estos momentos el desarrollo de la Educación Física muestra importantes niveles en América Latina, donde Brasil marcha en la vanguardia. Sin embargo, aún se carecen de resultados experimentales confiables, sobre algunos de los medios que se utilizan en esa actividad, donde los juegos de manera general ocupan un lugar relevante, si tenemos en cuenta la edad.

Las aportaciones que se ofrecen como resultado de este trabajo están dadas porque, además de verificar la viabilidad de los juegos en el desarrollo de la coordinación motora, se ofrecen variantes de juegos de esta clasificación, organizados metodológicamente, para su uso por los profesores de Educación Física en el trabajo cotidiano, la eficiencia de los cuales fue comprobada previamente, durante la realización del experimento pedagógico.

Las dificultades iniciales encontradas para el comienzo del trabajo consistieron en que había necesidad de elegir entre un gran grupo de juegos, los que más pudieran aportar por sus características, complejidades, etc, que fueran asequibles a la edad y desarrollo actual de los niños con los cuales se proponía realizar el trabajo.

La limitación fundamental se suscribió a que en el transcurso del experimento, el cual inicialmente contó con dos grupos (control y experimental), en el primero de ellos ocurrió una pérdida sustancial de

alumnos en cantidad decisiva para la credibilidad de los resultados de este grupo por diferentes causas (traslados y se enfermaron de gripe y dengue otros), por lo que hubo que prescindir del mismo, decidiéndose continuar el trabajo con un solo grupo (el experimental). En el grupo experimental las afectaciones fueron mínimas (solo tres niños), lo que permitía demostrar la certeza de la hipótesis. Considerando la poca incidencia de los alumnos que salieron y haber estado en la primera semana de trabajo, estos fueron sustituidos por coetáneos.

La Tesis cuenta con tres capítulos. El primero compuesto de dos subcapítulos, uno dedicado al Diseño Teórico y el otro a la propia Fundamentación Teórica, en el segundo, se describen los métodos de investigación utilizados para la consecución del presente trabajo, tanto los de naturaleza teórica como empírica; asimismo, se explica la estrategia investigativa, así como el tipo y paradigma en que se enmarca la investigación. En el tercer capítulo se presentan los resultados fundamentales del experimento realizado, finalizando con las conclusiones y recomendaciones emanadas de dicho análisis.

CAPITULO I. ANTECEDENTES TEÓRICOS.

1.1- DISEÑO TEORICO.

1.1.1- Problema Científico.

El problema detectado que se sitúa para resolver es el siguiente:

¿Es posible, a través de juegos recreativos utilizados durante las clases de Educación Física, desarrollar la coordinación motora en niños de 07 años?

1.1.2- Objetivos.

Objetivo General:

Comprobar en la práctica pedagógica de la Educación Física la posibilidad de desarrollar la coordinación motora, a través de juegos recreativos con niños de 7 años de edad.

Objetivos Específicos:

- 1- Determinar qué juegos recreativos pueden utilizarse para desarrollar la coordinación motora a los niños de 7 años.
- 2- Demostrar el efecto de los juegos seleccionados en la coordinación motora, en un plazo mínimo de 6 semanas.

1.1.3- HIPÓTESIS.

En la investigación se parte del supuesto siguiente:

“Si se aplica un grupo de juegos recreativos asequibles a las posibilidades de los niños de primer grado, con 7 años de edad, entonces mejorará la coordinación motora de ellos”

1.1.4- LAS VARIABLES.

VARIABLE INDEPENDIENTE:

Los juegos recreativos asequibles a las posibilidades de los niños de 7 años.

VARIABLE DEPENDIENTE:

Mejoría en la coordinación motora.

1.1.5- MARCO CONCEPTUAL:

-Juegos recreativos: "Son aquellos que tiene el objetivo de recrear o de distraer los niños por medio de una actividad integradora". (MELCHERTS HURTADO 1987:39) Pueden ser de carácter motor, sensorial, creativo e intelectual.

-Coordinación motora: Capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento, que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos componentes de una acción motriz, con una finalidad determinada.

-Desarrollo de la coordinación: Calidad que permite combinar la acción de diversos grupos musculares, para la realización de una serie de movimientos, en un proceso que se efectúa de modo continuo a lo largo de la edad evolutiva, con variantes típicas para cada edad.

-Complejidad motora: Serie de etapas o de maduración motora, según la cual el niño progresa de lo más simple hasta el nivel de comportamiento más elevado, de lo más suave para lo más intenso, de lo más fácil para lo más difícil.

-Juego recreativo asequible: Son las actividades recreativas adecuadas al nivel de desarrollo de la coordinación psicomotora del niño.

-La clase: “Es la célula fundamental del proceso de enseñanza-aprendizaje, donde el profesor en un espacio de tiempo determinado, con un grupo determinado de alumnos, utilizando los medios y los métodos de enseñanza, trasmite los contenidos planificados”, (Labarrere, 1989:75)

“Todo profesional debe
querer saber siempre más”

(Emilia Ferrero)

1.2- FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

1.2.1- LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL HOMBRE.

Al mundo contemporáneo le son inherentes constantes transformaciones provocadas por la acción del propio hombre, que se revelan a través de la Revolución Científico-Técnica (RCT), como lógica evolución de los tiempos. Esto hace necesario que “El ser humano esté constantemente perfeccionándose como individuo y como ser social, para poder interrelacionarse con este mundo transitorio, en todos los aspectos de carácter socio-político-económico-cultural, buscando de esa forma mejorar su calidad de vida, factor esencial para su humanización”. (GONÇALVES ET AL, 1998:11).

En esta dinámica evolutiva se imbrica la Educación y formando parte de ella la Educación Física, como área del conocimiento fundamental en el proceso de desarrollo armónico del hombre, no en balde José Martí decía que “... A los niños, sobre todo, es preciso robustecerles el cuerpo, a medida que se les robustece el espíritu...” (Enciclopedia General de la Educación, 1999: 1266).

La Educación Física considera al hombre en todas sus capacidades y dimensiones, y el conjunto de sus relaciones con otros y con el mundo, que le rodea.

La Educación Física mueve con el cuerpo, la afectividad, la sociabilidad, la ética y la sexualidad del alumno, es mucho más que carreras, fútbol y abdominales. La misma, fue vista como medio de preparar la juventud para la defensa de la nación, fortalecer el trabajador o buscar nuevos talentos deportivos, que representasen la patria internacionalmente.

1.2.1.1- LA EDUCACIÓN FÍSICA EN BRASIL.

Para comprender mejor la situación de los juegos en la Educación Física, como asignatura capaz de influir directa y favorablemente en la formación integral del individuo, el autor considera oportuno adentrarse en la evolución histórica de la misma en Brasil.

En el siglo pasado ella estaba estrictamente vinculada a las instituciones militares y la clase médica; en el año 1851 se convirtió en obligatoria en las escuelas de la corte, en 1882 se defendió la inclusión de la gimnástica así como la igualdad de los profesores de gimnástica con las otras disciplinas, destacando un cuerpo saludable para sustentar la actividad intelectual.

En los inicios de este siglo la Educación Física, continuando con el nombre de gimnástica, fue incluida en los currículos de algunos Estados, basada en métodos europeo, sueco, alemán y posteriormente el francés,

soportados en principios biológicos. Apenas en 1937, fue que la Constitución incluyó la Educación Física en el Currículum de la Enseñanza Fundamental, como práctica educativa obligatoria (primera referencia explícita en textos constitucionales federales). Así, el estilo de los profesionales que lo impartían era reproductivo, militarizado, soportado en las técnicas deportivas y movimientos corporales predeterminados, en detrimento de una formación pedagógica, más abierta, conducente a una educación que no permitía la formación global del ser humano. Hacia 1964 el estilo que entonces comenzó a predominar fue el tecnicista.

La falta de precisión en el decreto N° 69450/71 mantuvo el énfasis en la aptitud física, desarrollándose en este período el llamado "modelo piramidal" que lideró la Educación Física, haciendo que en la década del 80 los efectos del mismo condujeran al inicio de una profunda crisis de identidad en los presupuestos y en el propio discurso de la Educación Física, que originó un cambio significativo en las políticas educacionales al respecto.

Ella, que estaba incluida en la 5ª a 8ª serie, amplió su alcance al segmento de 1ª a 4ª serie y también el preescolar. El estilo asumido fue el psicomotor, evidenciando la importancia de la misma en el desarrollo integral del ser humano, sacando de la escuela la función de promover los deportes de alto rendimiento, haciendo énfasis en las dimensiones psico-sociales, cognitivas y afectivas, concibiendo el alumno integralmente.

Hoy, es reconocida como componente curricular de la Educación Básica, en la Ley de Directrices y Bases de N° 9.394/96, que determina el carácter esencial de su práctica, de conjunto con las otras asignaturas de la Enseñanza Básica, (REVISTA NOVA ESCOLA, 2000: 35).

En este sentido Petry, (1988:16) refería que "Al ser ella institucionalizada dentro del sistema tradicional de enseñanza y colocada ahí simplemente como disciplina para compensar la inercia a que los niños son sometidos en las aulas, el movimiento ha sido impartido apenas como acto mecánico, desprovisto de un sentido para el sujeto".

1.2.1.2- LA EDUCACIÓN FÍSICA DE ACUERDO CON LOS PARÁMETROS CURRICULARES NACIONALES (PCNs).

Según proponen los (PCNs), los alumnos deben desarrollar las siguientes habilidades a lo largo de los ocho primeros grados:

- Participar de actividades corporales.
- Mantener una actitud de respeto y repudiar la violencia.
- Aprender con pluralidad.
- Ser capaz de reconocerse como integrante del ambiente.
- Practicar actividades de forma equilibrada.
- Reconocer las condiciones del trabajo que comprometen el desarrollo.
- Desarrollar el espíritu crítico en relación con la imposición de patrones de salud, belleza y estética y reconocer el derecho del ciudadano.

La Educación Física Escolar debe dar oportunidades a todos los alumnos para que desarrollen sus potencialidades de forma democrática y no selectiva, previendo su perfeccionamiento como seres humanos.

Independientemente, de cual sea el contenido escogido, los procesos de enseñanza y aprendizaje deben considerar las características de los alumnos en todas sus dimensiones (cognitiva, corporal, afectiva, ética, estética, de relación interpersonal e inserción social). Sobre el juego del tejo, voleibol o un baile, el alumno debe aprender, para además de las técnicas de ejecución, discutir reglas y estrategias, apreciarlos críticamente, analizarlos estéticamente, evaluarlos éticamente, resignificarlos y recrearlos.

Es tarea de la Educación Física Escolar, por tanto, garantizar el acceso de alumnos a las prácticas de la Cultura Corporal, contribuir para la construcción de un estilo personal de ejercerlos y ofrecer instrumentos para que sean capaces de apreciarlos críticamente.

Es necesario salir de una visión técnica para otra que incorpore las dimensiones afectivas, cognitivas y socio-culturales de la Educación Física. En relación con esto, Petry, (1988), afirma que, "Es significativo el crecimiento conceptual que tuvo la Educación Física en los últimos tiempos, dejando de lado el concepto del cuerpo como instrumento del espíritu. Una nueva Educación Física debe buscar apoyarse en una visión total del hombre como ser material y creativo, valorizando el cuerpo en la totalidad de sus relaciones consigo mismo, con los otros y con la naturaleza". (1988,16).

En este sentido las clases de Educación Física con escolares encuentran en los juegos un importante aliado para la consecución de sus objetivos formativos, sin embargo, en ocasiones no son utilizados coherentemente, distinguiéndose la necesidad de sistematizar la experiencia práctica que al respecto se ha ido acumulando.

Para Piaget, citado por Giovannoni y et al, 'S/F':20, "ambientes que restringen oportunidades exploratorias, retardan el desarrollo y por otro lado, ambientes intelectualmente estimulantes lo promueven". Por eso, compete a la escuela, en los grados iniciales, crear condiciones de estimulación adecuadas y ricas con el fin de promover el desarrollo de los niños, en los aspectos psicológicos (cognitivo, afectivo, social y motor).

Abrir las puertas es el camino, e introducir propuestas para la Educación Física de juegos, en particular recreativos, para el desarrollo de la calidad de la coordinación psicomotora en niños, con tendencias no tradicionales de enseñanza, es una vía, que implica una introspección, de rescate de valores, buscar nuevos conocimientos y antes de cualquier decisión estar abiertos a las situaciones que pueden aparecer.

1.2.2- CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS Y MOTRICES EN LOS NIÑOS DE 6 A 9 AÑOS DE EDAD. CONSIDERACIONES METODOLOGICAS.

El niño de estas edades presenta cambios somáticos y psíquicos notables. En esta etapa se puede apreciar cómo el niño toma conciencia de los componentes de su propio cuerpo, reafirma la dominación lateral, la

orientación espacial en relación consigo mismo y se va materializando su adaptación al mundo exterior que lo rodea. Dentro de sus posibilidades, goza de cierta independencia y demuestra estar preparado para conducirse a sí mismo en forma relativamente satisfactoria.

En esta etapa, los niños se manifiestan inquietos y se mantienen en constante actividad ya sea de pie, sentado o acostado. Esto está dado por la elevada excitabilidad de sus procesos nerviosos y el debilitamiento aun de sus procesos inhibitorios (base de la contención, del autocontrol), lo que provoca esa intranquilidad, pero también poca estabilidad en una actividad determinada y rápido cansancio, aunque también con bastante rapidez de recuperación.

Por lo que, los ejercicios que se programen deben ser variados, de “relativa” corta duración y alternados con pausas cortas para evitar, entre otras implicaciones, la pérdida de la capacidad de trabajo por razón de fatiga del sistema nervioso superior. Entiéndase por capacidad de trabajo, “la posibilidad que tiene el individuo, en un momento determinado, de entregar la energía necesaria que demanda una tarea, y cumplirla con éxito”. R. Ferreiro, (1984:56) en este sentido expresa que “...mientras más pequeños son los niños más temprano aparece la fatiga...”

Por supuesto, que esto no quiere decir que se tengan en cuenta estas observaciones de forma absoluta, pues, en el proceso docente-educativo de la Educación Física se requiere, en múltiples oportunidades, la repetición de los mismos ejercicios para desarrollar determinados hábitos y habilidades o en

otras ocasiones prolongar su duración para que influya en el desarrollo de una capacidad motora dada.

En este sentido, A.T. Brikina, citado por J. E. Carreño, (1999: 14), expresa que, para un proceso de formación más rápido de los hábitos motores es necesario repetir el ejercicio que se está estudiando de 6 a 8 veces, en cada lección y en condiciones relativamente estables 2 a 3 veces en cada intento.

Desde el punto de vista sensoperceptivo el profesor también debe tener en cuenta que en estas edades el niño capta el movimiento o la habilidad que él debe aprender a través de la demostración y que él recibe esa imagen como un todo integrado, sin separar las acciones que la componen, por ello los ejercicios que se estudien en estos grados deben ser sencillos, comprensibles y representar movimientos lo más concreto posible, es decir, que puedan ser fácilmente captados por los niños. Mientras más concreta sea la tarea que se quiera desarrollar mayor será el éxito en su aprendizaje.

Nuevas investigaciones indican la racionalidad de desarrollar las capacidades motoras de manera integrada en estas edades, porque así se forman satisfactoriamente las potencialidades funcionales de los niños. Por supuesto, que ya a estas edades puede irse influyendo de manera más particular en el desarrollo de algunas de estas capacidades condicionales, pero siempre de forma generalizada, por ejemplo, la resistencia. Los múltiples estudios realizados en este sentido demuestran la posibilidad de desarrollar a estas edades una resistencia general básica "limitada", ya que ellos disponen de una buena capacidad de adaptación y se recuperan rápidamente.

Con respecto a la fuerza, lo mejor sería hablar de fortalecimiento del trabajo muscular en estas edades, para evitar excesos que pudieran dañar la salud de estos escolares y al mismo tiempo dirigir la atención del maestro hacia un trabajo físico, orientado principalmente al reforzamiento de los músculos del tronco (con el objetivo de mantener una postura correcta) y al fortalecimiento de los músculos de las piernas y los pies, que posibiliten un desarrollo satisfactorio de las habilidades motrices básicas tales como caminar, correr y saltar.

Hay que recordar, con respecto al desarrollo de las capacidades, que el alto grado de excitabilidad que poseen los niños favorece al desarrollo de la rapidez de desplazamiento y en cierto sentido, al desarrollo de la agilidad de movimientos que están relacionados con habilidades adquiridas.

En el caso de la motricidad está previsto en este ciclo el desarrollo de las habilidades motrices básicas: caminar, correr, saltar, lanzar, recibir, trepar, escalar, golpear, transportar, empujar, halar, etc; Por cuanto los estudios realizados demuestran que, al comenzar el niño en la escuela (seis años), ya todas las formas básicas de movimiento están desarrolladas y en parte automatizadas. En consecuencia, la tarea fundamental en esta etapa, es consolidar y perfeccionar estas habilidades, a través del aumento gradual de las dificultades de las tareas motrices que han de realizarse en las clases de Educación Física. Hay dos aspectos que propician condiciones favorables para que se produzca, en los niños de estas edades, un salto cualitativamente superior, desde el punto de vista de la motricidad, al compararse con los niños de edad preescolar, que son: el primer cambio significativo de la estructura corporal y el progresivo desarrollo del segundo sistema de señales.

A partir de los seis años se inicia una importante transformación en la figura del niño, en la que predomina el alargamiento de las extremidades y empieza a desaparecer el predominio del tronco y la cabeza y la configuración orgánica, ya a los ocho años es casi proporcionalmente semejante a la del adulto, lo que permite una mejor dinámica en la realización de las tareas motrices fundamentales de esta etapa.

Por otra parte, el aprendizaje de la lectura y la escritura desarrolla su pensamiento y mejora la percepción del mundo que lo rodea, haciéndolo más analítico y consciente de sí mismo y de los demás, lo que contribuye significativamente en la comprensión de las tareas motrices que han de aprender y ejercitar.

También en estas edades, al final de la etapa propedéutica, se va alcanzando un equilibrio de los procesos de excitación e inhibición, lo que posibilita una mayor calidad de los movimientos.

Tanto el maestro como el profesor de Educación Física, que trabaje en estos grados, debe aprovechar estas condiciones para realizar un trabajo efectivo, teniendo en cuenta que el juego desempeña un papel principal en la actividad infantil, sin olvidar que el niño de esas edades es capaz de realizar la mayoría de los ejercicios sin instrumentos que se orientan en las clases de Educación Física y que además, posee una buena sensibilidad musical, mucha imaginación y fantasía, todo lo cual facilita la labor instructiva-educativa de la clase, siempre que esta se realice con eficiencia y objetividad.

Dentro de este aspecto del desarrollo de las capacidades motoras y habilidades motrices en los niños de seis a nueve años es necesario tratar una característica típica que se presenta aún en las escuelas y que está relacionado con la diferencia de sexo.

Aun cuando desde el punto de vista morfológico, fisiológico y psicológico no deben presentarse diferencias significativas entre las niñas y los niños, la práctica ha demostrado que, en sentido general, se presentan algunas diferencias en la fuerza, la rapidez, la agilidad, en habilidades con el balón, en lanzar, trepar, etc. motivado principalmente por la forma de juegos y actividades extraescolares que, por costumbres y tradiciones realiza el varón a diferencia de las hembras.

Esta situación debe ser atendida por los maestros al dar sus clases con grupos mixtos y en este sentido regular las tareas, la intensidad y el volumen de los ejercicios, el tratamiento metodológico de cada una de las actividades con el objetivo de prestarle la debida atención, en correspondencia con cada situación dada y lograr un resultado positivo y consecuente en el desarrollo de uno u otro sexo.

De ninguna manera esto quiere decir que se preparen dos tipos de clase, con objetivos y contenido diferente, sino que para lograr los objetivos previstos para la etapa introductoria, en todos los niños por igual, el maestro debe atender a las diferencias que se presenten en cada niño dentro del grupo clase, y no sólo por las diferencias de sexo, sino también por las capacidades motoras, habilidades motrices, ritmo de aprendizaje, carácter, y otros. Tanto

la Gimnasia Básica, la Rítmica, el Atletismo y sobre todo los juegos son adecuados para fomentar el desarrollo de los niños, pero es posible que los niños de un grupo lancen la pelota más lejos y con mayor precisión que las niñas y que estas tengan mayor movilidad de las articulaciones o sean más rítmicas que los niños. En este caso, el maestro debe atender más a la fuerza y habilidad de lanzar de las niñas y al desarrollo del ritmo de los varones.

Otro aspecto importante que es necesario atender y explotar satisfactoriamente es la curiosidad y ansia de saber de los niños de estas edades, el por qué de las cosas. Desde los seis años, el niño empieza a cuestionarse por qué unas articulaciones se mueven poco y otras mucho.

¿Por qué para saltar alto necesito poco impulso y para el salto largo mucho impulso? ¿Soy lo suficiente fuerte? ¿Qué es la fuerza? ¿Cómo puedo ser resistente? ¿Qué es resistencia? ¿Cómo coordinar mejor mis movimientos? etc.

A través de las respuestas a estas y muchas otras preguntas, algunas fáciles y otras más difíciles sobre lo que hace, ve, escucha, siente, el maestro da una valiosa información a los niños que contribuye al incremento de sus conocimientos, a la acumulación de experiencias y el enriquecimiento de su pensamiento y conducta. Hasta el momento, la experiencia pedagógica ha demostrado que el profesor o el maestro de Educación Física no prestan atención suficiente a este aspecto tan importante, no obstante, la propia ciencia pedagógica plantea que esto constituye una necesidad para el aprendizaje, no sólo de las habilidades motrices, sino también las intelectuales.

1.2.3- CAPACIDADES COORDINATIVAS.

Estas según Hollmann y Hettinger, citados por VALADARES Y ARAUJO, (1999:13) deben ser asumidas como la actuación conjunta del sistema nervioso central y de la musculatura esquelética, en la ejecución de un movimiento. Por su parte Kiphars, citado por los autores arriba mencionados, la define como la actuación armónica y económica de músculos, nervios y sentidos, por acciones equilibradamente seguras.

El autor considera que estas son capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de cada persona, que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos componentes de una acción motriz con una finalidad determinada.

Ellas se caracterizan, en primer orden, por el proceso de regulación y dirección de los movimientos. Las mismas, interaccionan con las habilidades motrices y sólo se hacen efectivas en el rendimiento, por medio de su unidad con las capacidades condicionales.

Estas capacidades son una condición fundamental para realizar todo un grupo de actividades motrices, para el desarrollo de esta coordinación en las diferentes formas de movimiento. Como todas las capacidades humanas, ellas no son innatas, sino que se desarrollan sobre la base de propiedades fundamentales que tiene el organismo del hombre, en el enfrentamiento diario con el medio.

Elas tienen de común con las habilidades, de que son premisas coordinativas del rendimiento, las que se desarrollan durante la actividad, especialmente en la física.

Las Capacidades Coordinativas pueden subdividirse en:

Capacidades Coordinativas Generales o Básicas, que comprende las Capacidades de Regulación del Movimiento, así como la de Adaptación y Cambios Motrices.

Capacidades Coordinativas Especiales, las cuales abarcan la orientación, el equilibrio, la reacción, ritmo, anticipación, diferenciación y el acoplamiento.

Capacidades Coordinativas Complejas, integradas por el aprendizaje motor y la agilidad.

De estas capacidades se plantean algunas consideraciones para tratar de explicar en qué consisten, pero sin olvidar que ellas no se ponen de manifiesto aisladas unas de otras, sino que de acuerdo con las características de la actividad que se realice, una o más de ellas suelen predominar.

1.2.3.1. Capacidades Coordinativas Generales o Básicas.

a) Capacidad de Regulación del Movimiento:

Ella se encuentra entre las capacidades generales o básicas, porque todas las restantes capacidades coordinativas se caracterizan por el proceso de regulación y control de los movimientos, si no estos no se pudieran realizar, o no se realizarían con la calidad requerida.

En el proceso de aprendizaje de cualquier actividad física se observa cómo el profesor ayuda al alumno para que desarrolle esta capacidad, dándole en el momento en que ésta se pone de manifiesto, en una forma más destacada que las otras y de acuerdo con la característica de la actividad que se realice, determinada indicación, que puede ser mediante palabras, gestos o utilizando algún medio que permita al alumno comprender el momento en que el movimiento debe realizarse con más amplitud, de una forma más rápida, etc., es decir, regular la ejecución del movimiento.

Esta capacidad de regulación se pone de manifiesto siempre que el sujeto regula sus acciones para cumplimentar sus objetivos propuestos. Por esto:

Mientras mayor es la cantidad de elementos que de forma simultánea o sucesiva a realizar para dar cumplimiento a una tarea motora, mayor es la complejidad, que presenta, y por lo tanto, mayor debe ser también la regulación de cada uno de los movimientos que dan cumplimiento a dicha tarea.

Mientras mayor es el grado de libertad de movimiento de las articulaciones, mayor es la complejidad de la coordinación en la tarea motora, y por lo tanto se hace más necesario el desarrollo de la capacidad de regulación del movimiento.

Mientras mayor sea el movimiento de todo el cuerpo y mayor la oscilación en el equilibrio, mayor es la dificultad en la coordinación y por lo tanto, mayor debe ser la regulación del movimiento.

Mientras mayor sean las exigencias de las capacidades condicionales, mayor será la complejidad coordinativa y, por tanto, será mayor la necesidad de regular el movimiento.

Por esta razón, en el caso sobre todo de los principiantes, las tareas deben ir aumentando gradualmente su complejidad para que el alumno vaya regulando la coordinación que requiere el movimiento.

b) Capacidad de Adaptación y Cambios Motrices.

Ésta según Vayer y Ajuriaguerra, citados por VALADARES Y ARAÚJO, (1999:12) es la capacidad para seguir ritmos diferentes y Coste, también citados por estos autores, (1999:12) ve la combinación de las percepciones espacial y temporal como un indicador de la adaptación favorable del niño, lo cual le permite no sólo movilizarse y reconocerse en el espacio, sino también, dar consecución a sus gestos, localizar las partes del

cuerpo y situarlos en el espacio, así como coordinar su actividad y organizar la vida cotidiana.

Esta es una de las capacidades coordinativas básicas, que se desarrolla sobre la base de que el organismo se adapte a las condiciones del movimiento, y cuando se presenta una nueva situación, cambiar y volver a adaptarse.

Esto se puede observar, por ejemplo, en la actividad de juego, donde son tan cambiantes las situaciones, que el sujeto tiene que ser capaz de aplicar las acciones aprendidas y valorarlas en el sistema táctico correspondiente; es aquí precisamente, donde se pone de manifiesto el desarrollo alcanzado en esta capacidad, es decir, el que ello se haga de una forma más rápida o más lenta revela el desarrollo que se posee.

Esto es posible, ya que, esta capacidad está relacionada con los formadores de energía que tiene el organismo, pero no todos tienen la misma adaptación, esta es de acuerdo con la función de cada uno en especial.

Sin embargo, los transformadores de energía que se adaptan poco, mantienen el cerebro constantemente informado del estado físico del cuerpo o de sus relaciones con el medio. Así, los impulsos que provienen de los transformadores de energía situados en las cápsulas articulares, permiten que el sujeto sepa las posiciones que ocupan sus distintos segmentos corporales en todo movimiento, lo mismo que los impulsos provenientes de los usos musculares y los aparatos tendinosos de Golgi, ocasionan que el sistema nervioso central se informe del estado de contracción y la carga que tiene cada músculo en cada instante.

Por estas razones es que cuando se enseña una acción en un juego no debe hacerse solamente sobre la base de ejercicios estandarizados sino que en un momento determinado de ese proceso de enseñanza debemos incluir ejercicios variados.

1.2.3.2 Capacidades Coordinativas Especiales

a) Capacidad de orientación.

En opinión de Vayer y Ajuriaguerra citados por VALADARES Y ARAÚJO, (1999:12) esta es la capacidad para lidiar con elementos referidos al tiempo y estructuración. Es la interpretación de sonidos según ritmos y duración.

Esta capacidad es la que permite determinar lo más rápido y exactamente posible, la variación de la situación y los movimientos del cuerpo en el espacio y en el tiempo, en correspondencia con los objetos que forman su medio. En el caso de la Educación Física y el Deporte esto significa el compañero de juego, el balón, etc. dentro del área de juego donde se desarrolle la actividad.

La ejercitación de esta capacidad está dada por la ubicación de acuerdo con el objetivo.

Al percibir todo lo que sucede a su alrededor y al hacer una regulación óptima de sus acciones para cumplir el objetivo que se ha propuesto, el sujeto pone de manifiesto esta capacidad; esto es posible ya que, a través de las

sensaciones somáticas (mecanismos nerviosos que reúnen informaciones sensitivas de todo el cuerpo), nos llega toda la información sensitiva que recibimos. Esas sensaciones pueden ser exteroceptivas, propiceptivas y viscerales o interoceptivas.

Son las propiceptivas (las que se originan en los tejidos profundos del organismo) las que anuncian al sistema nervioso las posiciones de los distintos segmentos corporales con respecto a otros, o la orientación espacial del cuerpo.

b) Capacidad de equilibrio.

La necesidad de mantener el cuerpo en equilibrio es importante en la vida cotidiana, cualquier movimiento provoca el traslado del centro de gravedad del cuerpo, lo cual requiere la manutención del equilibrio.

El equilibrio “Es un estado particular en el cual un individuo puede mantener una actividad o gesto, quedar inmóvil o lanzar su cuerpo en el espacio, a favor o en contra de la gravedad, resistiéndola”. Coste, citado por VALADARES Y ARAÚJO, (1999:11).

Estos mismos autores refieren que “El equilibrio es fundamental para la coordinación motora pues, un mal equilibrio afecta la construcción del esquema corporal, trayendo como consecuencia la pérdida de la conciencia de algunas partes del cuerpo. Cuanto más defectuoso es el equilibrio, más energía se gasta, manifestándose sensaciones psicológicas tales como ansiedad e inseguridad. El se puede manifestar de manera estática y dinámica,

donde el primero comprende aquel que se realiza en la ausencia de los movimientos y el segundo, con la presencia de los mismos". Ajuriaguerra, citado por VALADARES Y ARAÚJO, (1999:11).

El equilibrio va a depender también del área de sustentación; a medida que esta se reduce, va necesitándose de un mayor control neuromuscular. También va a depender de la altura existente desde el centro de gravedad hasta el apoyo, esta área triangular nos da el llamado "triángulo de estabilidad", el cual, mientras mayor sea de tamaño, tanto más fácil será de mantener el equilibrio.

Al analizar cualquier movimiento, el centro de gravedad se desplaza, así se nota, por ejemplo, cómo durante los saltos este sube, en las flexiones dorsales el centro de gravedad "abandona" el cuerpo y queda detrás de este, y estando el individuo parado, se encuentra en el punto donde se cortan los planos longitudinal, transversal y sagital, lo cual sucede aproximadamente a la altura del ombligo, se por esta razón, es de gran importancia el control pélvico al adoptar una posición, así como la fortaleza de los músculos abdominales que son, en definitiva, los que dominan esta región.

En la realización de los ejercicios de equilibrio intervienen los receptores ópticos, acústicos y vestibulares.

Se puede plantear que el mantenimiento del equilibrio se logra gracias a los esfuerzos musculares dinámicos y estáticos, en relación con la situación de las partes del cuerpo.

c) Capacidad de Reacción.

Es la capacidad que tiene el sujeto de dar respuesta en el menor tiempo posible a determinado estímulo o señal, proveniente de un objeto animado o inanimado. Esta señal puede ser visual, acústica, táctil.

La capacidad de reacción se manifiesta en forma simple y compleja: La simple, cuando se da respuesta a una señal prevenida con anterioridad y que surge rápidamente con un movimiento ya conocido, mientras que la compleja, responde a un estímulo desconocido, en dependencia de la rapidez con que se ha elaborado la solución y esta se ejecuta.

d) Capacidad de Ritmo.

El hombre, a diferencia de los animales, adquiere conciencia de sus ritmos de movimientos, los percibe de forma más o menos clara.

De esta manera, obtiene también la posibilidad de influir sobre ellos, de variarlos, diferenciarlos, acentuarlos y crear nuevos ritmos finalmente matizados.

El factor social del desarrollo y adiestramiento de los ritmos de movimientos, está naturalmente en relación directa con la influencia ejercida sobre la persona mediante el segundo sistema de señales, del que no disponen los animales. Todos, de una forma u otra, han utilizado una serie de fases o expresiones que acompañan o apoyan la realización de movimientos rítmicos, como tirar de la cuerda, efectuar un salto, brincar, etc.

Piense en cómo usted camina, observe los movimientos de trabajo y los movimientos de reposo. Hay un ritmo en su caminar. Todo ritmo es creado a partir de pausas y movimientos alternados. Todo lo que vive, lo que pulsa, tiene un ritmo. Recuerde la respiración, el caminar, el habla, etc. La naturaleza tiene varios ritmos; cada planta tiene su ritmo de crecimiento, cada animal se mueve y respira de una forma peculiar. (MEC, 1984:17).

El hombre no sólo experimenta sus ritmos de movimientos, sino que adquiere conciencia de ellos con ayuda del lenguaje, pudiendo fijarlos, hacerlos inteligentes mediante sonidos determinados (tram-tam-tatam-tatá), lo que permite también influir conscientemente sobre el desarrollo rítmico.

Teniendo en cuenta lo expresado anteriormente, se observa que el ritmo del movimiento deja de ser, por lo tanto, un hecho puramente biológico. Es un resultado de la actividad humana del cultivo consciente de un fenómeno natural del que se ha adquirido conocimiento.

e) Capacidad de Anticipación.

La capacidad de anticipación se manifiesta morfológicamente en la adecuación de la fase anterior al movimiento principal o la de un movimiento previo a otro que continúa. Esta preparación previa generalmente no se puede captar en un movimiento simple, pero, sin embargo, esto es más factible en las combinaciones o complejos de habilidades.

En la combinación de recibir y lanzar el balón esta capacidad se manifiesta en la posibilidad que tenga el alumno de anticipar el movimiento de lanzar antes o durante la acción de recibir.

En toda acción humana está prevista su finalidad, de manera más o menos consciente para el que la ejecuta. La anticipación de la finalidad de movimiento va generalmente vinculada a la anticipación de un esquema del movimiento. En estos casos, el alumno se plantea a menudo en su mente la trayectoria del movimiento otra vez. Durante la ejecución se concentran cada vez más en la parte siguiente del ejercicio. Sólo de esta manera es posible un enlace fluido.

El esquema general anticipado puede ser más o menos consciente o más o menos estructurado. La anticipación del esquema no debe entenderse de manera que se tenga representación del movimiento siguiente en todos sus detalles; por otra parte, cuando se carece en absoluto de experiencias de movimiento, tampoco puede lograrse la anticipación de un esquema, por lo que el alumno no puede hacer otra cosa que probar cómo se realiza el movimiento y debe encontrar la solución posible en la confrontación directa, con el movimiento a realizar.

En la anticipación de un esquema de movimiento tienen lugar en los centros nerviosos motores y también en los músculos, complicados procesos de excitación o inhibición, que en lo fundamental corresponden a la ejecución real del movimiento.

Cuanto más se domina la ejecución, tanto más precisos y adecuados son también estos procesos internos vinculados a la anticipación del movimiento, que equivalen a una coordinación previa del movimiento.

En el deporte se da frecuentemente, al lado de la anticipación del propio movimiento, la anticipación de otros movimientos, la de un balón, de un jugador contrario, o de uno del propio equipo. En este caso se trata de una anticipación de movimientos ajenos.

Esta anticipación sólo llega a adquirirse mediante la relación con los objetos y personas correspondientes en las situaciones determinadas.

Con esto se quiere decir, que, la anticipación justa y apropiada de movimientos ajenos presupone necesariamente una experiencia motriz de las diferentes situaciones.

Si se trata de movimientos de cuerpos inanimados, (balones), estas experiencias son fáciles de adquirir, pues una vez que está en movimiento, el balón sigue solamente las leyes de la balística y su trayectoria puede ser prevista con relativa precisión.

A pesar de ello, las irregularidades del terreno o los “efectos” dados pueden inducir, incluso, a un jugador experimentado a falsas anticipaciones.

f) Capacidad de Diferenciación.

El alumno, desde el punto de vista de los conocimientos que posee, tiene que saber diferenciar entre una habilidad y otra, entre las acciones componentes de una habilidad. Cuando él ve un movimiento lo percibe en forma general, es decir, aprecia las nociones en cuanto a tiempo, espacio, así como las tensiones musculares que requiere un ejercicio para su realización en su conjunto, pero ya cuando pasa a la fase de realización, debe saber diferenciar las partes esenciales de cada ejercicio, sobre la base de sus conocimientos y de la respuesta motriz que tiene que dar. Por esto, en el desarrollo de esta capacidad la participación de la conciencia desempeña un papel fundamental.

De acuerdo con la respuesta motriz, es posible desarrollar la diferenciación en el grado de esfuerzo muscular, a medida que se realizan ejercicios sencillos con distintos grados de tensiones musculares como son: las flexiones y extensiones de los brazos, ejercicios con pelotas medicinales, levantar pesos ligeros, etc.

La diferenciación en cuanto a las magnitudes espaciales puede desarrollarse de flexiones, elevaciones, desplazamientos, lanzamientos, etc.

En relación con la noción del tiempo del ejercicio, se distingue el ritmo del movimiento, que abarca su estructura dinámica-temporal, aspecto este fundamental en la ejecución de un movimiento, y que se trata como una capacidad coordinativa especial ya explicada con anterioridad.

Esta capacidad está estrechamente relacionada también con la regulación motriz.

g) Capacidad de Acoplamiento.

La capacidad de acoplamiento motor tiene como base de referencia las combinaciones motrices sucesivas y simultáneas. En ellas desempeñan un papel significativo otras capacidades motoras y psíquicas.

Esta capacidad puede definirse como las condiciones de rendimiento de una persona para combinar en una estructura unificada de acciones, varias formas “independientes” de movimientos.

La necesidad de desarrollar esta capacidad se aprecia, no sólo en la actividad física-deportiva, sino también en la vida militar, en la vida laboral, en la vida cotidiana.

Los cambios típicos a que está sometida esta capacidad durante la infancia, la juventud, la adultez y la vejez, aun cuando está estrechamente ligada a determinadas habilidades y capacidades, hacen que sea considerada una capacidad coordinativa independiente.

El patrón de la capacidad de acoplamiento motriz, es como en las capacidades coordinativas generales o básicas, la dificultad de coordinación, el tiempo de adaptación y el tiempo de aprendizaje para asimilar por primera vez las combinaciones correspondientes.

Es importante señalar que, dentro de las bases y condiciones previas de la capacidad de acoplamiento motriz, hay que destacar también las experiencias motrices, la información sensorial, la capacidad intelectual y muy significativamente la capacidad de anticipación.

No debe considerarse el acoplamiento motriz solamente en la unión de dos habilidades, sino también dentro de la coordinación o acoplamiento de un complejo de habilidades.

1.2.3.3 Capacidades Coordinativas Complejas.

La materialización de estas capacidades está en dependencia del desarrollo de las diferentes capacidades coordinativas ya explicadas. Tanto la **capacidad de aprendizaje motor** como la **agilidad**, son productos del desarrollo de las capacidades coordinativas generales y especiales, y de las habilidades. Pudiera decirse que en una prima con mayor fuerza las capacidades coordinativas generales y en la otra, las especiales, pero en síntesis existe una interdependencia entre las diferentes capacidades coordinativas que determinan, por una parte, el ritmo del aprendizaje motor y por otra, la progresividad de la agilidad.

El desarrollo de las capacidades coordinativas se produce siempre tan general o tan especial como la selección de las formas de movimientos. Por ejemplo, la práctica integral de las más variadas formas de salto conduce, fundamentalmente, al desarrollo de la agilidad en el salto, sin embargo, esto influye en menor medida en otros movimientos.

Por ello, siempre hay que tomar como base los objetivos propuestos para determinar en qué grado de generalidad (en el ejemplo empleado en el sentido de la variedad) se han de desarrollar las capacidades coordinativas.

Por consiguiente, la selección que haga el profesor de los ejercicios a desarrollar debe ser de acuerdo con las características de la actividad que hay que cumplir.

1.2.4. LOS JUEGOS. FUNCIONES, TIPOS Y CARACTERÍSTICAS.

El juego y sus manifestaciones constituyen uno de los campos más interesantes de la ciencia educativa; nos permiten a la vez estudiar las expresiones lúdicas y las manifestaciones anímicas que caracterizan el desarrollo del niño, con incidencia notoria en su educación.

Ofrecer un concepto único de juego constituye un empeño difícil. Desde el punto de vista psicológico él se caracteriza por una conciencia de actividad libre con un fin propio, unida a un fuerte anhelo de placer. Una definición más general del juego lo muestra como una tendencia de carácter espontáneo, familiarizada con los impulsos, resultando así una actividad tan antigua como el hombre.

El juego es una actividad fundamentalmente lúdica, conteniendo reglas no convencionales, de carácter competitivo, que posee como característica principal la espontaneidad y posibilita la expresión de vivencias culturales de forma intensa y total. A colación con lo anterior, GONÇALVES ET AL, (1998:24) plantea, “En la infancia el juego es esencial. Bromeando y

jugando, el niño reproduce sus vivencias, transformando la realidad, de acuerdo con sus intereses y deseos, de forma dinámica y creativa”.

Los niños lo transforman todo en juego, hasta su propia existencia, constituyendo el elemento principal de su felicidad presente; es su propio ambiente en medio del cual viven plena y gozosamente.

Es este el estímulo maravilloso por medio del cual el niño se hace hábil, perspicaz, ligero, diestro, rápido y fuerte, alcanzando todo ello alegremente. Así, aprende a crear, lo que él quiere, lo que está de acuerdo con su gusto y sus deseos. Los estudiosos de esta temática se han esforzado por distinguir las diferencias entre el juego y el trabajo, concordando en que el juego, precisamente, es el trabajo del niño; claro que con su peculiar actitud.

El dominio del “cómo sería”... del juego tiene a su lado el dominio de “lo verdadero” que es el de la actividad útil, que prepara al niño más directamente para la vida, pues las finalidades de la acción que le presenta son los del mundo real y los obstáculos que le opone son los cotidianos, aquellos que el niño no puede eludir. Según, Eugen Kink, “El juego es parte integrante de la existencia del hombre; es un fenómeno fundamental de importancia vital” (MEC, 1981:157), luego entonces la Educación Física debe aceptar la necesidad del juego tal y como se presenta, como sistema de movimientos espontáneos, liberadores, actividad motriz que aún con fines, muchas veces fantásticos, contribuye a la formación no sólo física, sino también social del niño que exige de él disciplina, división del trabajo, responsabilidad, todo lo cual le prepara para superar los obstáculos y decepciones que luego enfrentará en la vida real.

Para comprender mejor las actividades infantiles vinculadas al juego es preciso considerar las etapas de evolución del niño y en este caso, la que nos ocupa del primer año real, es lo que corresponde a un desco;

Durante los cuatro primeros años de escolaridad, se debe dar al juego un lugar relevante en el ámbito de la Educación Física. En esta edad, no solamente el juego es una asignatura entre otras, sino también un campo de experiencias verdaderamente indispensable para el desarrollo armonioso del niño.

El juego tiene su razón de ser y merece ser enseñado en todas las áreas en que conduzcan al alumno a mejores desempeños y actividades creadoras intensas, tanto en lo físico como en lo psíquico, ajustado a las características del grupo de edades.

Es en un ambiente lúdico que pueden ser obtenidos los mejores resultados en el campo de la creación libre, de la expresión y de la integración social, es ahí que se consigue favorecer el movimiento y desarrollar actitudes generales.

Corresponde a los profesores y padres aprovechar todo el tiempo que el niño esté jugando, sea en la escuela o en su día a día cotidiano y de esta forma propiciar un desarrollo global eficiente y eficaz.

Los elementos del juego, como son las reglas, la competencia, el tiempo y el espacio en que ocurre, colocan al niño en situaciones de adaptación y readaptación, que provocan diferentes actitudes comportamentales.

Al respecto, MELCHERTS, (1987:37) sugiere que, “El juego es uno de los principales medios de la Educación Física para la realización de actividades y para alcanzar los objetivos; también atiende las necesidades bio-psico-fisiológicas y sociales de los niños, en un proceso progresivo de interacción, y estructuración, según el nivel, objetivo, modalidad o clase de juego que tenga que ser realizado”. De ahí, la importancia del conocimiento de los tipos de juegos y sus funciones, como presupuesto para una mejor organización, utilización de sus bondades en la clase de Educación Física.

1.2.4.1. FUNCIONES DEL JUEGO

Muchos han sido los estudios que, a través del tiempo han tratado de explicar la función del juego, formulándose con este fin numerosas teorías. Así salieron a la luz las teorías del descanso, del excedente de energía, el ejercicio preparatorio, la del estímulo para el crecimiento, el perfeccionamiento de los hábitos y las teorías del atavismo, del ejercicio complementario y la teoría catártica.

El autor considera que no es ocioso recordar que el juego infantil es:

- Fuente de alegría para el niño. El verdadero juego encierra siempre el placer moral de una dificultad superada. El juego del niño es, por tanto, alegre; jugando él pone en movimiento su personalidad.
- Equilibrado, pues el niño no procura compensación en él o por medio de él. Él lo escoge según su impulso y no como una finalidad reflejada. El juego constituye una actividad esencial por ser expansión psico-biológica natural del niño.
- Un medio para la ejercitación de las funciones corporales y mentales que el niño necesitará en la adultez.

De esta forma, el juego no representa apenas las experiencias vividas, pero prepara al individuo para lo que está por venir, ejercitando habilidades y principalmente estimulando la convivencia social. Por todo ello, resaltamos el gran valor educativo del juego y la importancia de trabajar este contenido en las escuelas, de forma comprometida con la formación física, intelectual, moral y social del alumno. Esto es reforzado en la Revista Nova escuela (RAMALHO, 2000:10), que refiere siete razones para jugar y que son:

1. Aumento de la independencia
2. Estímulo de la sensibilidad visual y auditiva
3. Valor de la cultura popular
4. Desarrollo de las habilidades motoras
5. Disminuye la agresividad
6. Ejercita la imaginación y la creatividad
7. Aumenta la interacción entre los alumnos.

1.2.4.2-TIPOS DE JUEGOS Y SUS CARACTERÍSTICAS.

Muchos autores han realizado algunas clasificaciones para los juegos, reuniéndolos en grupos según el fin a que se destinan o a las cualidades que estimulan y desarrollan.

En la literatura, habitualmente se encuentra la siguiente clasificación general de los juegos:

- a) Juegos Motores
- b) Juegos Sensoriales
- c) Juegos Creativos
- d) Juegos Intelectuales
- e) Juegos Pré-Deportivos
- f) Juegos Recreativos

Veamos algunas de sus características más notorias:

a) Juegos Motores

Se entienden como juegos predominantemente motores, aquellos en que la actividad física desempeña el papel fundamental, aunque revestidos siempre de ficción. Son los más numerosos y los más importantes, sea para la Educación Física sea para la Recreación.

Estos juegos desarrollan según sus características, la fuerza, la destreza, la coordinación neuro-muscular, la velocidad de movimientos y atraen a los niños.

b) Juegos Sensoriales

Estos juegos están destinados a estimular el desarrollo de los sentidos, pero es necesario que esto se haga siempre por medio de sensaciones agradables, evitando para el niño estados de angustia o situaciones de miedo. Son bastante indicados para los niños de poca edad o los deficientes de los sentidos como los ciegos y los sordos-mudos.

c) Juegos Creativos

Proveen el desarrollo de la creatividad y espontaneidad del niño a través del juego, usando movimientos de imitación, gestos, interpretativos y corporales, en general relacionados al placer de imitar, como por ejemplo: a los padres, los jugadores de fútbol, etc.

d) Juegos Intelectuales.

Desarrollan principalmente el raciocinio, la memoria, la observación, la atención y la concentración, entre otras capacidades, son llamados también juegos psíquicos, los cuales actúan sobre las cualidades intelectuales, ejemplo, el ajedrez, rompecabezas, damas, dominó, etc.

e) Juegos Pré-Deportivos

Son aquellos juegos que, además de estimular las capacidades motoras y mentales del niño, lo prepara para la práctica formal de deportes individuales o colectivos, recomendados a partir de los 11 años de edad; pero, que pudieran ser utilizados con anterioridad en su forma más simple.

f) Juegos Recreativos

Son juegos que tienen el objetivo de recrear o distraer a los niños por medio de una actividad integradora, abarcan un gran número de experiencias en una multiplicidad de situaciones. En este sentido, Melcherts plantea, que, "La Recreación es la actividad física o mental en la cual el individuo es naturalmente estimulado a satisfacer necesidades de órdenes psíquica, física o social, de cuya realización se experimenta placer. Ella es utilizada en actividades de Educación Física en general, y sirve para estimular la práctica de otras más elaboradas y complejas". (1987:41).

A través de estos juegos pueden ser integradas las necesidades bio-psico-fisiológicas y sociales de los niños, facilitándole la convivencia con los profesores y colegas y desarrollándole el verdadero sentido de vida escolar comunitaria.

CAPITULO II. DISEÑO METODOLÓGICO

2.1- Estrategia investigativa

Para comprobar si los juegos recreativos surtían efecto, en cuanto al desarrollo de la coordinación motora, se organizó un experimento, que se prolongó por seis semanas y fue llevado a cabo entre los meses de mayo y junio. Se realizaron mediciones antes de introducir la variable independiente y al finalizar el mismo.

La investigación se enmarca en el paradigma cuantitativo, fundamentalmente, siendo una investigación de tipo experimental.

Unidad de estudios y decisión muestral.

La investigación se realizó con un grupo de 20 niños de 07 años, de la Escuela Fundamental "Pedro Elías Albuquerque Pereira". Para la misma se utilizó un solo grupo, el experimental. Debemos aclarar, que en principio la investigación comenzó con grupo de control, pero por motivos ajenos al investigador, de traslados y enfermedades, se tomó la decisión de continuar con un solo grupo.

2.2- Métodos de investigación

En esta investigación se utilizaron métodos teóricos, empíricos y estadísticos.

MÉTODOS TEÓRICOS

Los métodos teóricos utilizados fueron:

- **Analítico-sintético:** Fue aplicado para después de obtener y reconocer los resultados por cada una de sus partes, analizarlas y posteriormente poder integrarlas en un todo único para extraer las reflexiones pertinentes.

- **Inductivo-deductivo:** Su utilización fue decisiva en la consecución de las conclusiones, logrando a través de él las generalizaciones pertinentes y para la decisión de aceptación de la hipótesis.

- **Hipotético-deductivo:** Fue decisivo al presentar las hipótesis como posible respuesta al problema científico, que será constatado su cumplimiento, al desarrollar las recomendaciones.

- **Tránsito de lo abstracto a lo concreto:** Para extraer de los resultados lo desconocido y plasmarlo en función del nuevo conocimiento, fue imprescindible este método.

METODOS EMPÍRICOS:

Fueron aplicados los siguientes métodos empíricos:

- **La medición:** La misma se utilizó para constatar los resultados de los niños antes y después del experimento, en cinco pruebas motoras. Ellas fueron:

- **Equilibrio de bastón caminando.** La misma consistió en que el niño debía caminar 5 metros con un bastón de 120 cm en posición vertical en la palma de la mano. El valor alcanzado durante la prueba se otorgó a partir de una escala de evaluación propuesta por el autor y que se describe a continuación:

5 puntos-Caminar la distancia con el bastón en vertical, sin salirse de la recta.

4 puntos-Caminar la distancia con el bastón en vertical, con algunos movimientos irregulares en los pasos.

3 puntos-Caminar la distancia con el bastón en vertical, pero con detenimientos en el andar para controlar la verticalidad del mismo.

2 puntos-Caminar con el bastón irregularmente en vertical y pasos inseguros.

1 punto-No logra mantener el bastón en la vertical y pasos inseguros.

0-No lo puede hacer.

- **Bastón palmada.** Esta prueba consistía en lanzar el bastón de la prueba anterior, hacia arriba en posición horizontal agarrado con las dos manos, mientras el bastón estuviera en fase de vuelo, el niño tenía

que dar una palmada y coger el bastón con las dos manos y así repetir ocho (8) veces. La escala de evaluación fue la siguiente:

5 puntos-Lograr lanzar el bastón 8 veces para arriba con las dos manos, haciendo la palmada y recibir el bastón normalmente con las dos manos, las 8 veces, con una frecuencia y ritmo fluida.

4 puntos-Lo mismo con hasta dos errores en la continuidad del movimiento, pero que no deformen la frecuencia, ritmo y fluidez de los movimientos.

3 puntos-Con hasta dos errores en la continuidad, pero con deformación del ritmo y fluidez.

2 puntos-Con más de tres errores en la continuidad del movimiento, hay alteración del ritmo y fluidez.

1 punto-Sólo realiza con continuidad hasta 3 repeticiones con errores en general de la fluidez y el ritmo.

0-no logra realizar el movimiento.

- “Bambole”. Consiste en realizar círculos con el dominio del cuerpo, con un aro plástico durante un tiempo ilimitado, hasta perder el dominio. La expresión del valor se da en segundos.

- Drible en zig-zag. El niño debía correr driblando el balón una distancia de 10 metros, con cuatro obstáculos en el camino que lo obligara a realizar la carrera en zig-zag. Al llegar al final de la distancia se sentaba y realizaba dos dribles y retornaba a la posición de salida. La expresión de medida es en segundos.

- Carrera entre líneas. Esta prueba consistió en correr entre tres líneas, debiendo tocar cada una alternadamente, con cambios en la dirección, lo cual le imprime exigencia a la coordinación y la reacción del movimiento.

- **El experimento.** Partiendo de la posibilidad que ofrece este método de aplicar en la práctica determinada hipótesis teórica, que pudiera haber sido concebida, fue que el autor asumió el uso de este método de investigación científica.

El **objetivo** del mismo era comprobar si efectivamente los juegos recreativos son capaces de producir cambios, a favor del desarrollo de la coordinación motora en los niños, del primer grado de la Enseñanza Fundamental.

Partiendo del supuesto de que los juegos recreativos mejoran la coordinación motora, el autor plantea la siguiente hipótesis de trabajo:

“si se emplea un grupo de juegos recreativos durante la clase de Educación Física con un grupo de niños de 7 años, al cabo de cierto tiempo algunos índices de la coordinación motora deben mostrar mejoría, con respecto al estado inicial”.

Con el objetivo de comprobar en la práctica pedagógica, la influencia de los juegos recreativos en el desarrollo de la coordinación motora, fueron vinculados a la actividad experimental un grupo de composición mixta de 20

niños, de 07 años de edad, del primer grado de la Escuela de Enseñanza Fundamental 'PEDRO ELIAS ALBUQUERQUE PEREIRA', de la ciudad de Boa Vista, Estado de Roraima.

Este grupo tuvo como contenido fundamental, en cuanto al uso de los juegos, aquellos clasificados como recreativos (un listado de ellos se ofrece en la página 54. El proceso de experimentación tuvo una duración total de 6 semanas ó 30 días efectivos, en los cuales se impartieron 18 clases de Educación Física, según la frecuencia habitual de tres clases semanales. La fecha de comienzo fue el 7 de mayo y la de terminación el 15 de junio. Todo el proceso de las clases transcurrió en las áreas destinadas a las clases de Educación Física y otras actividades recreativas, bajo techo y al aire libre, del centro. La frecuencia de clase fue de tres semanal, con duración de 60 minutos cada una. La planificación de cada clase fue realizada entre el investigador y el profesor del grupo. El autor estuvo presente en todas las clases impartidas, para así supervisar el proceso y se cumpliera lo planificado en cada clase.

De forma general, la hora de clase se distribuyó por las partes de la misma, aproximadamente como sigue;

- Parte inicial o preparatoria - 15 - 20 min.
- Parte principal - 30 - 30 min.
- Parte final - 10 - 15 min.

Esta distribución del tiempo fue flexible en dependencia del día de la semana, del horario, del local (si era bajo techo o al aire libre y de la selección

de juego a emplear). Los juegos empleados siempre fueron aplicados, atendiendo a su orden de complejidad y en un tiempo prudencial, de manera que no agotaron o llevaron a la pérdida del interés de ellos por el juego en cuestión.

En la parte principal de la clase también se resolvieron aspectos inherentes al programa de Educación Física vigente, pero siempre se realizaron algunos de los juegos previstos en el listado de la página 54.

Los veinte niños sometidos a experimento fueron testados antes y después del mismo. En ambos momentos se aplicaron las mismas pruebas, observándose los horarios y el área en que fuera realizada la inicial, lográndose un adecuado nivel de estandarización. Ellas fueron (en el mismo orden que se aplicaron):

- Equilibrio del bastón caminando;
- Lanzamiento del bastón horizontal con palmada;
- Bambolê
- Drible en zig-zag
- Carrera entre líneas

El desarrollo de las pruebas fue explicado anteriormente, al ser abordado el método de medición, en este mismo capítulo, página 47.

Además, se utilizó la elaboración estadística de los resultados de las mediciones realizadas en el experimento. Se hallaron la media aritmética, (\bar{x}); la desviación estándar, ($\delta \pm$); el coeficiente de variación, (cv); décima de diferencias de media, a través del criterio-t de student. Además, se halló la diferencia de los valores medios en porciento.

Para el análisis estadístico de los resultados de la actividad experimental se planteó un nivel de significación para la diferencia de medias del 5 porciento, ($t > t_{0,05}$).

CAPITULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

Para una mejor comprensión de los resultados obtenidos, el autor centró el análisis en dos momentos fundamentales. Primero, una caracterización de los juegos recreativos detectados en la literatura especializada y que resultan asequibles para los niños del primer grado de la Enseñanza Fundamental y seguidamente, la discusión sobre los resultados de la aplicación en la práctica de los juegos recreativos en el desarrollo de las capacidades coordinativas.

3.1- LA SELECCION DE LOS JUEGOS A UTILIZAR EN EL EXPERIMENTO.

En consecuencia con el primer objetivo específico de la investigación, se realizó una revisión de la literatura especializada, con el propósito de determinar los juegos recreativos que se pueden utilizar, por sus características, para el desarrollo de la coordinación motora en los niños de 07 años de edad.

Durante la búsqueda, para lo cual se consultaron un amplio grupo de fuente bibliográfica, se encontraron 127 juegos recreativos, dirigidos a los niños de edades escolares, de los cuales se seleccionó un grupo de 45 juegos, que por sus características resultaban los más asequibles a los intereses de los niños, que forman parte de la muestra de esta Tesis y que el autor, para su mejor comprensión, clasifico de la siguiente forma:

- Juegos con cantos, 8;
- Juegos con objetos usados, 8;
- Juegos con balones, 9 y
- Juegos al aire libre, 20;

En general eran más juegos, pero no los mencionamos por ser variantes sencillas de un mismo juego.

La selección de los juegos se fundamentó en los siguientes aspectos:

- Que fueran realmente recreativos;
- Que no tuvieran alguna carga técnica de algún deporte;
- Que no tuvieran reglamentaciones estrictas durante su ejecución;
- Asequibles en su ejecución a los niños de 07 años;
- Que no requieran condiciones especiales complementarias en su ejecución.

Finalmente se propusieron los siguientes juegos recreativos, para ser utilizados durante el desarrollo de las capacidades coordinativas:

JUEGOS RECREATIVOS

1 – Atividad con cantos :

1.1) Cabeza, hombro, rodilla y pies.

Formación: Alumnos en hilera, frente al profesor

Desarrollo: A partir de la canción, tocar en la parte que está siendo hablada, con las manos.

Variación: tocar en la cabeza, sin mencionar la palabra cabeza
Tocar sin decir las palabras cabeza y hombro

1.2) Esclavo de Jó

Formación: alumnos en círculo, sentados

Desarrollo: Con el inicio de la canción, va pasando un objeto que puede ser una piedrecita. El objeto pasando de mano en mano para el niño que está a la derecha. Cuando llega a la parte 'zigue, zigue, zá", el objeto quedará en la mano del niño que hará el movimiento para delante y para detrás, por tres veces, golpeando el objeto en el suelo, al sonido de lá, lá, lá... En la tercera vuelta susurrar con la boca cerrada, solamente la melodía. La última vuelta será en silencio. Si el niño se equivoca se dará otra oportunidad.

1.3) Mi pollito amarillo.

Formación: Alumnos en hilera, frente al profesor

Desarrollo: Con la canción hacer los movimientos

1.4) Puse mi gorra.

Formación: Alumnos sentados en el suelo

Desarrollo: Al sonido de la canción, cada vez que se pronuncie la letra "B" (gorra en portugués comienza con B), si están sentados deben pararse y si están parados deben sentarse.

1.5) El sombrero mío.

Formación: Alumnos en hileras frente al profesor.

Desarrollo: Conforme a la canción hacer los movimientos

1.6) Saltar la cuerda con canción (suiza)

Formación: Dos alumnos cogen una cuerda por cada extremo. Los demás se mantienen en la fila.

Desarrollo: Después de girar la cuerda el niño empieza a saltar y se canta la canción que va diciendo, lo que el niño deberá hacer.

1.7) Pirulí

Formación: Los niños formando dos hileras, una de frente para la otra.

I – La mano derecha de uno con la mano izquierda del otro y viceversa.

II – Dar palmadas, dos golpes en las piernas, dos palmadas en las manos del colega que está de frente.

III – La mano derecha de un niño con la mano izquierda del otro y una palmada. Se repite cantando.

1.8) Yo con los cuatro.

Formación: Cuatro niños forman un círculo, pero sin darse las manos. El juego consiste en un movimiento secuenciado de batidas con las palmas de las manos, seguido por versos rimados.

Desarrollo: El juego empieza con los cuatro niños diciendo, al mismo tiempo el primer verso (uno, dos, tres, cuatro), golpeando con las manos en los laterales de las piernas. Y siguen cantando los otros versos, siempre

acompañados de nuevos movimientos con las manos, en una bonita coreografía sincronizada.

Cuando dicen: Yo con los cuatro, golpean simultáneamente con las palmas de las manos, en las palmas de las compañeras laterales. Yo con esa, cada niña golpea las dos palmas en las palmas de una compañera de un lado; nosotros por arriba un dúo de niños que están frente a frente golpean las palmas una de la otra, un poco arriba del pecho, y el otro dúo golpea palma abajo del pecho; nosotros por abajo golpean en las palmas del colega que está frente, invirtiendo el orden de la vez anterior.

El juego continúa con esa misma secuencia. Por lo tanto, en cada repetición los niños cambian de posición, o sea, quien en la vez anterior golpeó por arriba, golpeará por abajo y viceversa. La velocidad del juego puede variar de acuerdo con las posibilidades del grupo en cuestión.

2 - Actividad con objetos usados

2.1) Las tres Marias

Material: 5 piedrecitas, lisas y redondeadas o bolas.

Formación: Por dúos y 5 piedrecitas para cada dúo.

Desarrollo: Dividir el juego en 4 fases.

Primera fase: Comienza jugando con las 5 piedrecitas en el suelo o en una mesa. Después tira una para arriba.

Mientras ella esté en lo alto recoge rápidamente una de las cuatro restantes. Tú tendrás que coger la que fue lanzada para arriba, antes que llegue al suelo, con la mano que usó para recoger la piedra. Esta deberá ser, ahora, colocada al lado.

Segunda fase: juegan las 5 piedrecitas nuevamente.

Ahora, tú tirarás una para arriba, pero tendrás que recoger del suelo 2 piedras a la vez

En la tercera: Se juega nuevamente con las 5 piedrecitas, pero esta vez recogen tres.

En la cuarta: Nuevamente se juegan las 5 piedrecitas, pero, ahora, se recogen 4 piedrecitas.

En la Quinta es la parte final.

2.1) Amarelinha (El tejo)

Material: Tiza y piedrecitas

Formación: Dividir el grupo en dos hileras.

Desarrollo: Lanzar una piedrecita en la casa número 1 e ir saltando hasta el final, saltando la casa donde está la piedra lanzada. En el regreso, baja y coge la piedra.

Lanzar entonces la piedrecita a la casa número dos, y así hasta llegar al número diez.

Cuando se equivoque, pasar al compañero que le sigue, y cuando le tocara otra vez regresa al punto donde paró.

Cada vez que consiga llegar hasta la casa diez, gana una de las casas y puede poner su nombre, pasando a ser su dueño, y nadie más puede jugar o pisar en esta casa. Gana quién tuviera más casas.

Se puede dibujar en el piso del gimnasio, patio, etc.

2.3) (Circuito) Saltar la cuerda, andar en línea, saltar la cuerda.

Formación: Dos o más equipos

Desarrollo: El alumno deberá seguir una secuencia de tareas con cuerdas, las cuales serán demostradas por el profesor.

1. Saltar la cuerda (dejarla en un círculo)
2. Andar en línea (andar sobre una cuerda que deberá estar en la horizontal)
3. Saltar la cuerda (debe dar un salto y pasar la cuerda)

2.4) Saltar la cuerda corriendo

Formación: Dos hileras, filas

Desarrollo: El primer alumno de cada fila sale saltando y corriendo hasta el punto predeterminado y vuelve. Vence el equipo que termine primero.

2.5) Bambole (hula, hula)

Material: Un aro para cada alumno.

Desarrollo: Girar el aro por el suelo libremente, sobre una línea recta, con curvas, en zig zag, sobre un círculo. Otras variantes pudieran darse con la mano derecha o izquierda, hacerlo girar en la cintura, en los brazos, el cuello y en las piernas, derecha e izquierda.

2.6) Juego de codo

Material: moneda, piedrecita

Formación: Alumnos en hileras, frente al profesor.

Desarrollo: Cada alumno con una moneda, la pone en su codo en forma horizontal, con la mano al hombro y en la medida que deja la moneda caer, entonces intenta cogerla sin que caiga al suelo.

2.7) Coger la regla

Material: reglas de 30cm y colchón.

Formación: Alumnos en hileras

Desarrollo: Con el dedo pulgar y el índice entre abiertos, pone la regla más o menos a 10cm por encima de ellos y se suelta para que el alumno la coja lo más rápido posible, sin permitir que caiga al suelo.

2.8) Golpear en las manos

Formación: Dos a dos, frente a frente

Desarrollo: Los alumnos colocan las palmas de sus manos arriba de las palmas de las manos de su compañero y el alumno que está con las manos debajo intentara golpear en las manos del que las tiene arriba.

Se puede dar una palmada en las dos manos o sólo en la mano derecha, o sólo izquierda.

3 - Actividad con balones

3.1) Driblar el balón

Formación: Dos o más equipos en hilera.

Desarrollo: El profesor conjuntamente con los alumnos dibuja círculo en el suelo hacia donde el alumno deberá salir dribliando con el balón. A la señal los primeros alumnos de cada fila salen dribliando con el balón hacia el contorno en algún obstáculo y vuelve a su lugar, hasta que todos hayan hecho.

Variantes:

3.2) Dribliar el balón y coger con las dos manos.

- 3.3) Dribliar el balón y coger con la mano derecha
- 3.4) Dribliar el balón y coger con la mano izquierda
- 3.5) Lanzar para arriba el balón y cogerlo con ambas manos
- 3.6) Lanzar para arriba el balón, dar una palmada y cogerlo con las dos manos.
- 3.7) Caminar con el balón equilibrado en la mano.

3.8) Balón al túnel

Formación: Dos o más equipos en fila

Desarrollo: El profesor dará la señal y el balón deberá ser pasada de mano en mano ej:

- a) Pasar por arriba de la cabeza;
- b) Pasar por debajo de las piernas;
- c) Pasar por arriba o por abajo;
- d) Pasar por la derecha;
- e) Pasar por la izquierda

Dejar que los alumnos ofrezcan sugerencias.

3.9) Cambio, cambio en el círculo

Formación: En el gimnasio o en el patio, los alumnos son divididos en dos equipos. Cada equipo forma un círculo teniendo un alumno en el centro.

Desarrollo: A una señal del profesor, un alumno (A) del círculo pasa el balón al alumno que está en el centro (B) y corre para el centro ocupando el lugar dejado por B; este a su vez al recibir el balón en el centro lo

devuelve a otro (C) del círculo y sale para ocupar el lugar dejado por (A) en el círculo. Así, se hará sucesivamente.

Se marcará un punto para el equipo que consiga dar un giro con todos los alumnos.

4. Actividades Al Aire Libre

4.1) Relevé.

Formación: Se organizan 2 equipos con igual número de participantes sentados en dos círculos distintos.

Desarrollo: Al darse la señal de inicio, un alumno de cada círculo saldrá corriendo alrededor del propio círculo y se sentará nuevamente en su lugar. Inmediatamente el alumno que estuviera a su derecha saldrá corriendo. Lo mismo será repetido por los otros. Gana el equipo que primero consiga que sus integrantes concluyan dar las vueltas al círculo.

4.2) Esquilo dormilón (animal típico del Brasil)

Material: Un objeto cualquiera que represente un noz (fruto)

Formación: Los alumnos quedarán sentados, en círculo: la cabeza apoyada en la mano izquierda y el codo en la rodilla, los ojos estarán cerrados (el esquilo dormilón). La mano derecha queda suspendida con la palma hacia arriba.

Desarrollo: Un esquilo, que está con el noz, anda silenciosamente por entre los dormilones y colocará el noz en la palma de uno de ellos. Este inmediatamente sale en persecución del esquilo vigilante, procurando

alcanzarlo antes de que llegue a su lugar. Si lo consiguiera, continúa como dormilon; si no cambia de rol con el vigilante.

4.3) El rabo del burro.

Material: Tiza, un pañuelo para vendar los ojos

Formación: libres

Desarrollo: Dibujar en el suelo o en la pizarra un animal (burro) de tamaño razonable sin rabo, para, colocarle su cola (rabo).

En seguida, el primer alumno es llevado hasta cerca de donde está dibujado el burro. Sus ojos serán vendados y se le dará una o dos vueltas para que él pierda la noción del lugar. En seguida él tendrá que dibujar el rabo del burro.

Si fuera en la pizarra no puede orientarse por los bordes. El público no puede ayudarlo. Seguidamente otro lo intentará. Será vencedor el alumno que más se aproxime al lugar cierto del rabo del burro.

4.4) Sombra Fugitiva.

Formación: Libre

Desarrollo: Escoger un perseguidor. Este deberá pisar la sombra de uno de sus compañeros. En el momento en que pisa dice su nombre, y este entonces pasará a ser el perseguidor. Los alumnos podrán agacharse para esconder la sombra y hacer uso de otras artimañas; pero nunca podrán quedar parados.

4.5) Cien pies en Acción.

Formación: Se divide a los alumnos en dos grupos o equipos con igual número de participantes. Se marca una línea de salida y, a 10 m de esta, la línea de llegada. Los alumnos forman columnas tomándose cada uno de la cintura del otro y todos agachados. El primer alumno, cabeza del cien pies asegurará las manos del que está detrás de sí.

Desarrollo: Al darse la señal, el cien pies saldrá de su línea y deberá dirigirse a la línea de llegada avanzando, sin erguirse. Es necesario una buena coordinación para que todos salten juntos y así avancen más rápidamente. Cada alumno que transpasa la línea de llegada se suelta del cien pies. Será vencedor, el equipo cuyo último alumno pase primero la línea de llegada.

4.6) Carerito fugitivo

Material: Botellas plásticas o pedazos de madera y un pito

Formación: Los niños (careritos) quedan tranquilamente dentro del corral en cuadrupedia. Las botellas deben ser colocadas a una distancia que permita el paso de los niños entre una y otra. Fuera quedará un pastor.

Desarrollo: A una señal del profesor, los careritos resuelven escapar del corral. Estos salen, entonces, de agatas pasan por entre las botellas. Cuando el pastor mira que sus ovejas están escapando, hace sonar el pito y los careritos deben volver para el corral, siempre agatas, solo que esta vez será de espaldas y sin poder mirar para atrás. La ovejita que derribe una botella vuelve para el corral definitivamente y no podrá intentar nuevamente la fuga. El resto intentará nuevamente la fuga, y así prosigue hasta que vayan quedando uno o dos careros, que serán considerados los vencedores.

4.7) Ordenes contrarias

Material: Cuerdas de 3m para cada alumno

Formación: Se traza una línea y sobre ella quedan todos los alumnos con una de las puntas de la cuerda bien agarrada con la mano derecha. La otra punta de la cuerda será sujeta por el profesor, que tendrá en sus manos todas las puntas de las cuerdas, y así podrá tener el control, de todos los alumnos.

Desarrollo: El profesor dará una secuencia rápida de orden, que los alumnos deberán ejecutar al contrario. Por ejemplo: a la voz: "Puxem", todos deberán inclinar el cuerpo para el frente, a fin de que la cuerda quede suelta; "Suelten", todos extienden el cuerpo para atrás y la cuerda queda tensa. Los que ejecuten las órdenes, conforme fueron dadas y no al contrario, serán fácilmente percibidos por el profesor. Los que ejecuten las órdenes al contrario, enrollarán la cuerda una vez en su muñeca, avanzando de manera que las cuerdas queden bien estiradas. Los que se equivocan no tienen ese derecho. El profesor queda siempre en el mismo lugar. De esta manera los alumnos irán aproximándose del profesor. Será vencedor el alumno que llegue más rápido a estar cerca del profesor, de manera que consiga cogerlo con la mano.

4.8) El guardia

Material: Una botella plástica y un balón

Formación: Los alumnos forman un círculo manteniendo una distancia de un metro entre uno y otro. En el centro queda la botella y un alumno (el guardia).

Desarrollo: El alumno que está con el balón intenta derribar la botella. El guardia debe defenderla. Puede hacerlo, valiéndose de todos los medios, menos retirar el balón de las manos del alumno. Este, por su parte, no puede

moverse de su lugar, pero puede hacer pases con el balón, escogiendo ángulos fáciles y vulnerables, en que el guardia no esté tan atento. En el momento en que un alumno consiga derribar la botella con el balón, el guardia será sustituido por él, y el juego prosigue.

4.9) Salta uno

Material: Un balón

Formación: Los alumnos son numerados y forman una fila delante de una pared.

Desarrollo: Uno de los alumnos se separa del grupo y lanza el balón contra la pared, al mismo tiempo que grita un número. El alumno, cuyo número fue llamado, cogerá el balón cuando este pique en el suelo por primera vez, entonces, será él quien lance el balón contra la pared y gritará otro número. Así prosigue el juego. Constituye falta, cuando el alumno que fuera llamado y no consiguiera coger el balón, este vuelve a su lugar en la fila, y su antecesor tendrá derecho a un nuevo intento.

4.10) Retira pone

Material: 6 objetos cualesquiera

Formación: Los alumnos son divididos en dos grupos, con igual número de participantes. Forman dos filas a una distancia de 4m son trazos delante de cada fila (columna), un círculo mayor precedido de 3 menores. Dentro de cada círculo, es colocado un objeto.

Desarrollo: Dada la señal de inicio, el primer alumno de cada columna sale corriendo, y coge un objeto para colocarlo en el círculo mayor. Al terminar, vuelve corriendo y da una palmada en la mano del alumno número 2 y se coloca en el final de la columna, que avanza un paso. El alumno número 2, al ser tocado en la mano, sale corriendo y coloca los

objetos, uno de cada vez, nuevamente en los círculo menores. Hecho eso, procede como en el primero, y así corren todos los alumnos: unos colocando los objetos en el círculo mayor, y otros retirándolos y colocándolos en los círculos menores. La victoria es del grupo cuyo primer alumno llege primero a la línea de partida. Constituyen faltas: salir de la columna antes que el alumno precedente toque en la mano; coger más de un objeto por vez; colocar el objeto fuera del círculo mayor o de los círculos menores. La victoria sólo será válida, si el grupo no tuviera más de dos faltas.

4.11) Saltos en línea

Material: dos sillas o bancos

Formación: Dos grupos con el mismo número de participantes. Los alumnos forman dos columnas, colocan la mano izquierda sobre el hombro izquierdo del compañero del frente y con la mano derecha le recogen el pie derecho. Al frente, a 3m de cada columna, estará una silla.

Desarrollo: Dada la señal de inicio, las columnas se moverán, saltando con un solo pie y dando la vuelta por detrás de la respectiva silla, retornando a su lugar. Será vencedor el grupo que llege primero, sin haber cometido falta alguna. Constituye falta soltar el hombro o el pie del compañero.

4.12) Huevo en la cuchara

Materiales: Dos cucharas, dos papas o huevos cocinados. Dos obstáculos.

Formación: Dos equipos con el mismo número de participantes en fila, atrás de la línea de partida, a 10m de los obstáculos. El primero de la fila tendrá el cabo de la cuchara entre los dientes, y en esta la papa o el huevo.

Desarrollo: Dada la señal, el primero de cada fila sale caminando o corriendo, contorna el objeto que sirve de obstáculo y entrega la cuchara al segundo, este repite la misma acción, y así por todos los demás. Vencerá el equipo cuyo primer corredor llegue nuevamente sobre la línea de partida. Si el huevo o la papa caen al suelo, el corredor debe volver al inicio y empezar la caminata.

4.13) Zig Zag

Materiales: 10 o más botellas vacías, si fuera posible de plástico

Formación: Participación individual para analizar el sentido de la orientación. Las botellas son alineadas con un intervalo de 50cm entre una y otra.

Desarrollo: El profesor venda los ojos del primer alumno y lo lleva hasta la primera botella. El juego consiste en pasar, a manera de zigzag, entre las botellas, sin derribarlas. El alumno que toque con el pie una botella, aunque no la derribara, será eliminado, lo mismo ocurrirá si deja de pasar entre una de las botellas. El que consiga pasar por todas las botellas, sin derribarlas, será el vencedor. Cuando se cuente con más de un alumno vencedor, debe organizarse una nueva disputa entre los vencedores, siendo, entonces, el intervalo entre las botellas disminuido hasta 30cm.

4.14) Vaso de agua

Materiales: Vasos con agua para todos los participantes.

Formación: Pueden jugar cuantos alumnos desearan. Se trazan dos líneas, una de salida y otra de llegada, a una distancia de 10m. Los alumnos quedan todos formados detrás de la línea de partida, con los vasos de agua en las manos.

Desarrollo: El juego consiste en alcanzar la línea de llegada sin haber derramado ninguna gota de agua. Vencerá quién primero alcance la línea de llegada.

4.15) Corrida de un pie sólo

Formación: Se Trazan dos líneas, a una distancia de 10 a 15m. Los alumnos quedan todos alineados atrás de la línea de partida.

Desarrollo: Dada la primera señal, todos los alumnos levantarán el pie izquierdo, equilibrándose sobre el derecho. El profesor da una segunda señal, y todos salen saltando sobre un pie sólo hasta pasar la línea de llegada. El primero que consiga llegar será el vencedor. No será permitido apoyar el otro pie en el suelo, apoyarse o empujar al compañero. Los que incurrieran en estas faltas vuelven a la línea de partida.

4.16) Regalo difícil

Materiales: Pequeño regalo, hilos o barbante de varios colores.

Formación: Cada regalo es envuelto con un hilo de un color determinado. A continuación, este hilo es enmarañado por diversos lugares.

Desarrollo: Cada alumno recogerá la punta de uno de los hilos, y tendrá que desenmarañar todo el hilo para llegar a su regalo. El hilo debe ser enredado nuevamente, en forma de novelo y sin ningún nudo.

4.17) Tapete

Materiales: 2 hojas de periódico u otro papel para cada alumno

Formación: Se trazan líneas paralelas a una distancia de 10m. La participación es individual. Cada alumno se parará detrás de la línea de partida con las dos hojas de periódico.

Desarrollo: Cada uno de los alumnos intentará llegar a la línea opuesta, pisando siempre sobre los periódicos, de manera que tendrá que removerlo continuamente, a cada paso dado. Los que rasguen los periódicos, retornan a la línea de partida. Será proclamado vencedor el que primero pase la línea de llegada.

4.18) Tres piernas

Materiales: cordel u otro material para amarrar las piernas.

Formación: Se trazan dos líneas paralelas, a una distancia de 10m. Los alumnos están por parejas, amarrándose la pierna de uno a la pierna del otro; puede ser un poco arriba del tobillo o un poco abajo de la rodilla.

Desarrollo: Dada la señal, parten las parejas corriendo para la línea de llegada. El secreto para correr bien es sincronizando la partida. El par debe dar el primer paso con las piernas sueltas. Será vencedor el par que primero cruce la línea de llegada.

4.19) Amarelinha de laberinto

Materiales: Una piedrecita achatada para cada alumno.

Formación: Cada alumno intenta llegar a la salida del laberinto, uno cada vez.

Desarrollo: El primer alumno coloca su piedrecita en la entrada del laberinto y va golpeándola sólo con un pie. Bajo ningún concepto alguien puede apoyar el otro pie en el suelo. Sólo en los lugares determinados puede colocar los dos pies en el suelo y cambiar de pie. Si un alumno coloca los dos pies en el suelo, fuera del lugar determinado, deja ahí su piedrecita y otro intenta la suerte. La piedrecita queda ahí hasta llegar nuevamente su turno de

jugar. Si la piedrecita sale fuera de las líneas del laberinto, el alumno recomenzará todo desde el inicio, esperando nuevamente su turno de jugar. Se cambiará de pie fuera del lugar, vuelve con su piedrecita para el lugar anterior de cambio de pie y espera su turno para jugar. Un alumno puede, golpeando su piedrecita, ser obstaculizado por el otro que estuviera con la piedrecita parado, intentando jugarla fuera de la línea, pero corre el riesgo de jugar la suya junto. Será vencedor el alumno que consiga salir más rápidamente del laberinto.

4.20) Mi espejo

Formación: Dos a dos, uno de frente al otro. Determina, entonces, cuáles de los alumnos es el que hará el rol de espejo.

Desarrollo: El profesor explica a los alumnos que uno de ellos será el espejo del otro, que quiere decir, que todos los gestos que uno hiciera, la pareja deberá imitarlo.

El profesor dará una señal para el inicio y los alumnos empiezan a hacer movimientos con los brazos, con las manos, con la cabeza, con el cuerpo, debiendo cada uno ser imitado por su pareja.

Después de algun tiempo el profesor pide a los alumnos que cambien los roles. El juego continúa hasta que se acabe el interés.

3.2- ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DEL EXPERIMENTO.

Este análisis el autor lo concibió abordando cada una de las pruebas, en el mismo orden en que éstas fueron organizadas para su ejecución, por los alumnos al inicio y final de la etapa experimental.

La primera prueba realizada fue el equilibrio de bastón. En el estado inicial el grupo mostró un promedio (\bar{x}) de $2,0 \pm 1,03$ puntos. Al final del

experimento el resultado se elevó a $3,75 \pm 1,07$ puntos. Este resultado mejora el anterior en 1,75 puntos, es decir, representó un 87,5 por ciento de mejoría. Esta mejoría resultó significativa estadísticamente ($t < 0,05$).

En la Segunda prueba realizada, que consistió en lanzar el bastón en posición horizontal con las dos manos y dar una palmada, el resultado medio (\bar{x}) del grupo fue de $2,8 \pm 0,83$ puntos. Después del experimento el valor medio mejoró ascendiendo ese valor a $4,1 \pm 0,79$ puntos. Este resultado tuvo un incremento en 1,3 puntos, lo que representó el 46,43 %. Esta mejoría es significativa estadísticamente ($t < 0,05$).

La tercera prueba realizada fue el “bambolé” en la cual el grupo investigado mostró un resultado promedio antes del experimento de $22,41 \pm 15,0$ segundos. En la repetición de la prueba al final del experimento el resultado mostrado alcanzó una media de $24,77 \pm 14,8$ segundos, mejorándose el primer resultado en 2,36 segundos, lo que representa el 10,5 % de aumento del dato medio. Este aumento no resultó ser estadísticamente significativo.

En la cuarta prueba, “drible en zig-zag” los resultados medios se comportaron de la siguiente forma: antes del experimento el promedio fue de $39,83 \pm 7,44$ segundos y al final la magnitud disminuyó hasta $37,8 \pm 7,32$ segundos, lo cual mejora el resultado en 2,03 segundos. Esta mejoría representa una disminución del tiempo inicial del 5,1 %. La mejoría de estos resultados no es significativa estadísticamente.

Los resultados de la última prueba realizada tuvo la misma tendencia de mejoría de los anteriores. La misma fue la carrera entre líneas y antes del

experimento el valor medio obtenido fue de $40,48 \pm 6,39$ segundos. Finalizado el experimento el promedio descendió a $38,44 \pm 6,77$ segundos, lo cual reporta una mejoría en la prueba. Esta diferencia de 2,04 segundos representa una disminución del tiempo de la prueba en 5,04 por ciento. El valor de esta diferencia no fue significativa estadísticamente.

Como se puede observar, solamente en dos de las cinco (5) pruebas se encontró diferencias significativas, es decir, en las dos pruebas realizadas con el bastón. En el resto se mejoraron los resultados, pero no hubo diferencias significativas estadísticamente.

El hecho que las pruebas mejoren sus resultados al finalizar el experimento, indica, por lo menos, que la utilización de los juegos recreativos seleccionados no influyen negativamente en el desarrollo motor, en este caso, específicamente, en la coordinación motora.

Intentando desentrañar el por qué pudo existir mejoría significativa en unas pruebas y en otras no, es necesario realizar el siguiente análisis:

Está demostrado que la coordinación motora mejora sensiblemente con la utilización de ejercicios donde intervienen respuestas rápidas después de un estímulo (rapidez de reacción), porque la necesidad de reclutamiento de las fibras musculares para ejecutar esa respuesta rápida requiere de una coordinación intra-muscular, que cuando se entrena genera procesos de desarrollo de la coordinación intermuscular en general (Kots, 1978; Kuznietsov, 1980 y otros).

Lo anterior, sin embargo, es contradictorio en nuestro caso por el hecho que en la última prueba realizada se pone de manifiesto la rapidez de reacción y por los resultados hemos comprobado que no se muestran diferencias significativas en este sentido, aunque si se constata mejoría. Consideramos, que lo anterior pudo estar fundamentado, por el poco tiempo y cantidades de clases a las que se pudo someter el grupo en cuestión.

También se puede dar el caso, que los resultados mejoraron más ampliamente en días posteriores, pues como se conoce, los procesos adaptativos en el organismo después de las cargas físicas no muestran un resultado enseguida, sino, pasado un espacio de tiempo determinado y siempre que se mantenga la carga física en ese sentido con alguna frecuencia. Este hecho, reconocido en la literatura deportiva como “fenómeno de transformación retardada” (Matveev, 1967), para el caso similar, pero más global y bajo condiciones del entrenamiento deportivo, llamado “forma deportiva”, pudiera tener una relación en cuanto a los mecanismos de adaptación en el organismo, pero no es muy amplio el conocimiento sobre el mismo en la Educación Física.

Otro aspecto interesante es, que el equilibrio que logra el hombre con su cuerpo o cuando sostiene un instrumento en sus manos, tiene relación directa con la coordinación motora. El equilibrio es uno de los componentes reconocidos de la coordinación motora, al igual que la capacidad de acoplamiento, ritmo, orientación, reacción y otras, ya señaladas en la fundamentación pag. 27.

Sin dudas, el logro de cambios más profundos y significativos en la coordinación motora requiere de mayor tiempo de aplicación de los juegos, pero como se pudo observar, es posible mejoría en este empeño en un mínimo de tiempo comprobado de seis (6) semanas.

CONCLUSIONES

El análisis bibliográfico realizado y los resultados de la investigación, nos permiten llegar a las siguientes conclusiones:

1. - En la bibliografía consultada asequible a nosotros no se encuentran evidencias experimentales sobre el desarrollo de la coordinación motora a través de los juegos recreativos.
2. - Las tablas propuestas para evaluar las pruebas de equilibrio de bastón en vertical y bastón palmada, permiten mayor objetividad y exactitud, que apreciando sólo si hace o no el movimiento pag 71, como proponen algunos autores.
3. - Los juegos recreativos propuestos pag. 54, son una selección de entre un gran número de ellos extraídos de la literatura especial sobre los juegos en Educación Física, y comprobada su accesibilidad en la práctica por el autor, que pueden engrosar el arsenal del profesor con fines diversos.
4. - Los juegos recreativos aplicados logran mejorar la coordinación motora de los niños, por lo menos en un plazo de 30 días efectivos, con no menos de 18 clases. El autor puede inferir con estos resultados, que en un plazo mayor de tiempo se pueden lograr resultados más profundos en el desarrollo de la coordinación motora.
5. - Los resultados obtenidos, teniendo en cuenta que en todos los casos existe mejoría de ellos al finalizar el experimento, permiten aceptar la hipótesis, pero aclarando que resultados mas significativos podrán ser obtenidos con mayor tiempo de aplicación de los juegos.

RECOMENDACIONES

Hecho el análisis y las conclusiones se hacen las siguientes recomendaciones:

1. - Utilizar los juegos recreativos aquí propuestos con niños de 7 años en adelante, después de haber sido demostrada la asequibilidad para dicha edad y de obtenerse mejoras en la coordinación motora.
2. - Planificar el desarrollo de la coordinación motora considerando que ello es posible por lo menos, a partir de seis (6) semanas de aplicación de los juegos recreativos. Para obtener resultados más profundos será necesario un mayor tiempo de aplicación de los mismos.
3. Valorar por el Departamento de Educación Física y Deportes de la Secretaría de Educación, Cultura y Deportes de Boa Vista, Roraima, la pertinencia de que los juegos propuestos sean utilizados por los profesores de Educación Física del primer grado, en la Enseñanza Fundamental, durante el desarrollo de la coordinación en sus clases.

REFERENCIAS

OROPESA FERNÁNDEZ, Ricardo R. JUGAR Y CREAR, Conferencia Internacional, Pedagogia 2001, Ciudad La Habana, Cuba.

INSTRUÇÃO NORMATIVA nº 01/98. Estabelece Diretrizes para questões administrativas e pedagógicas no âmbito das escolas e de outros setores do sistema Estadual de Educação.

MELCHERTS HURTADO, Joahnn Gustavo Guilherme. EDUCAÇÃO FÍSICA PRÉ-ESCOLAR – 1ª a 4ª Série. Uma Abordagem Psicomotora. PRODIL, Curitiba-PR, 4ª edição. Fundação Universidade do Paraná, 1987. 156p.

LABARRERE, G. Pedagogia. Editorial Educación, La Habana. 1989.

GONÇALVES, Maria Cristina. PINTO, Roberto Costacurta Alves. TEUBER, Silvia Pessoa. APRENDENDO A EDUCAÇÃO FÍSICA DA PRÉ-ESCOLA ATÉ A 8ª SÉRIE DO 1º GRAU. Da técnica Aplicada ao Movimento Livre. Bolsa Nacional do Livro. Curitiba-PR. 1998, Edição Original.

ENCICLOPEDIA GENERAL DE LA EDUCACIÓN .Tomo III. Edición Oceano, Barcelona, 1999, 1266p, 1584pp.

REVISTA NOVA ESCOLA. Edição Especial PCN, Fáceis de Entender de 1ª a 4ª série, 2000, 35p, Editora ABRIL.

PETRY, Rose Mary. EDUCAÇÃO FÍSICA E ALFABETIZAÇÃO. Kuarup. Porto Alegre-RS. 1988, 3ª edição.

PARÂMETRO CURRICULARES NACIONAIS – PCNs. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. EDUCAÇÃO FÍSICA. MEC/SEF, 1997. 96p. Vol. 7.

PETRY, Rose Mary. EDUCAÇÃO FÍSICA E ALFABETIZAÇÃO. Kuarup. Porto Alegre-RS. 1988, 3ª edição.

GIOVANNONI, Natalice de Jesús Rodríguez. GEBRAN, Viviane Crespo e DALL'IGNA, Mariliz Araújo. A NOVA PRÉ- ESCOLA: Histórico de Educação Pré-Escolar Desenvolvimento Infantil. Curitiba - PR, BNL, 400 p.

FERREIRO GRAVIE, R. DESARROLLO FÍSICO Y CAPACIDAD DE TRABAJO DE LOS ESCOLARES, Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1984 252p.

CARREÑO, J. E. 1999...ESTRUCTURA DE LA PREPARACIÓN FÍSICA (Capacidades Motoras) DE LUCHADORES ENTRE 12 y 15 AÑOS DE EDAD DURANTE EL PERÍODO PREPARATORIO. (Tutor. Román de Armas Pérez. 1999. -- 35p. Tesis de Grado (Dr en Ciencias pedagógicas). -- Instituto Superior de Cultura Física, La Habana, 1999. - - (Resumen).

VALADARES, Solange. ARAÚJO, Rogéria. EDUCAÇÃO FÍSICA NO COTIDIANO ESCOLAR, Jogos e Brincadeira ao Ar Livre, EDITORA FAPI LTDA, Belo Horizonte- MG, 1999, 1ª edição, Vol.1 – Vol 8.

_____ pág. 12

_____ pág. 12

_____ pág. 11

_____ pág. 11

GONÇALVES, Maria Cristina. PINTO, Roberto Costacurta Alves. TEUBER, Silvia Pessôa. APRENDENDO A EDUCAÇÃO FÍSICA DA PRÉ-ESCOLA ATÉ A 8 SÉRIE DO 1º GRAU, da Técnica Aplicada ao Movimento Livre. Bolsa Nacional do Livro. Curitiba-PR. 1998. Edição Original.

MEC/SEED. EDUCAÇÃO FÍSICA DE 1ª a 4ª SÉRIE – 1º GRAU, Brasília, 1981. 157p.

MELCHERTS HURTADO, Joahnn Gustavo Guilherme, EDUCAÇÃO FÍSICA PRÉ-ESCOLAR E ESCOLAR – 1ª a 4ª Série. Uma Abordagem Psicomotora. Curitiba-PR. 4ª edição. Fundação Universidade do Paraná – PRODIL, 1987. 156p.

RAMALHO, PRISCILA Revista Nova Escola. Edição Especial PCN, Fáceis de Entender de 1ª a 4ª série, 2000, 35p. Editora ABRIL.

MELCHERTS HURTADO, Joahnn Gustavo Guilherme, EDUCAÇÃO FÍSICA PRÉ-ESCOLAR E ESCOLAR – 1ª a 4ª Série. Uma Abordagem Psicomotora. Curitiba-PR. 4ª edição. Fundação Universidade do Paraná – PRODIL, 1987. 156p.

BIBLIOGRAFIA

ALMEIDA, Fernando José de. FONSECA JUNIOR. Fernando Moraes. PROINFO Projetos e Ambientes Inovadores. Secretaria de Educação a Distancia, Brasilia: Ministerio da Educação, Seed, 2000. 96p.

ALMEIDA, Maria Elizabeth de. PROINFO. Informática e Formação de Profesores. Secretaria de Educação a Distancia. Brasilia: Ministerio da Educação , Seed, 2000. Volumes 1 e 2.

ANJOS, Keyla Guimarães dos. Propuesta Pedagógico social para estrechar el vínculo escuela comunidad en función del proceso de la Educación Física con niños de 9 y 10 años en Boa Vista, Tesis de Maestría, Boa Vista, RR - ETFRR, Marzo del 2000. PP 15-16.

BRAGHIROLI, Elaine Maria. BISI, Guy Paulo. RIZZON, Luiz Antonio y NICOLETTE, Ugo. PSICOLOGIA GERAL, Editora Vozes Ltda, Petrópolis-RJ, 1997. 219p. 14ª edição

CARTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO FÍSICA. Conselho Federal de Educação Física. 2001.

CELI NETO, José. Tesis de Maestría: EL APRENDIZAJE DE BALONMANO EM LA ESCUELA A TRAVÉS DE JUEGOS: Uma posibilidad pedagógica, Matanzas. Cuba, 1999, 75p.

CUNHA, Nylse Helena Silva. BRINCAR, PENSAR E CONHECER, Brinquedos, jogos, atividades. MALTESE, São Paulo-SP. L997, 184 p.

DANILOV, M. A. y SKATKIN, M. N. DIDACTICA DE LA ESCUELA MEDIA. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba. 1985.

DIDACTICA DE LA EDUCACION FISICA, Escuela Superior de Educacion Física, CMDTE. Manuel Fajardo – CÁTEDRA DE DIDACTICA DE LA EDUCACION FÍSICA Y PRÁCTICA DOCENTE – ediciones deportivas Instituto de Libro Habana – Cuba.

FERREIRA, Idalina Ladeira. CALDAS, Sarah P. Souza. ATIVIDADES NA ESCOLA MATERNAL. Editora Saraiva, São Paulo, 1986, 168p. 1ª edição.

FLINCHUM. Betty M. DESENVOLVIMENTO MOTOR DA CRIANÇA, Interamericana. Rio de Janeiro, 1981. 1ª Edição, 110 p. Tradução de Darcymires do Rego Barros e Daisy Regina Pinto Barros.

FRITZEN, Silvino José. JOGOS DIRIGIDOS: Para grupos, recreação e aulas de educação física. VOZES, Petrópolis-RJ, 1999, 24ª edição, 113 p.

GIOVANNONI, Natalice de Jesús Rodríguez. GEBRAN, Viviane Crespo e DALL'IGNA, Mariliz Araújo. A NOVA PRÉ- ESCOLA: Histórico de Educação Pré-Escolar Desenvolvimento Infantil. Curitiba - PR, BNL, 400 p.

GONÇALVES, Maria Cristina. PINTO, Roberto Costacurta Alves. TEUBER, Silvia Pessôa. APRENDENDO A EDUCAÇÃO FÍSICA DA PRÉ-ESCOLA ATÉ A 8 SÉRIE DO 1º GRAU, da Técnica Aplicada ao Movimento Livre. Bolsa Nacional do Livro. Curitiba-PR. 1998. Edição Original.

JUKOVSKAIA, R. I. LA EDUCACIÓN DEL NIÑO EN EL JUEGO. Tr. Alfredo Peres et alli. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1975, 400 p.

MEC. Ministério da Educação e Cultura. Secretaria de Educação Física e Desportos. EDUCAÇÃO FÍSICA DE 1ª a 4ª Série. Brasília, 1981, 224 p.

MEC. Ministério da Educação e Cultura. Secretaria de Educação Física e Desportos. SUBSIDIOS PARA PROFESORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE 1ª a 4ª SÉRIE DO 1º GRAU. Brasília - DF. 1987 – Módulos de 1 a 6.

MIRANDA, Nicanor. ORGANIZAÇÃO DAS ATIVIDADES DA RECREAÇÃO, Editora Itatiaia Limitada, Belo Horizonte - MG, 1984, 110p.

_____, 200 JOGOS INFANTIS, Editora Itatiaia Limitada, Belo Horizonte - MG. 1984. 294p.

PCN. Parâmetros Curriculares Nacionais. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. EDUCAÇÃO FÍSICA, Brasília: MEC/ SEF, 1997, 96 p. Vol. 7

PENHA MARINHO, Inezil. EDUCAÇÃO FÍSICA RECREAÇÃO – JOGOS, CIA BRASIL EDITORA, SÃO PAULO-SP, 1981. 3ª Edição Revista e Ampliada. 356 p.

PEREIRA, Maria Salete. JOGOS NA ESCOLA, NOS GRUPOS, NA CATEQUESE, Edições Paulinas. São Paulo, 1986, 4ª edição. 12lp.

PÉREZ, Antonio Prado Santa María. TENDENCIAS PEDAGÓGICAS CONTEMPORÁNEAS, Selección de Lecturas, Universidad de Matanzas, Matanzas-Cuba, 1999, 246p.

PETRY, Rose Mary. EDUCAÇÃO FÍSICA E ALFABETIZAÇÃO. Kuarup. Porto Alegre-RS, 3ª edição. 1988 pag. 15.

PROJETOS LOGOS II. MEC/SEPS/SES. EDUCAÇÃO FÍSICA. Série 29, Módulos de 1 a 3. Brasília - DF. 1984. 1ª edição.

_____. PSICOLOGIA EDUCACIONAL. Série 17, Módulos de 1 a 6, Brasília - DF. 1984. 1ª edição.

_____. RECREAÇÃO E JOGOS. Série 28, Módulos de 1 a 6, Brasília - DF. 1984. 1ª edição.

_____. DIDÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA. Série 25, Módulos de 1 a 2. Brasília - DF. 1984. 1ª edição.

RAMALHO, Priscila. AS NOVIDADES DA EDUCAÇÃO FÍSICA. Revista Nova Escola, Agosto de 2000, Ano XV, nº 134 páginas 16 – 23.

_____. BRINCADEIRAS DE RUA TAMBÉM ENSINAM MUITO.

Revista Nova Escola, Novembro de 2000, Ano XV, nº 137. Caderno de Atividades, página 10a e 11a.

RIBEIRO, Lourdes E. PINTO, Gerusa R. O REAL DO CONSTRUTIVISMO. A Teoria Construtivista e o Processo Ensino Aprendizagem na Pré-Escola (desde o maternal) e Escola de Ensino Fundamental (1ª a 4ª série). Belo Horizonte - MG. Editora FAPI LTDA, 4ª edição. Vol. 1. 1995

RIBEIRO, Lourdes Eustáquio Pinto. PARA CASA OU PARA SALA. Proposta Didática de Alfabetização. Editora Didativa Paulista. São Paulo-SP. 1999. Vol.1.

RIZZI, Leonor. HAYDT, Regina Célia Cazaux. ATIVIDADES LÚDICAS NA EDUCAÇÃO DA CRIANÇA. Editora Ática, São Paulo, 1991. 94p.

RODRÍGUEZ, Ada Gloria Ortega. VERRIER, Roberto Andrés Rodríguez. HERNÁNDEZ, Adela Díaz y CASTELLANOS, Ana Victoria Noda. SEMINARIOS DE PROYECTOS II, Selección de Lecturas, Universidad de Matanzas, Matanzas-Cuba, 1999, 215p.

SABINI, Maria Aparecida Cória. PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO, Editora Ática S. A. São Paulo, 1993, 168p.

SILVA, Vera Miranda Gomes da. PRÁTICA PSICOMOTORA NA PRÉ-ESCOLA. Editora Ática, São Paulo, 1992. 96p. 2ª edição.

VALADARES, Solange. ARAUJO, Rogéria. EDUCAÇÃO FÍSICA NO
COTIDIANO ESCOLAR, Jogos e Brincadeiras ao ar livre, EDITORA
FAPILTD, Belo Horizonte - MG. 1999. 1ª Edição, 112 p. Vol. 1, Vol 8.

VERRIER, Roberto Andrés R. SEMINARIOS DE PROYECTOS I.
Selección de Lecturas, Universidad de Matanzas, Matanzas-Cuba, 1999,
244p.

Canciones

Anexo 1

CANCIÓN 1.1

CABEÇA, OMBRO, JOELHO E PÉ

Cabeça, ombro, joelho e pé, joelho e pé (bis)

Olhos, ouvidos, boca e nariz.

Cabeça, ombro, joelho e pé, joelho e pé.

CANCIÓN 1.2

ESCRAVOS DE JÓ

Escravos de Jó, jogavam o caxangá

Tira, bota, deixa o Zambelê ficar.

Guerreiro, com guerreiro

Fazem zigue, zigue, zá

Guerreiro, com guerreiro

Fazem zigue, zigue, zá.

CANCIÓN 1.3

MEU PINTINHO AMARELINHO

Meu pintinho amarelinho, cabe aqui na minha mão, na minha mão.

Quando quer comer bichinho, com seus pezinhos

Ele cisca o chão. Ele bate as asas. Ele faz piu, piu.

Mas tem muito medo do gavião.

Anexo 2

CANCIÓN 1.4

BOTEI O MEU BONÉ

Botei o meu boné
Na beira do rio,
Brinquei, brinquei, de barquinho ô, ô
Brinquei, brinquei de navio.

CANCIÓN 1.5

O MEU CHAPÉU TEM TRES PONTAS

O meu chapéu tem três pontas,
Tem três pontas o meu chapéu.
Se não tivesse três pontas,
Não seria o meu chapéu.

CANCIÓN 1.6

UM HOMEM BATEU EM MINHA PORTA

Um homem bateu em minha porta, e eu abrir
Senhoras e senhores, ponham as mãos no chão,
Senhoras e senhores, pulem com um pé só
Senhoras e senhores, deem uma rodadinha.
Para um lado e para o outro,
E vão para o olho da rua.

Anexo 3

CANCIÓN 1.7

PIRULITO QUE BATE, BATE

Pirulito que bate, bate,
Pirulito que já bateu.
Quem gosta de mim é ela,
Quem gosta dela sou eu.

Pirulito que bate, bate,
Pirulito que já bateu.
A menina que eu amava,
Pobrezinha já morreu.

Eu passei por uma porta
Um cachorro me mordeu,
Não foi nada, não foi nada
Quem sentiu a dor fui eu.

CANCIÓN 1.8

EU COM AS QUATRO

Um, dois, três, quatro.
Ser, rê, ser, ser... a canção vai começar.
Eu com as quatro,
Eu com essa,
Eu com aquela,
Nós por cima,
Nós por baixo.

Anexo 4

RESULTADOS DE LAS PRUEBAS DE COORDINACIÓN MOTORA APLICADAS ANTES Y DESPUÉS DEL EXPERIMENTO. (n=20)

Prueba	Bambole (seg.)		Drible en Zig-zag (seg.)		Equilibrio de Bastón (puntos)		Bastón y palmada (puntos)		Careira entre Líneas (seg.)	
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
1	7,3	8,0	45,3	44,1	1	2	2	3	45,8	44,4
2	6,0	9,1	47,8	46,0	1	2	2	4	46,3	45,4
3	17,7	20,1	37,1	35,6	1	3	3	4	37,2	36,0
4	10,9	13,5	26,3	24,5	1	2	2	4	40,5	38,5
5	45,0	46,3	35,7	34,6	3	4	3	5	30,7	28,6
6	37,4	37,9	33,3	31,0	3	5	3	5	37,1	35,4
7	41,8	42,1	26,0	24,8	4	5	3	5	30,4	29,3
8	12,8	16,0	43,6	41,1	1	3	2	3	46,7	44,2
9	27,3	29,6	35,9	33,5	2	4	4	5	37,9	33,1
10	6,1	10,0	48,8	46,3	1	3	2	3	50,3	49,4
11	9,1	12,3	51,2	49,7	1	3	1	4	51,8	50,5
12	11,5	11,9	41,2	38,7	1	3	3	3	47,7	45,1
13	23,7	26,4	38,1	35,6	2	4	3	4	40,1	38,3
14	14,2	16,5	45,6	43,1	2	4	3	4	41,3	39,4
15	40,0	43,3	35,4	33,4	3	5	4	5	34,5	31,1
16	56,3	59,0	30,0	27,5	3	5	4	5	33,6	30,4
17	8,9	10,2	49,8	46,9	2	4	3	3	43,2	41,8
18	18,7	23,3	40,3	38,7	2	4	3	4	40,3	38,0
19	20,9	25,7	40,7	38,6	2	5	2	4	42,5	40,7
20	32,6	34,1	44,5	42,0	4	5	4	5	31,7	29,3
Media	22,41	24,765	39,83	37,785	2	3,75	2,8	4,1	40,48	38,445
Desviación	14,99	14,76	7,44	7,32	1,03	1,07	0,83	0,79	6,39	6,77
CV	66,8	59,6	18,68	19,37	51,5	28,53	29,64	19,27	15,78	17,6
t 0,05						*		*		