



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MENCION EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
CATEDRA DE CIENCIAS APLICADAS
TRABAJO ESPECIAL DE GRADO**

**ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA EL DESARROLLO DE LA
PSICOMOTRICIDAD EN EL NIVEL DE EDUCACION SECUNDARIA**

**Autor: Jorge Marchena
Tutor: Stanley Steele**

Bárbula, Julio 2015

INDICE GENERAL	pp.
LISTA DE CUADROS	v
LISTA DE GRÁFICOS.....	
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTOS.....	vii
RESUMEN.....	viii
INTRODUCCIÓN.....	1
I. OBJETO DE ESTUDIO	
Descripción de la Situación Problemática.....	4
Objetivos de la Investigación.....	7
Justificación.....	8
II. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO REFERENCIAL	
Antecedentes de la Investigación.....	10
Bases Teóricas.....	13
Base Conceptuales.....	21
Bases legales.....	29
III. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	
Paradigma de Investigación.....	32
Método a Utilizar	34
Población y Muestra.....	36
Instrumentos de Recolección de Datos.....	37
Técnicas de Análisis de la Información.....	38
Procedimiento de la Investigación.....	39
IV. ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS.....	
V. CONCLUSIONES.....	
VI. LA PROPUESTA	52

Orientaciones Metodológicas para el Desarrollo de la Psicomotricidad.

REFERENCIAS.....

ANEXOS.....

UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION
ESCUELA DE EDUCACION
DEPARTAMENTO EDUCACION FISICA, DEPORTE Y RECREACION
TRABAJO ESPECIAL DE GRADO

**ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA EL DESARROLLO DE LA
PSICOMOTRICIDAD EN EL NIVEL DE EDUCACION SECUNDARIA**

Autor: Jorge Marchena
Tutor: Prof. Stanley Steele
Fecha: Julio 2015

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo elaborar una guía metodológica para el desarrollo de la psicomotricidad en el nivel de Educación Secundaria dirigidas a los profesores de la asignatura Educación Física de la Escuela Técnica “Enrique Delgado Palacios” del municipio Guacara del estado Carabobo. Mediante el presente estudio se pretende abordar parte de los problemas, obstáculos y deficiencias que presenta la aplicación de estrategias metodológicas para el mejoramiento de la psicomotricidad en el Nivel de Educación Secundaria que contribuya al desarrollo de las capacidades y habilidades motoras básicas para realizar diferentes actividades propias de la vida diaria. La investigación se sustenta en el paradigma cuantitativo, apoyada en el método científico el cual contribuye a dar soluciones a problemas demostrados, o que responden a necesidades e intereses de tipo cultural. La técnica empleada para la recolección de datos fue la encuesta y el instrumento el cuestionario, el cual consta de diez (10) ítems con alternativas de respuestas SI y No. La población estuvo conformada por treinta y seis (36) estudiantes; y la muestra por diez (10) estudiantes seleccionados aleatoriamente del segundo año sección “B” de la E.T.N “Enrique Delgado Palacios” del municipio Guacara del estado Carabobo. El análisis de los resultados condujo a emitir las conclusiones y recomendaciones al igual que contribuyó con la elaboración de la guía metodológica para el desarrollo de la psicomotricidad.

Palabras claves: Orientaciones Metodológicas, Desarrollo de la Psicomotricidad Educación Primara

INTRODUCCIÓN

La política educativa en el país está orientada hacia el mejoramiento de su calidad, incremento de la cobertura y modernización de la estructura administrativa del sistema educativo, a través de la revisión y reforma de todos sus niveles y modalidades.

A partir de la promulgación de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela en el año 1999, se viven momentos de cambios y transformaciones en la búsqueda de una sociedad más humanista, democrática, protagónica, participativa, multiétnica, pluricultural, plurilingüe e intercultural en un Estado de derecho y de justicia.

La Constitución de la República de Venezuela (1999), contiene la filosofía y el marco legal que plantea la formación de ciudadanos con principios y valores de cooperación, solidaridad, convivencia, unidad e integración, que garanticen dignidad y bienestar individual y colectivo.

Así mismo, promueve un proceso de educación integral para todos y todas como base de la transformación social, política, económica, territorial e internacional. De esta manera, el Estado garantiza la gratuidad de la enseñanza pública secundaria y universitaria.

Uno de los aspectos del desarrollo integral del educando es la psicomotricidad. Ésta, integra los aspectos cognitivos, emocionales, simbólicos y sensorio motrices conjuntamente con la capacidad de ser y de expresarse en su contexto sociocultural. La psicomotricidad así definida, desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad. De manera general puede ser entendida como una técnica cuya organización de actividades permite a la persona conocer de manera concreta su ser y su entorno inmediato para actuar de manera adaptada.

Mediante el presente estudio se pretende abordar parte de los problemas, obstáculos y deficiencias que presenta la aplicación de estrategias metodológicas para el mejoramiento de la psicomotricidad del Nivel de Educación Secundaria que contribuya al desarrollo de las capacidades motoras básicas, al desarrollo de

habilidades que resultan básicas para realizar diferentes actividades propias de la vida en la sociedad.

El estudio se estructuró en seis capítulos:

En el Capítulo I; se describe en forma detallada el planteamiento del problema, objetivos del estudio y justificación.

Así mismo el Capítulo II, hace referencia al marco teórico compuesto por: los antecedentes de la investigación donde se encuentran estudios relacionados al trabajo, bases teóricas, legales que constituyen el sustento teórico y legal.

El Capítulo III establece el marco metodológico, tomando en cuenta las características de la misma, la metodología empleada, la población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos.

En el Capítulo IV se realizó el análisis e interpretación de los datos recabados en el instrumento aplicado.

El Capítulo V presenta las conclusiones de la investigación las cuales dan paso al Capítulo VI donde se presenta la propuesta del estudio.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

Descripción de la Situación Problemática

La educación es un medio que permite obtener una formación integral de la personalidad y el desarrollo completo del ser humano. Se espera que sea una herramienta adecuada para formar a los alumnos y alumnas a que sean capaces de enfrentar el mundo en el que viven. Busca reflexionar en cuanto a la posición del educando, donde éste viene a ser el protagonista de su propio aprendizaje y un individuo apto para interactuar socialmente.

Con referencia a lo anterior, la educación venezolana es un derecho humano y deber social fundamental orientada al desarrollo del potencial creativo de cada ser humano. Así, con el desarrollo de actividades físicas, deportivas y recreativas aspira responder a las necesidades e intereses del educando. También propone una serie de orientaciones, estrategias y actividades prácticas enmarcadas en un clima de flexibilidad que permiten al docente una labor eficaz y creativa respetando la individualidad de cada uno de sus alumnos.

Dentro de este orden de ideas, el sistema educativo venezolano ha sufrido cambios en los últimos años en su estructura curricular. En este sentido, los docentes y profesionales de Educación Física han añadido nuevas estrategias para lograr satisfacer en sus alumnos habilidades y destrezas físico motoras, desarrollo espiritual, modificar actitudes y crecer intelectualmente, entre otras. En pocas palabras, que el alumno alcance una formación integral que lo conlleve a ser un símbolo de la sociedad tanto dentro como fuera de la institución escolar.

En concordancia con lo antes expuesto, la Educación Física dentro del ámbito educativo promueve el desarrollo biopsicosocial en todo el ser, tal y como lo manifiesta Caldera (2010), cuando afirma que es un proceso pedagógico dirigido al mejoramiento del desarrollo físico y a proporcionar el alcance de un adecuado nivel de preparación física, así como a “ofrecer conocimientos específicos sobre los contenidos que abarca; en su desarrollo se cumplen las múltiples y complejas tareas de la cultura física” (p 23).

Es importante saber que la Educación Física tiene como finalidad contribuir al perfeccionamiento de los niños, adolescentes y jóvenes, mediante las actividades físicas, deportivas y recreativas, y coadyuvar, de esta manera, a la formación y educación de un joven capaz de conducirse activa y conscientemente al servicio de la construcción de la sociedad.

Uno de los aspectos del desarrollo integral del educando es la psicomotricidad. Esta integra en los estudiantes lo cognitivo, emocional, simbólico y sensorio motrices con la capacidad de ser y de expresarse en un entorno sociocultural. La psicomotricidad desempeña un importante rol en el desarrollo armónico de la personalidad del educando. En suma, puede ser entendida como un medio cuyas actividades permiten a los seres humanos conocer de manera concreta su ser y su entorno inmediato para actuar de manera adaptada.

En este orden de ideas, el objetivo de la psicomotricidad es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo. Núñez y Fernández (2014) señalan que “la psicomotricidad es la técnica o conjunto de técnicas que tienden a influir en el acto intencional o significativo, para estimularlo o modificarlo, utilizando como mediadores la actividad corporal y su expresión simbólica” (p 345). Por consiguiente, la psicomotricidad tiene como finalidad aumentar la capacidad de interacción del sujeto con el entorno.

Al respecto, las habilidades psicomotoras básicas son las actividades motoras, y las habilidades generales, son la base para las actividades motoras más avanzadas y específicas en los deportes.

Con base a lo expuesto, en la ETN “Enrique Delgado Palacios” pareciera que la asignatura Educación Física no es considerada área fundamental para el desarrollo integral del niño, niña y adolescente por algunos especialistas o profesores de la asignatura. Entre las causas observadas se destacan el desconocimiento de la psicomotricidad como medio para la formación de las habilidades y destrezas en los educandos, carencia de implementos y equipos deportivos, entre otros; los cuales comprometen la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje en esta institución educativa.

Por las razones antes expuestas, es que se busca abordar la problemática existente a través de estrategias metodológicas para el mejoramiento de la psicomotricidad para contribuir al desarrollo de las capacidades motoras básicas, al desarrollo de habilidades propias de la vida en la sociedad y para la vida.

En este mismo orden de ideas con estrategias metodológicas bien planificadas se busca desarrollar los objetivos de la asignatura Educación Física. De esta manera, se pretende desarrollar en los alumnos una actitud de participación autónoma en el desarrollo de sus capacidades ludo – afectivos – socio - motrices; debido a su gran adaptabilidad en cualquier ámbito. Por lo tanto, se motivaría a los estudiantes a trabajar con disciplina y motivación para salir de la monotonía de las actividades realizadas en la clase de Educación Física.

Lo antes expuesto, permite proponer una guía de estrategias metodológicas dirigidas a los profesores de la asignatura Educación Física en la ETN “Enrique Delgado Palacios” en el estado Carabobo, con el propósito de generar una actitud positiva para propiciar y fortalecer el desarrollo de la psicomotricidad en los estudiantes de la mencionada institución.

Para fundamentar la realización de esta investigación, el autor se presenta las siguientes interrogantes:

¿Cómo aplican los conocimientos los profesores de Educación Física de la ETN “Enrique Delgado Palacios” del estado Carabobo las estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad?

¿Qué estrategias metodológicas deberían aplicar los profesores de Educación Física para el desarrollo de la psicomotricidad?

¿Cuál es la necesidad de elaborar una guía de estrategias metodológicas para los profesores del Nivel de Educación Secundaria enfocada en la psicomotricidad?

Estas interrogantes constituyen los lineamientos orientadores del presente estudio y es a partir de las mismas, que se proyectan los objetivos de la investigación, los cuales se detallan a continuación.

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

Elaborar una guía de estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad dirigida a los profesores de Educación Física de la ETN “Enrique Delgado Palacios” en el estado Carabobo

Objetivos Específicos

Determinar el nivel de dominio de las habilidades y destrezas psicomotrices de los estudiantes del segundo año “B” de la ETN “Enrique Delgado Palacios” en el estado Carabobo.

Destacar la importancia de las estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad en la ETN “Enrique Delgado Palacios” en el estado Carabobo.

Seleccionar los aspectos fundamentales para el desarrollo de la psicomotricidad en la clase de Educación Física en la ETN “Enrique Delgado Palacios” en el estado Carabobo.

Diseñar una guía de estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad dirigidas a los profesores de Educación Física de la ETN “Enrique Delgado Palacios” en el estado Carabobo.

Justificación de la Investigación

El propósito del presente estudio está centrado en el desarrollo de la psicomotricidad. Esta determina el éxito o no en el aprendizaje de los educandos, en el desarrollo de sus potencialidades, en la adquisición de habilidades, contribuyendo a sentar las bases para la construcción de una personalidad positiva.

La presente investigación reviste importancia y se justifica ya que la guía de estrategias para el desarrollo de la psicomotricidad constituye una herramienta que puede ser puesta en práctica en cualquier contexto físico natural en el cual se desenvuelva el docente de Educación Física.

Desde este marco de ideas, la guía de estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad dirigidas a los profesores de Educación Física igualmente se justifica porque proporcionará información que servirá de soporte a otras investigaciones como marco teórico referencial.

Para concluir, la presente investigación también se justifica desde el punto de vista Educativo y Social ya que los profesores de Educación Física podrán contar con un material organizado y estructurado de manera sencilla para desarrollar la psicomotricidad en el desempeño eficiente de sus tareas diarias.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Para Hernández, Fernández y Baptista (2010) el marco teórico “es la parte del proceso de la investigación en que se presenta toda la fundamentación teórica” (p.28), es decir, las bases teóricas, conceptuales y legales que sustentan el estudio, las cuales brindan coherencia y veracidad al presente estudio.

Antecedentes de la Investigación

Para la realización del presente estudio fueron examinadas ciertas investigaciones relacionadas con el uso de estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad. Ellas constituyen aportes significativos en la elaboración de esta investigación, de allí que se presenten como investigaciones previas; las cuales señalamos a continuación:

A nivel Internacional

Romero (2013), en su trabajo titulado Juegos pre-deportivos. Una alternativa de ejercitación del voleibol para la Educación Primaria de los alumnos de 4º grado de Institución Educativa Sta. Rosita de Lima en la ciudad de Arequipa Lima. Tuvo como objetivo proponer un grupo de juegos pre-deportivos para la ejercitación de las habilidades motrices de voleibol conjuntamente con los conocimientos básicos de este deporte para alumnos de 4º grado de la Educación Primaria Como metodología se usó la modalidad de proyecto factible apoyado en la investigación de tipo documental de campo de carácter descriptivo.

La población estuvo conformada por catorce (14) docentes dentro de una muestra censal; para la recolección de la información se utilizó un cuestionario repreguntas cerradas integradas por veinte (20) ítems. La validez se determinó mediante el juicio de expertos y la confiabilidad mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, obteniendo como resultado 0,88. Del análisis de los resultados se evidencia que hay insuficiencias motrices y cognoscitivas lo cual incide en las clases de educación física lo cual permitió, la elaboración de juegos orientados para facilitar la labor de los profesores y la ejercitación correcta por parte de los alumnos de este deporte.

En este orden de ideas, se destaca a Torrealba (2013), en su trabajo de investigación Juegos pre-deportivos en espacios reducidos de la escuela comunitaria deportiva de Guáimaro. La Habana Cuba. El objetivo general fue facilitar el proceso de ejercitación y combinación de las habilidades de voleibol así como sus conocimientos teóricos básicos a través de juego pre-deportivos.

El estudio estuvo enmarcado en la modalidad de proyecto factible apoyado en una investigación de campo, con un tipo de estudio descriptivo y un diseño no experimental transaccional. Se seleccionaron como muestra a 15 especialistas, los que debían reunir las siguientes condiciones: poseer más de 10 años de graduado; vasta experiencia en la enseñanza del béisbol; conocer los contenidos del programa de preparación del deportista para las aéreas iniciaciones deportivas y del programa de preparación del deportista para las áreas deportivas. Se les aplico un instrumento conformado por 30 ítems con tres alternativas de respuesta, presentado en una escala de valoración tipo Likert, orientada a obtener información sobre los parámetros a evaluar.

Los datos obtenidos fueron obtenidos y tabulados atendiendo a los objetivos a lograr en el estudio. El análisis porcentual de los datos y la interpretación permitió establecer como conclusión de que los profesores consideran de mucha utilidad la iniciación deportiva en los grupos masivos ya que tiene en cuenta el aprovechamiento del juego en toda su expresión como método y forma de desarrollar las clases de manera más asequible, accesible y variadas, en aras de solventar todas las exigencias que se plantean a partir de la diversidad y variabilidad del proceso, si tenemos en

cuenta las edades , el número de alumnos posible a asistir en estos tipos de grupos, los cuales tienen el propósito de asumir cualquier cantidad de niños posibles a participar y facilitar desarrollar las clase con alto grado de masividad y participación.

A nivel Nacional

A su vez Veliz (2014), realizó una investigación cuyo propósito fue el diseño de un plan instruccional para el uso del juego como estrategia metodológica en el desarrollo de las capacidades motoras de niños en edad preescolar del Jardín de Infancia .Bolivariano. “San Agustín”. Para tal fin se planteó como objetivo proponer estrategias al docente que destaquen el juego como estrategia principal para facilitar al niño en edad preescolar su desarrollo de las capacidades motoras. Fue un estudio enmarcado en la modalidad de proyecto factible apoyado en una investigación de campo, con un tipo de estudio descriptivo y un diseño no experimental transaccional. La población estuvo constituida por la totalidad de los docentes en servicio que se desempeñan en el nivel inicial de educación en el Jardín de Infancia Bolivariano del Municipio Escolar Guacara, a los cuales se aplicó un cuestionario conformado por veintiún (21) ítems con tres alternativas de respuesta, presentado en una escala de valoración tipo Likert, orientada a obtener información sobre los parámetros a evaluar. Los datos obtenidos fueron obtenidos y tabulados atendiendo a los objetivos a lograr en el estudio. El análisis porcentual de los datos y la interpretación permitió establecer como conclusión la necesidad de implantación de un plan instruccional para el juego como estrategia metodológica en el desarrollo de las capacidades motoras de niños en edad preescolar.

En este mismo orden de ideas, Lobo y Ponte (2014), realizaron una investigación titulada estrategias deportivas para el desarrollo de la psicomotricidad gruesa en el área de educación física, de los alumnos y alumnas de tercer grado de la escuela Primaria "Germina Barragán", del Municipio Valencia - Estado Carabobo que tiene como objetivo general, Analizar las estrategias utilizadas por los docentes para incorporar los juegos deportivos en actividades de educación física para, determinar

la importancia que tiene el desarrollo de la motricidad gruesa y establecer la importancia que tiene que tienen en desarrollo de la motricidad de los estudiantes del tercer grado de educación básica.

El tipo de investigación es de campo, con un diseño no experimental transaccional. Lo cual permitió la interrelación y la observación a los sujetos muestrales, conformados por 23 padres y representantes de los alumnos de la institución objeto de estudio, el instrumento de recolección de datos estuvo conformado por un cuestionario de 10 preguntas con escala Likert, de respuestas Siempre, Casi siempre, Nunca, el cual presentó una confiabilidad según la aplicación del coeficiente Alfa de Cronbach de 0,85, lo cual se ubica en muy alta. El análisis estadístico y porcentual aplicado a los resultados, dio origen a conclusiones importantes como: que los docentes pocas veces utilizan titulada estrategias deportivas para el desarrollo de la psicomotricidad gruesa en el área de educación física.

Lo antes expuesto evidencia la significación de estos trabajo constituyendo el mismo un valioso material de consulta para nuestros profesores sobre todo en los momentos actuales donde muchos no tienen la experiencia ni los conocimientos prácticos para el uso de estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad por medio de actividades físicas dentro de la escuela con un enfoque integral.

Bases Teóricas

(Buscar autor con su teoría)

Bases Conceptuales

Psicomotricidad

La psicomotricidad son los movimientos que se refieren fundamentalmente a reacciones en general de carácter defensivo y que son producto de acciones reflejas; también presenta estados de alerta y de placer y reacciones espontaneas que pueden considerarse como principio de su adaptación positiva al ambiente. De acuerdo a

Berruezo (2010), “la psicomotricidad comprende dos aspectos, uno psíquico y otro motriz” (p213), en el que la funcionalidad del movimiento físico está relacionado con las capacidades mentales; una relación entre el mundo interno y externo del ser humano en términos de comportamiento, en el que los movimientos de expresión corporal pueden manifestar capacidades específicas y actitudes individuales para la adaptación al medio.

En este orden de ideas, la psicomotricidad es un planteamiento de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje. En la misma orientación, Piaget afirma que la inteligencia se construye a partir de la actividad motriz del niño y o la niña, en los primeros años de su desarrollo, no es otra que la inteligencia motriz.

Al respecto, Dupré (2009) considera que la psicomotricidad “hace una lectura globalizadora de los progresos y adquisiciones motrices que marcan la evolución del ser humano” (p 23), evolución que condiciona el devenir de otros procesos como el lenguaje, la relación afectiva, los aprendizajes de lectura, escritura y cálculo, entre otros. En este sentido podemos considerar la psicomotricidad como un área de conocimiento que se ocupa del estudio y comprensión de los fenómenos relacionados con el movimiento corporal y su desarrollo.

La evolución psicomotriz se considera uno de los aspectos claves del desarrollo hasta la aparición del pensamiento operatorio (hacia los siete años) y no se completa definitivamente, en individuos normales, hasta la consecución del pensamiento formal (hacia los doce años). Además del estudio del desarrollo normal del sujeto se ocupa de la comprensión de las dificultades o trastornos que pueden aparecer como consecuencia de alteraciones en la adquisición de los patrones normales del movimiento. La motricidad hace énfasis en el dominio que adquiere el individuo de manera consciente de los desplazamiento de su cuerpo, de la coordinación motriz, del ajuste postural, del equilibrio, es decir de sus habilidades motoras.

Los movimientos, señala este autor, además de constituir una necesidad social para convivir, permiten y facilitan (a través de la educación) la adquisición de aprendizajes superiores. El niño adquiere las habilidades motoras básicas que estarán establecidas para toda su vida diaria y pueden verse alimentadas por la práctica y aprendizaje postura, equilibrio, coordinación motriz gruesa y fina, coordinación ocular, coordinación vocal, coordinación ojo-mano, coordinación visomotora, coordinación oculopédica.

Objetivos de la Psicomotricidad

Para alcanzar sus objetivos, la psicomotricidad Picq y Vayer (2007), señalan que “deben formar parte del conocimiento de cualquier persona que quiera acercarse a este terreno” (p367), e igualmente han de ser tenidos en cuenta ante cualquier planteamiento de intervención, tanto educativo como terapéutico. Los contenidos, además, constituyen en cierta medida un proceso escalonado de adquisiciones que se van construyendo uno sobre la base del anterior. Estas son:

La Función Tónica

Para el autor antes mencionado, es la base de la construcción corporal y de la unidad funcional que constituye el ser humano donde no existen fronteras entre el cuerpo y el espíritu. La función tónica es la mediadora del desarrollo motor, puesto que organiza el todo corporal, el equilibrio, la posición y la postura que son las bases de la actuación y el movimiento dirigido e intencional. El tono depende de un proceso de regulación neuromotora y neurosensorial. La función tónica, al actuar sobre todos los músculos. La función tónica, al actuar sobre todos los músculos del cuerpo, regula constantemente sus diferentes actitudes y de este modo se constituye en base de la emoción. El tono es, consecuentemente, la base con la que se forman las actitudes, las posturas y la mímica. Al ser fuente de emociones y materia prima de reacciones posturales, el tono prepara la representación mental.

Para Picq y Vayer (ob. cit), la importancia de la función tónica en la psicomotricidad es variada:

- En primer lugar, el tono es uno de los elementos que componen el esquema corporal.
- En segundo lugar, el tono guarda una estrecha relación con la postura, a la que en gran medida determina, constituyendo así una unidad tónico-postural cuyo control facilita la posibilidad de canalizar la energía tónica necesaria para realizar los gestos o para prolongar una acción o una posición del cuerpo.
- En tercer lugar, el tono muscular, de nuevo por medio de la formación reticular, está estrechamente unido a los procesos de atención y percepción. Encontramos así una fuerte interrelación entre la actividad tónica muscular y la actividad tónica cerebral.

La Postura y el Equilibrio

En este orden de ideas, según el autor antes señalado, la base de la actividad motriz son la postura y el equilibrio, sin las cuales no serían posibles la mayor parte de los movimientos que realizamos a lo largo de nuestra vida diaria. El oído interno humano dispone de órganos auditivos y no-auditivos. La cóclea es el órgano dedicado a la audición, mientras que el aparato vestibular, también llamado laberinto, es el órgano no-auditivo dedicado al control de la postura, el equilibrio, el tono muscular, los movimientos oculares y la orientación espacial. El término vestíbulo, se refiere sólo a una porción del aparato vestibular o laberinto: la que está compuesta por el sáculo y el utrículo.

El aparato vestibular también controla los movimientos oculares, así como otras muchas funciones conectadas con los movimientos corporales coordinados e intencionales. El aparato vestibular responde específicamente a la fuerza de la gravedad y a los movimientos de aceleración y desaceleración angular. En los seres humanos, cualquier movimiento, cualquier modificación de la posición de la cabeza

en relación con el espacio, cualquier vibración ósea de la cabeza, puede estimular los receptores laberínticos. (ob. cit)

Estas estimulaciones originan aferencias que participan en el control postural y equilibratorio, en el tono muscular, en los movimientos finos de los ojos y secundariamente, en las coordinaciones visomanuales. La postura y el equilibrio dependen de tres acciones principales. En primer lugar, las aferencias laberínticas, en segundo lugar la visión y finalmente la propioceptividad. Durante la infancia el cerebelo va aumentando su actividad coordinadora sobre esas tres acciones. (ob. cit)

Dentro de este contexto, el equilibrio es un aspecto de la educación del esquema corporal. Condiciona las actitudes del sujeto frente al mundo exterior. Es la base de toda coordinación dinámica ya sea del cuerpo en su conjunto o de segmentos aislados del mismo. Si el equilibrio es defectuoso además de ocuparse de coordinar los movimientos, el cuerpo tiene que gastar energía en una lucha constante contra el desequilibrio y la caída.

Esto explicaría la torpeza de algunas personas, la imprecisión, la presencia de sincinesias (movimientos parásitos), e incluso la generación de estados de ansiedad y angustia. De hecho se ha comprobado la relación existente entre las alteraciones del equilibrio y los estados de ansiedad. Ello se debe a las relaciones entre la vida afectiva y el fondo tónico, que hace que una actitud, además de una postura, sea un estado de ánimo. (ob. cit)

El Control Respiratorio

Para el autor antes citado, el aire es el primer alimento del ser humano que, mediante la respiración, nutre nuestro organismo. Este acto anticipa, acompaña y sigue a cualquier acto vital. Participa, mantiene e integra el desarrollo del individuo en cada uno de sus aspectos y en cada momento de su existencia. Constituye el correlato necesario de todas y cada una de las funciones psicofísicas del hombre: desde el aprendizaje hasta la atención, las emociones, la sexualidad, etc. como energía primaria para el cuerpo. La respiración, presente de forma consciente, o no, en

cualquier actividad humana, puede ser utilizada favorablemente para la mejor ejecución de las tareas; por ello, dentro del trabajo psicomotor incluimos la educación del control respiratorio. (ob. cit)

El ritmo habitual de la respiración de cada individuo influye en su personalidad y su desarrollo psicomotor, pues es la base del ritmo propio del individuo. Independientemente de esto, el ritmo respiratorio varía en función de las situaciones y los conflictos que vive el sujeto. En general, durante los momentos en que nos encontramos tranquilos y seguros la respiración es pausada, mientras que en las situaciones de inseguridad tiende a acelerarse el ritmo respiratorio. (ob. cit)

De ahí que la toma de conciencia de la respiración, de las regiones del cuerpo que pone en juego, de su ritmo y sus modificaciones deben formar parte de la educación psicomotriz. En especial será importante el trabajo sobre la respiración en la reeducación de individuos inestables y ansiosos. No en vano, la armonía respiratoria se encuentra en la base de la mayor parte de los métodos de relajación, puesto que una distensión adecuada conlleva una respiración pausada.

El Esquema Corporal

Según Núñez y Fernández (2014), lo primero que percibe el niño es su propio cuerpo, la satisfacción y el dolor, las sensaciones táctiles de su piel, las movilizaciones y desplazamientos, las sensaciones visuales y auditivas. El esquema corporal puede entenderse como la organización de todas las sensaciones referentes al propio cuerpo (principalmente táctiles, visuales y propioceptivas en relación con los datos del mundo exterior, desempeña un importante papel en el desarrollo infantil puesto que esta organización se constituye en punto de partida de las diversas posibilidades de acción. Fundamentalmente el esquema corporal se constituye como un fenómeno de carácter perceptivo que tiene su punto de partida en las sensaciones tomadas del interior y del exterior del cuerpo.

La imagen corporal, según el autor antes citado, tiene su origen en la experiencia de ser tocado o acariciado y posteriormente en todas las experiencias kinestésicas (de

movimiento), táctiles y visuales que se desprenden de las diversas actividades de exploración del mundo exterior que realiza el niño. Se va construyendo en la medida en que el niño es capaz de sacar conclusiones de unidad acerca de sus acciones y referirlas a su cuerpo. Por ello, la imagen corporal está ligada al conocimiento del mundo exterior, pero, al mismo tiempo, al desarrollo de la inteligencia. Por eso existen unas relaciones constantes en el niño entre las posibilidades de organizar su propio cuerpo y las posibilidades de organizar las relaciones que existen entre los elementos del mundo exterior.

En el mismo orden de ideas, Shilder (2010) señala: “el esquema corporal puede considerarse la clave de la organización de la personalidad, manteniendo la conciencia, la relación entre los diferentes aspectos y niveles del yo” (p 28). Señalando que se puede distinguir cronológicamente varias etapas en la elaboración del esquema corporal:

1ª etapa: Del nacimiento a los dos años. El enderezamiento y el movimiento de la cabeza, continúa con el tronco que le lleva a la postura sedente, que facilita la prensión de las manos al liberarse del apoyo. La individuación y el uso de los miembros lo lleva a la reptación y al gateo.

2ª etapa: De los dos a los cinco años. Es el período de globalidad, de aprendizaje y de dominio en el manejo del cuerpo. A través de la acción, y gracias a ella, la prensión va haciéndose cada vez más precisa, asociándose a los gestos y a una locomoción cada vez más coordinada. La motilidad (movimiento de las partes del cuerpo) y la cinestesia (desplazamiento corporal en el espacio), íntimamente asociadas, permiten al niño una utilización cada vez más diferenciada y precisa de todo su cuerpo.

3ª etapa: De los cinco a los siete años. El niño pasa de su estado global y sincrético a un estado de diferenciación y análisis, es decir, de la actuación del cuerpo a la representación. La asociación de las sensaciones motrices y kinestésicas al resto de datos sensoriales, especialmente visuales, permiten el paso progresivo de la acción del cuerpo a la representación. Se produce en estos momentos un mayor desarrollo de las posibilidades del control postural y respiratorio, el conocimiento de la derecha y la izquierda, la independencia de los brazos con relación al tronco.

4ª etapa: De los siete a los once años. Se produce la elaboración definitiva de la imagen corporal. A través de la toma de conciencia de los diferentes elementos que componen el cuerpo y del control en su movilización se logra la posibilidad de la relajación global y segmentaria, la independencia de brazos y piernas con relación al tronco, la independencia funcional de los diferentes segmentos corporales, la transposición del conocimiento de sí al conocimiento de los demás.

Es de resaltar que, la consecuencia final de todo ello es la posibilidad de desarrollar los aprendizajes y relacionarse con el mundo exterior, puesto que el niño dispone ya de los medios para la conquista de su autonomía. El conocimiento del propio cuerpo a nivel representativo se desarrolla poco a poco. El proceso no se completa definitivamente hasta los once o doce años. Este desarrollo depende, por una parte de la maduración del sistema nervioso y de la propia acción corporal. También influyen el medio ambiente con el que el niño se relaciona y la relación afectiva con las personas de su ambiente. Finalmente está determinado por la representación que se hace el niño de sí mismo y de los objetos de su mundo con los que se relaciona.

La Coordinación Motriz

De acuerdo con Le Boulch (2011), el cuerpo se mueve continuamente ejecutando una auténtica melodía cinética en la que intervienen simultánea, alternativa y/o sincronizadamente una variada gama de pequeños o grandes movimientos que componen el movimiento armónico, preciso y orientado al fin que se persigue.

La coordinación motriz, como lo señala Le Boulch, es “la posibilidad que tenemos de ejecutar acciones que implican una gama diversa de movimientos” (p 45) en los que interviene la actividad de determinados segmentos, órganos o grupos musculares y la inhibición de otros del cuerpo.

El autor distingue dos grandes apartados en la coordinación motriz:

1. Coordinación global: movimientos que ponen en juego la acción ajustada y recíproca de diversas partes del cuerpo y que en la mayoría de los casos implican locomoción. Por ello, habitualmente, se le conoce con el nombre de coordinación dinámica general.

2. Coordinación segmentaria: movimientos ajustados por mecanismos perceptivos, normalmente de carácter visual y la integración de los datos percibidos en la ejecución de los movimientos. Por esta razón se le denomina habitualmente coordinación visomotriz o coordinación óculo-segmentaria. La marcha, la carrera y el salto, son los movimientos coordinados que más comúnmente responden a las necesidades motrices de la postura habitual erguida, y son la base del desarrollo de las habilidades motrices específicas.

En la Coordinación Segmentaria destaca Le Boulch las siguientes:

- Desplazamientos: En realidad se trata del gran protagonista de la coordinación dinámica general. Abarca cualquier combinación de movimientos susceptible de provocar cambios de situación del cuerpo en el espacio.

- Giros: Son movimientos que provocan la rotación del cuerpo sobre alguno de sus ejes: longitudinal de arriba a abajo, transversal de izquierda a derecha o sagital de delante a atrás.

- Transportes: Son actividades en las que el cuerpo simultáneamente se ocupa del y de los ajustes posturales precisos para evitar la desequilibración y mantener el contacto o la sujeción de la persona u objeto que se transporta.

Para concluir, la coordinación visomotriz es la ejecución de movimientos ajustados por el control de la visión. La visión del objeto en reposo o en movimiento es lo que provoca la ejecución precisa de movimientos para cogerlo con la mano o golpearlo con el pie. Del mismo modo, es la visión del objetivo la que provoca los movimientos de impulso precisos ajustados al peso y dimensiones del objeto que queremos lanzar para que alcance el objetivo.

La Lateralidad

Afirma le Boulch que, la lateralidad es la preferencia, por razón del uso más frecuente y efectivo, de una mitad lateral del cuerpo frente a la otra. Esto lleva directamente al concepto de eje corporal, entendido como el plano imaginario que atraviesa el cuerpo

de arriba a abajo dividiéndolo en dos mitades iguales. Dicho eje pasa por el medio de la cabeza, la cara, el tronco y la pelvis dividiéndolos en dos y afecta a las extremidades, sin partirlas, asignando una extremidad superior y una inferior a cada parte del eje.

Para este autor, se ha reducido la noción de eje corporal al eje que divide el cuerpo en derecha-izquierda, quizá porque es un criterio de distinción convenido. Sin embargo, se pueden reconocer otros dos ejes: el que divide el cuerpo en delante detrás y el que lo hace en arriba-abajo. Estos dos ejes no presentan la dificultad del anterior por la diferente forma de las dos partes del corte, por ello se distinguen antes y más fácilmente.

Señala que el eje corporal tiene implicaciones tónicas, motrices, espaciales, perceptivas y grafomotoras. La integración del eje corporal posibilita la adquisición de la lateralidad, permitiendo que el niño distinga entre la derecha y la izquierda de su cuerpo. Como consecuencia permite, posteriormente, la proyección de estas referencias sobre el mundo y sobre los demás y, por tanto, permite la organización del espacio. La orientación espacial se produce por referencia a este eje corporal.

Estos aspectos, en las instituciones escolares deben realizarse buscando un propósito integral, donde los alumnos tengan un desenvolvimiento no solo en el aspecto físico sino en los elementos cognoscitivos, por eso, es un deber de los profesores de educación física mejorar, optimizar y perfeccionar los procesos que se establecen a raíz de las clases de educación física y los turnos de deporte para todos.

Bases Legales

Entre los basamentos legales que sustentan este estudio, pueden señalar al artículo 111 de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999), instrumento legal que efectúa una amplia reivindicación de los derechos de los y las ciudadanos/as, categoría en la cual ingresan los niños y niñas. Puede acotarse que el deporte puede describirse como un juego que enfatiza la participación física. Este tipo de juego involucra la ejecución de actividades motoras o destrezas particulares y la aplicación

de estrategias competitivas que en última instancia determinan el éxito o fracaso. En este sentido, el artículo mencionado indica:

Todas las personas tienen derecho al deporte y la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El Estado asumirá el deporte y la recreación como política de educación y salud pública y garantizará los recursos para su promoción. La educación física y el deporte cumplen un papel fundamental en la formación integral de la niñez y adolescencia. Su enseñanza es obligatoria en todos los niveles de la educación pública y privada hasta el ciclo diversificado, con las excepciones que establezca la ley. El Estado garantizará la atención integral de los y las deportistas sin discriminación alguna, así como el apoyo al deporte de alta competencia y la evaluación y regulación de las entidades deportivas del sector público y del privado, de conformidad con la ley.

La ley establecerá incentivos y estímulos a las personas, instituciones y comunidades que promuevan a los y las atletas y desarrollen o financien planes, programas y actividades tanto individual como colectiva, en la vida social, cultural y productiva. Se entiende entonces que el Estado asumirá el deporte y la recreación como política de educación y salud pública y garantiza los recursos para su promoción.

Por otra parte, la Ley Orgánica de Educación (2009), en el artículo 16 plantea que: “El Estado atiende, estimula e impulsa el desarrollo de la educación física, el deporte y la recreación en el Sistema Educativo, en concordancia con lo previsto en las legislaciones especiales que sobre la materia se dicten.” Es necesario destacar que, las actividades y estrategias en el nivel primario deben estar acordes a la naturaleza del niño, es por ello, que el docente de este nivel debe prepararse pedagógicamente para cubrir las necesidades e intereses de los educandos de educación primaria.

Asimismo, la Ley Orgánica de Protección al Niño, Niña y Adolescente (LOPNA) (2007), En el artículo 63, párrafo segundo, establece: el Estado con la activa participación de sociedad, debe garantizar programas de recreación, esparcimiento y juegos deportivos dirigidos a todos los niños y adolescente con necesidades especiales, éstos programas deben satisfacer las diferentes necesidades de los niños y adolescente y fomentar especialmente los juguetes y juegos tradicionales vinculados con la cultura nacional, así como otros que sean creativos y pedagógicos.

Es evidente que, el Estado en conjunto con la sociedad, garantizará programas esparcimiento y juegos deportivos con la intención de contribuir al desarrollo integral del niño en el nivel de educación inicial a través de actividades agradables con prioridad en lo lúdico mediante el afianzamiento de las capacidades y potencialidades del cuerpo, así como elevar la autoestima, dado un sentido productivo al tiempo libre.

Igualmente en su Capítulo II, de los Derechos, Garantías y Deberes, en el Artículo 64, indica la obligación del Estado a garantizar la existencia de espacios adecuados para la práctica deportiva; tomando relevancia los que están contruidos dentro de las instituciones educativas, en las cuales deben cumplir una función específica, como es la de brindar a los educandos espacios para la práctica deportiva.

En definitiva, existe en Venezuela, las bases legales tanto internacionales como nacionales adoptadas por el Estado en la consecución de mejorar las capacidad físicas, intelectuales y morales de los niños (as) y jóvenes a través de las diferentes estrategias motoras que se puedan plantear los docentes no solo en el ámbito pedagógico sino también de juegos pre-deportivos y recreativo que permitan obtener ciudadanos (as) sanos, críticos y reflexivos en la realidad que los rodea.

CAPITULO III

MARCO METODOLÓGICO

El marco metodológico está referido a la manera como se va a desarrollar el estudio. En otras palabras, el fin esencial del marco metodológico es explicar en un lenguaje claro y sencillo, los métodos e instrumentos que se emplearan así como el nivel, diseño y enfoque de la investigación.

Hurtado de Barrera (2000) afirma que la metodología estudia los métodos generales de las disciplinas científicas; incluye los métodos, las técnicas, las estrategias y los procedimientos que utilizará el investigador para lograr los objetivos planteados en la investigación.

Paradigma de Investigación

La presente investigación se sustenta en el paradigma cuantitativo. Según Hernández, Fernández y Baptista (2010):

El enfoque cuantitativo (que representa, como dijimos, un conjunto de procesos) es secuencial y probatorio. Cada etapa precede a la siguiente y no podemos “brincar o eludir” pasos, 3 el orden es riguroso, aunque, desde luego, podemos redefinir alguna fase. Parte de una idea, que va acotándose y, una vez delimitada, se derivan objetivos y preguntas de investigación, se revisa la literatura y se construye un marco o una perspectiva teórica. (p. 4).

Teniendo en cuenta esto, en esta investigación se enumeran, siguiendo un orden lógico y de forma sistematizada, todos los pasos que deben seguirse para la correcta elaboración de un programa, plan, o diseño de una propuesta innovadora y creativa para dar respuesta a una situación problemática definida.

Método de Investigación

El estudio se apoya en el método científico ya que este representa una serie ordenada de procedimientos que podemos concebir al mismo como una estructura o un armazón, formado por reglas y principios coherentemente conectados. Igualmente, el estudio está bajo la modalidad de proyectos especiales. Al respecto, UPEL (2006) afirma que los proyectos especiales permiten la presentación de “trabajos que lleven a creaciones tangibles, susceptibles de ser utilizadas como soluciones a problemas demostrados, o que respondan a necesidades e intereses de tipo cultural” (p. 22).

En este sentido, Bastidas (2011) puntualiza que:

Los proyectos especiales son elaboraciones de propuestas cuyo valor es tan evidente u obvio que no hace falta procesar un diagnóstico para su diseño, su beneficiario es la sociedad en general; son productos de las invenciones, la experiencia y la experticia o las innovaciones de procesos. Su fundamento son investigaciones o teorizaciones previas, mandatos legales o prácticas consuetudinarias que han demostrado por sí solas viabilidad y aplicabilidad. (p. 128)

La presente investigación se ubica en este tipo de estudio ya que se pretende elaborar una guía metodológica para desarrollar la psicomotricidad en el nivel de Educación Secundaria.

Diseño de la Investigación

Según Hernández y Cols (2010) la investigación no experimental podría definirse como: “La investigación que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, se trata de estudios donde no hacemos variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables”. (p. 149)

Los estudios no experimentales se dividen en diferentes categorías, entre las cuales destacan los diseños transeccionales descriptivos. Al respecto los autores antes citados afirman que:

Los diseños transeccionales descriptivos tienen como objetivo indagar la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población. El procedimiento consiste en ubicar en una o diversas variables a un grupo de personas u otros seres vivos, objetos, situaciones, contextos, fenómenos, comunidades; y así proporcionar su descripción. (ob. cit.)

Al relacionar estos conceptos con la investigación, se puede observar que este diseño se encarga de estudiar el objeto de estudio tal como es, recolectando la información en un solo momento de tiempo y sin influir en las variables, y a su vez se describen todos los procedimientos para orientar el proceso investigativo.

A su vez, también se apoya en un diseño documental porque toda la información proviene de fuentes documentales, ya que según Arias (2012): “la investigación documental es un proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios, es decir, los obtenidos y registrados por otros investigadores en fuentes documentales: impresas, audiovisuales o electrónicas” (p. 27).

Población y Muestra

Se entiende por población: “Un grupo de entidades que tienen algunas características en común, ya sean o no cuantificables”. (Sabino, 2009, p. 148).

En el mismo orden de ideas Arias (2012) define la población como: “Un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación”. (p.81). En este estudio población estuvo constituida por los estudiantes de segundo año “B” de la ETN “Enrique Delgado Palacios” en el municipio Guacara en el estado Carabobo.

Mientras que la muestra hace referencia a: “un subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible”. (ob. cit, 2012, p.83). La muestra estuvo conformada por 10 estudiantes pertenecientes a la mencionada sección, los cuales fueron seleccionados aleatoriamente.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Técnicas

La técnica empleada para la recolección de datos fue la encuesta y el instrumento el cuestionario. Para Arias (2012), las técnicas y los procedimientos constituyen formas de obtener las informaciones tanto particulares como específicas para determinar su probabilidad general.

Señala este autor que la encuesta es: “la modalidad...que se realiza de forma escrita mediante un instrumento o formato en papel contentivo de una serie de preguntas. Se le denomina cuestionario auto administrado porque debe ser llenado por el encuestado, sin intervención del encuestador”. (p. 74)

Instrumento de Recolección de Datos

Cuestionario de Preguntas Cerradas

El autor citado define el cuestionario de preguntas cerradas como “aquellas que establecen previamente las opciones de respuesta que puede elegir el encuestado. Estas se clasifican en: dicotómicas: cuando se ofrecen solo dos opciones de respuesta; y de selección simple, cuando se ofrecen varias opciones, pero se escoge una”. (p. 74)

Procedimiento Metodológico de la Investigación

- a.- Diseño y elaboración de los instrumentos
- b.- Aplicación de los instrumentos
- c.- Organización y análisis de los datos
- d.- Conclusiones y recomendaciones.
- e- La Propuesta

CAPITULO IV

ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

El propósito del análisis de los resultados es resumir las observaciones llevadas a cabo. Para ello, previamente se tabularon los datos. En este sentido Palella y Martins (2012), expresan que la tabulación significa “elaborar tablas, listados de datos, que facilitan el agrupamiento de estos y su contabilizador.” (p. 359).

Esto significa que tabular es esencialmente hacer un recuento para determinar cuántos deben ser ubicados en cada categoría de análisis, para el análisis se agruparan los resultados ítems por ítems y en forma manual y serán tabulados en frecuencia absoluta y relativa para luego llevarlo a gráficos. Contribuyendo a la redacción de la guía metodológica para el desarrollo de la psicomotricidad en el nivel de educación secundaria.

Ítem 1: ¿Te gusta participar en la clase de Educación Física?

Cuadro 1

Gusto por participar en la clase de Educación Física

Ítem 1	SI		NO		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%
	10	100	0	0	10	100

Fuente: Marchena (2015)

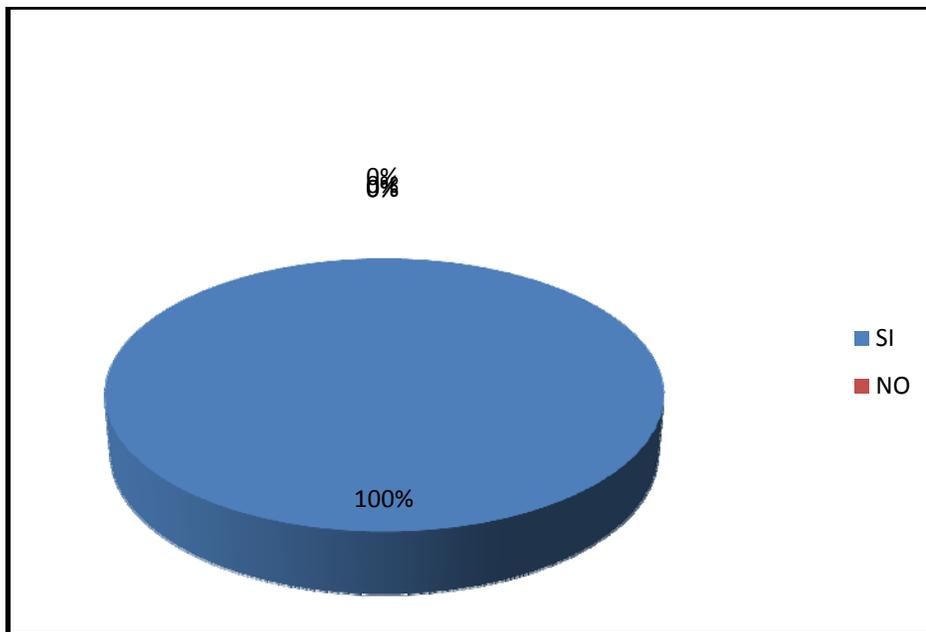


Gráfico 1: Gusto por participar en la clase de Educación Física

Interpretación

De acuerdo a la respuesta de la muestra seleccionada se pudo apreciar que al 100% de los encuestados les gusta participar en las actividades de educación física. En consecuencia, Navarro (2003) señala que las actividades de educación y física deben ser enfocadas hacia un trabajo motivador y lúdico a la vez, por lo cual las estrategias desarrolladas por los profesores de educación física han de ser motivadoras para llevar a cabo su tarea con éxito.

Ítem 2: ¿Practicas algún deporte?

Cuadro 2

¿Practicas algún deporte?

Ítem 2	SI		NO		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%
	6	60	4	40	10	100

Fuente: Marchena (2015)

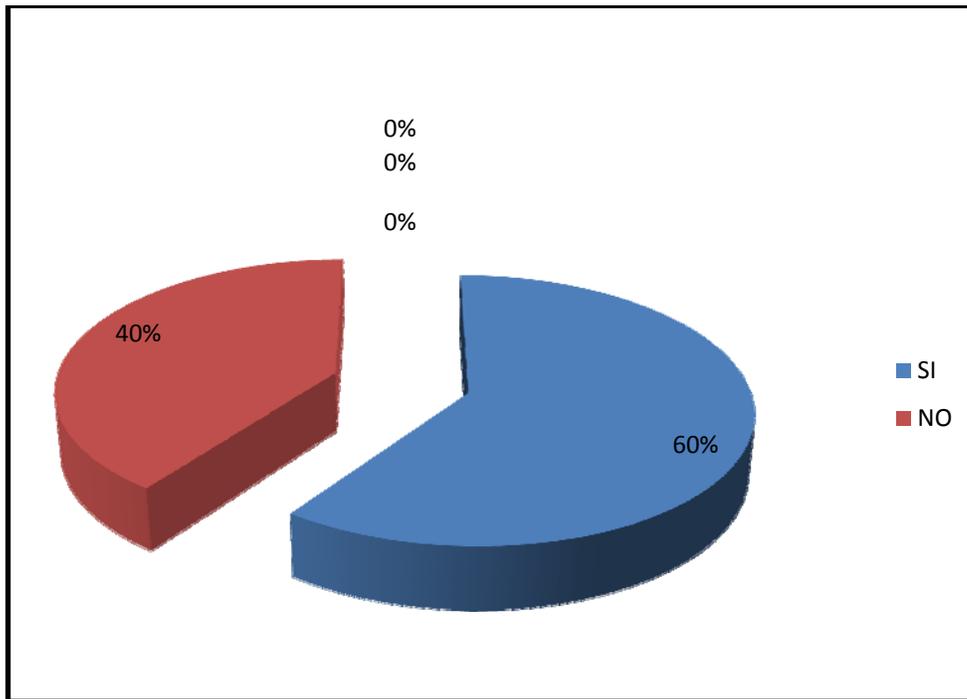


Gráfico 2: ¿Practicas algún deporte?

Interpretación

De acuerdo a las respuestas dadas referentes al Ítem 2 Practicas algún deporte se pudo apreciar que c un 60% practica algún deporte y un 40% no realiza ninguna actividad deportiva.

Ítem 3: ¿Puedes realizar una carrera de velocidad sin tumbar ningún objeto?

Cuadro 3

¿Puedes realizar una carrera de velocidad sin tumbar ningún objeto?

Ítem 3	SI		NO		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%
	6	60	4	40	10	100

Fuente: Marchena (2015)

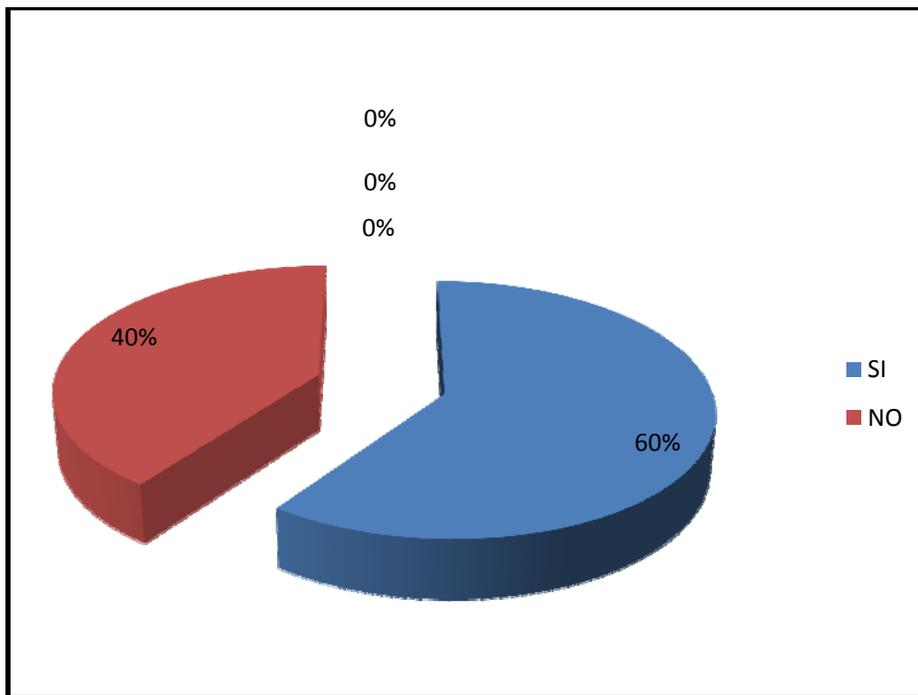


Gráfico 3: ¿Puedes realizar una carrera de velocidad sin tumbar ningún objeto?

Interpretación

De acuerdo a las respuestas dadas se pudo apreciar que un 60 puede realizar una carrera de velocidad sin tumbar ningún objeto y un 40% no lo puede realizar

Así, Lozada (2013) señala que tienen las carreras de carácter competitivo y propician la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que servirán de base posteriormente sencillas del deporte. Algunas de las reglas pueden ser variadas, pero no se puede incumplir al objetivo previsto a la asimilación de habilidades motrices deportivas. Ya que al adquirir las habilidades motoras básicas que estarán establecidas para toda su vida diaria y pueden verse alimentadas por la práctica y aprendizaje postura, equilibrio, coordinación motriz gruesa y fina, coordinación ocular, coordinación vocal, coordinación ojo-mano, coordinación visomotora, coordinación oculopédica.

Ítem 4: ¿Puedes mantener el equilibrio con una pierna flexionada y las manos en la cintura?

Cuadro 4

¿Puedes mantener el equilibrio con una pierna flexionada y las manos en la cintura?

Ítem 4	SI		NO		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%
	5	50	5	50	10	100

Fuente: Marchena (2015)

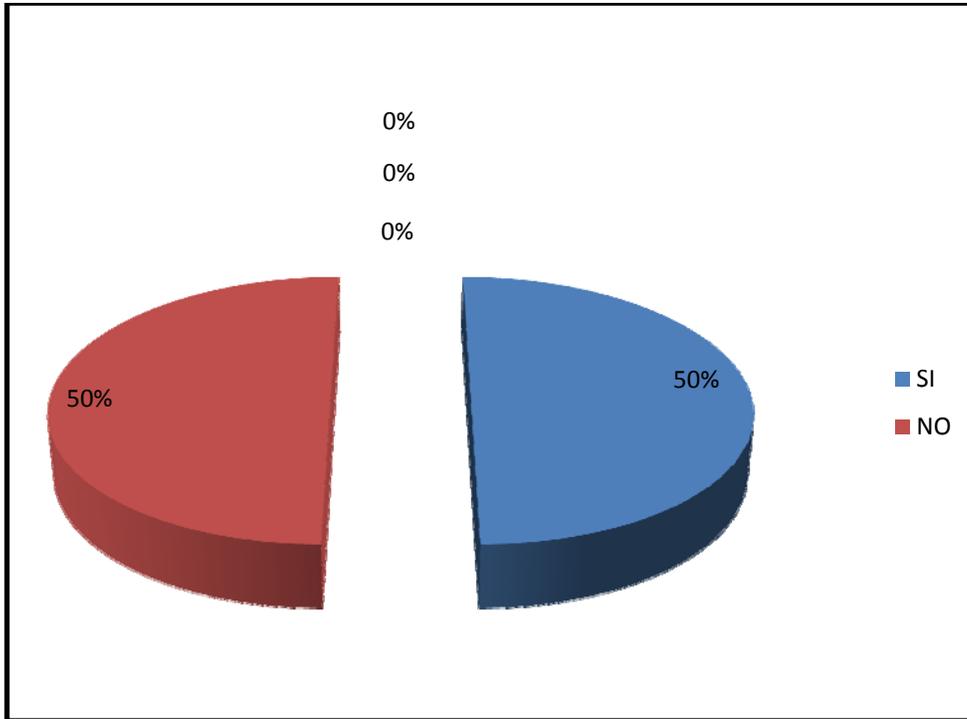


Gráfico 4: ¿Puedes mantener el equilibrio con una pierna flexionada y las manos en la cintura?

Interpretación

De acuerdo a las respuestas se pudo apreciar que un 50% puede realizar puedes mantener el equilibrio con una pierna flexionada y las manos en la cintura mientras un 50% no lo puede realizar

En función de los resultados se hace mención a Picq y Vayer (2007) quienes manifiestan que, la base de la construcción corporal y de la unidad funcional que constituye el ser humano donde no existen fronteras entre el cuerpo y el espíritu, donde el tono guarda una estrecha relación con la postura, a la que en gran medida determina, constituyendo así una unidad tónico-postural cuyo control facilita la posibilidad de canalizar la energía tónica necesaria para realizar los gestos o para prolongar una acción o una posición del cuerpo.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

A continuación se presentan las consideraciones finales del trabajo de grado. Cabe destacar, que se tuvo como punto de partida los objetivos que se plantearon inicialmente en la investigación para abordar la investigación y para procurar una transformación de la situación problemática señalada en el primer capítulo.

Se pudo apreciar que a los estudiantes encuestados les gusta participar en las actividades de la asignatura Educación Física. Igualmente un porcentaje representativo de los mismos practica algún deporte. A su vez, pueden realizar una carrera de velocidad sin tumbar ningún objeto lo que contribuye a adquirir las habilidades motoras básicas que estarán establecidas para toda su vida diaria.

En este orden de ideas se puede mencionar que algunos estudiantes pueden mantener el equilibrio con una pierna flexionada y las manos en la cintura mientras que un alto porcentaje no lo pueden realizar, por lo que se hace necesario que los profesores de Educación Física contribuyan a mejorar esta debilidad en sus estudiantes del segundo año sección “B” del Nivel de Educación Secundaria de la E.T.N “Enrique Delgado Palacios” del municipio Guacara del estado Carabobo.

De los aspectos señalados anteriormente se evidencia la necesidad de diseñar una guía de estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad dirigidas a los profesores de Educación Física del Nivel de Educación Secundaria del E.T.N “Enrique Delgado Palacios” del municipio Guacara del estado Carabobo.

Recomendaciones

Es importante que las sesiones de actividades psicomotrices se realicen por un lapso de tiempo determinado, para evitar fatigar o sobrecargar de ejercicios a los estudiantes.

Del mismo modo, es recomendable que las actividades y estrategias deben ser flexibles y adecuadas a las necesidades e intereses de cada grupo, por lo tanto, no deben regirse por un patrón de diseño y aplicación único, ya que cualidades motrices tienen su desarrollo marcado entre los 6-12 años.

Por lo que se recomienda a los profesores de Educación Física desarrollar estrategias fundamentadas en aspectos teórico-prácticos para el desarrollo de la psicomotricidad de los estudiantes del segundo año sección “B” del Nivel de Educación Secundaria de la E.T. “Enrique Delgado Palacios” del municipio Guacara del estado Carabobo.

Finalmente, se sugiere a los profesores aplicar la guía de estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad como una alternativa para el desarrollo de las actividades físicas dentro de la institución escolar, coadyuvando al desarrollo de la psicomotricidad de los estudiantes, al igual que en los elementos cognoscitivos, por eso, es un deber de los profesores de Educación Física mejorar, optimizar y perfeccionar las actividades que se realizan en las clases de Educación Física.

CAPITULO IV

PROPUESTA

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA EL DESARROLLO DE LA PSICOMOTRICIDAD EN EL NIVEL DE EDUCACION SECUNDARIA

Descripción de la Propuesta

La presente propuesta pretende incrementar el desarrollo integral del educando a través de la psicomotricidad, la cual integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio motrices en la capacidad de ser y de expresarse de los seres humanos en un contexto psicosocial.

La psicomotricidad desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad. De manera general puede ser entendida como una técnica cuya organización de actividades permite a la persona conocer de manera concreta su ser y su entorno inmediato para actuar de manera adaptada al mismo. Para ello, se parte del principio psicológico señalado por Navarro (2003) “el cual establece que el desarrollo de las capacidades mentales aumenta rápidamente en la primera infancia. (p. 128), donde el movimiento del cuerpo le permite al ser humano realizar actividades y satisfacer sus necesidades.

La guía pretende cumplir con la exigencia del Estado venezolano orientada hacia la planificación y aplicación de actividades físicas, recreativas y psicomotrices que garanticen la participación activa de los mismos. Finalmente, orientar al docente en la búsqueda de su desarrollo ético y moral contribuyendo así con el proceso educativo.

Para finalizar, la presente guía está estructurada de la siguiente manera: La parte I, presenta en forma general la conceptualización de los aspectos que contribuyen al desarrollo de la psicomotricidad. En la parte II, se presentan las orientaciones metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad.

Objetivo General

Diseñar una guía de estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad dirigidas a los profesores de Educación Física del Nivel de Educación Secundaria del E.T.N “Enrique Delgado Palacios” del municipio Guacara del estado Carabobo.

Objetivos Específicos

Presentar un marco conceptual a los docentes que faciliten las estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad en las actividades de Educación Física.

Ofrecer estrategias metodológicas a los profesores que le permitan el desarrollo de la psicomotricidad en las actividades de la clase de Educación Física.

Presentación

La presente guía de estrategias metodológicas para el desarrollo de la psicomotricidad está dirigida a los profesores de Educación Física del Nivel de Educación Secundaria del E.T.N “Enrique Delgado Palacios” del municipio Guacara del estado Carabobo. Es una alternativa para el desarrollo de las actividades físicas dentro de las instituciones escolares, las cuales deben realizarse buscando un propósito integral donde los alumnos tengan un desenvolvimiento no solo en el aspecto físico sino en los elementos cognoscitivos. De allí, que es un deber de los profesores de Educación Física mejorar, optimizar y perfeccionar las estrategias metodológicas de las clases de Educación Física para formar integralmente a los estudiantes.

Por eso, las actividades propuestas coadyuvan a mejorar la ejercitación de las habilidades motrices. Se desarrolla en la elaboración de juegos orientados para facilitar la labor de los profesores y la ejercitación correcta por parte de los alumnos. Lo antes expuesto destaca la significación de este trabajo, constituyendo un valioso material de consulta para nuestros profesores, más aún en la actualidad

donde muchos no tienen la experiencia ni los conocimientos prácticos para el desarrollo de actividades físicas dentro de la escuela con un enfoque integral.

CONTENIDO

PARTE I

MARCO CONCEPTUAL

LA PSICOMOTRICIDAD

Importancia de la Psicomotricidad en la Actividad Físico-Deportiva Escolar

LA MOTRICIDAD

- Habilidades Motrices Básicas.
- Características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica.
- Tipos de giros.

LA COORDINACIÓN

- Factores que Intervienen en la Coordinación
- Proceso Evolutivo de la Coordinación
- Evaluación de la Coordinación
- Coordinación Dinámica General
- Coordinación Óculo- Segmentaria

EQUILIBRIO

- Factores que Intervienen en el Equilibrio
- Proceso Evolutivo del Equilibrio
- Evaluación del Equilibrio

PARTE II

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Estrategia 1: Equilibrio

- Equilibrio Estático
- La Paloma
- Equilibrio del Flamenco
- Equilibrio Dinámico
- El Banco Sueco

- La Barra de Equilibrio

Estrategia 2: Coordinación

- Coordinación Dinámica general
- Mueve tu Cuerpo
- El Globista
- El Robot
- Coordinación óculo-segmentaria
- Pies quietos
- El Quema
- Bota, bota las pelotas

PARTE I

MARCO CONCEPTUAL

PSICOMOTRICIDAD

La psicomotricidad es uno de los aspectos que forman parte del currículo de la Educación Física escolar. Muñoz (2009), señala que la psicomotricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica “cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo” (p 30), lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, por lo tanto se puede aplicar corriendo, saltando, jugando con la pelota. A su vez se pueden aplicar diversos juegos orientados a desarrollar la coordinación, el equilibrio y la orientación, mediante el juego se podrán desarrollar, entre otras áreas, nociones espaciales y de lateralidad como arriba-abajo, derecha-izquierda, delante-atrás.

En síntesis, se puede decir la psicomotricidad considera al movimiento como medio de expresión, de comunicación y de relación del ser humano con los demás, desempeña un papel importante en el desarrollo armónico de la personalidad, puesto que el niño no solo desarrolla sus habilidades motoras; la psicomotricidad le permite integrar las interacciones a nivel de pensamiento, emociones y su socialización.

Importancia de la Psicomotricidad en la Actividad Físico-Deportiva Escolar

La psicomotricidad es la disciplina teórica y práctica que se encarga del enfoque y el tratamiento de las alteraciones de la interacción entre áreas como el movimiento, las emociones, el conocimiento y la propia percepción corporal. Por lo tanto, Jiménez y Jiménez (2002) señalan que se “asume al cuerpo como una unidad y como la herramienta cardinal para la expresión de un individuo y de su relación con el entorno biológico, psicológico y social” (p. 180). De este modo, es coherente comprender que los expertos en psicomotricidad se ocupan de la terapia

de aquellos pacientes con dificultades neurológicas o de su salud mental a través de la mediación corporal y del movimiento coordinado. Sin embargo, este abordaje suele exceder al tratamiento de las situaciones patológicas y, en realidad, puede dirigirse también a los niños sanos para llevar a la máxima expresión todas las capacidades latentes o que deben estimularse. En consecuencia, el terreno de acción de la psicomotricidad no es sólo el ámbito terapéutico, sino que puede cumplir una misión educativa.

Por tanto, Le Boulch (2011) indica que el objetivo final de todas las estrategias de la psicomotricidad “consiste en lograr que un individuo logre desenvolverse con autonomía en sus acciones de relación con el mundo que lo rodea” (p 100). Dado que la herramienta fundamental de vínculo de los más pequeños es el juego, es mediante esta actividad que los psicomotricistas intentan lograr el enfoque pleno de lo corporal, así como de la expresión de las emociones, del pensamiento e incluso de los incipientes o definidos conflictos en la personalidad.

Aéreas de la Psicomotricidad

Esquema Corporal: es el conocimiento y la relación mental que la persona tiene de su propio cuerpo. El desarrollo de esta área permite que los niños se identifiquen con su propio cuerpo, que se expresen a través de él, que lo utilicen como medio de contacto, sirviendo como base para el desarrollo de otras áreas y el aprendizaje de nociones como adelante-atrás, adentro-afuera, arriba-abajo ya que están referidas a su propio cuerpo.

Lateralidad: es el predominio funcional de un lado del cuerpo, determinado por la supremacía de un hemisferio cerebral. Mediante esta área, el niño estará desarrollando las nociones de derecha e izquierda tomando como referencia su propio cuerpo y fortalecerá la ubicación como base para el proceso de lectoescritura. Es importante que el niño defina su lateralidad de manera espontánea y nunca forzada

Equilibrio: es considerado como la capacidad de mantener la estabilidad mientras se realizan diversas actividades motrices. Esta área se desarrolla a través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior

Espacio: Esta área comprende la capacidad que tiene el niño para mantener la constante localización del propio cuerpo, tanto en función de la posición de los objetos en el espacio como para colocar esos objetos en función de su propia posición, comprende también la habilidad para organizar y disponer los elementos en el espacio, en el tiempo o en ambos a la vez. Las dificultades en esta área se pueden expresar a través de la escritura o la confusión entre letras.

Tiempo-Ritmo Las nociones de tiempo y de ritmo se elaboran a través de movimientos que implican cierto orden temporal, se pueden desarrollar nociones temporales como: rápido, lento; orientación temporal como: antes-después y la estructuración temporal que se relaciona mucho con el espacio, es decir la conciencia de los movimientos, ejemplo: cruzar un espacio al ritmo de una pandereta, según lo indique el sonido.

La Motricidad

La Motricidad es la capacidad del hombre y los animales de generar movimiento por sí mismos, existiendo una adecuada coordinación y sincronización entre todas las estructuras que intervienen en el movimiento como son el sistema nervioso, sistema muscular, sistema esquelético y los órganos de los sentidos. Al hablar de movimiento podemos distinguir un sector activo (nervio y músculo) y un sector pasivo (sistema osteoarticular), así Shilder (2010) manifiesta que “la motricidad, son las prácticas corporales y motrices del ser humano” (p 50).

La motricidad representa un fundamento y una condición importante, no sólo para el desarrollo físico, sino también para el desarrollo intelectual y socio afectivo. El movimiento, cualquiera sea su forma de presentación: tarea motora, juego, deporte, danza, o cualquier otra forma del mismo, constituye en nuestra área el medio o los medios para la educación, pero nunca será un fin.

Marcha y Carrera. Durante la marcha se produce una sucesión de fases de doble apoyo y de apoyo monopodal, mientras que en la carrera desaparecen las fases de doble apoyo Y sólo se producen fases de apoyo monopodal y fases de vuelo.

Durante la carrera y otras actividades deportivas las fuerzas de reacción del suelo son de 2 a 10 veces mayores a las que se producen durante la marcha. Las fuerzas

de reacción del suelo (fuerzas verticales, que son las de mayor magnitud, fuerzas antero posteriores y fuerzas medio laterales) pueden medirse con plataformas dinamométricas. En el choque de talón se produce un frenado, mientras que en el despegue del ante pié hay un impulso, por ello los velocistas abordan el suelo con el ante pié.

Motricidad Gruesa: Hace referencia a movimientos amplios. (Coordinación General y Viso motora, Tono Muscular y Equilibrio. La Motricidad Gruesa comprende todo lo relacionado con el desarrollo cronológico del niño especialmente en el crecimiento del cuerpo y de las habilidades psicomotrices respecto al juego al aire libre y a las aptitudes motrices de manos, brazos, piernas y pies. Se considera tan o más importante que la motricidad fina, en si ambas se complementan y relacionan.

Motricidad Fina: movimientos finos, precisos, con destrezas. (Coordinación Óculo – Manual, Coordinación Fonética, etc.) La Motricidad Fina, comprende el desarrollo de las habilidades de la mano en lo referente a la pinza o agarre y a las aptitudes viso motriz del niño en el aprestamiento hacia las actividades diarias y subsecuentes de la vida tales como: amarrarse los zapatos, abotonarse, enhebrar, ensartar, escribir.

Capacidades Coordinativas

Son las capacidades sensomotrices que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos de una acción motriz con una finalidad determinada. Se caracteriza por el proceso de regulación y dirección del movimiento y estas son una condición fundamental para realizar las actividades motrices propias del movimiento deportivo.

Algunas de estas capacidades coordinativas son:

Generales: la regulación del movimiento, adaptación y cambios motrices.

Especiales: orientación, equilibrio, reacción, ritmo, anticipación, diferenciación, coordinación.

Complejas: agilidad y aprendizaje.

Habilidades Motrices Básicas

El concepto de habilidad motriz básica en Educación Física considera una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Las habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento, al mismo tiempo que evolucionan conjuntamente.

Dentro de este orden de ideas, las habilidades motrices básicas -desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones-, están relacionados con la coordinación y el equilibrio. Todos ellos son aspectos a ser desarrollados entre los 6 y los 12 años, período comprendido entre la adquisición y desarrollo en el niño de las habilidades perceptivo-motrices y el desarrollo pleno del esquema corporal.

Desplazamientos: por desplazamiento entendemos toda progresión de un punto a otro del espacio, utilizando como medio el movimiento corporal total o parcial. Las dos manifestaciones más importantes del desplazamiento son la marcha y la carrera, sobre todo desde el punto de vista educativo y de utilidad. Aunque existen otras modalidades en la forma de desplazarse (cuadrupedia, a pata coja, etc.)

Saltos: el desarrollo del salto se basa en complicadas modificaciones de la carrera y la marcha, con la variante del despegue del suelo como consecuencia de la extensión violenta de una o ambas piernas. En todo salto existen dos fases:

- Fase previa o preparación al salto.
- Fase de acción, o salto propiamente dicho.

Su realización implica la puesta en acción de los factores de fuerza, equilibrio y coordinación, tratándose por consiguiente de una habilidad filogenética que se perfecciona con el crecimiento psicofísico y el desarrollo de dichos factores.

El salto puede ser Vertical u Horizontal.

Giros: es todo aquel movimiento corporal que implica una rotación a través de los ejes ideales que atraviesan el ser humano, vertical, transversal y Sagital. Desde el punto de vista funcional constituyen una de las habilidades de utilidad en la orientación y situación del individuo, favoreciendo el desarrollo de las habilidades perceptivo espacial y temporal, capacidad de orientación espacial (orientar el cuerpo en la dirección deseada, por ejemplo), coordinación dinámica general y

control postural (maduración neuromuscular y equilibrio dinámico), así como del esquema corporal (el niño, a través de las sensaciones que le producen los giros, se percibe mejor a sí mismo).

Coordinación

La coordinación es una capacidad motriz tan amplia que admite una gran pluralidad de conceptos. Entre diversos autores que han definido la coordinación, se a destacar a Castañer y Camerino (2010), señalan que “un movimiento es coordinado cuando se ajusta a los criterios de precisión, eficacia, economía y armonía” (p 134) es decir la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones.

Tipos de Coordinación

Tras realizar un análisis de varias propuestas de autores como Le Boulch y Shilder (ob. cit) concretan una clasificación general sobre la coordinación, en función de dos aspectos importantes:

En función de si interviene el cuerpo en su totalidad, en la acción motriz o una parte determinada, podemos observar dos grandes tendencias	En función de la relación muscular, bien sea interna o externa, la coordinación puede
Coordinación Dinámica General: es el buen funcionamiento existente entre el S.N.C. y la musculatura esquelética en movimiento. Se caracteriza porque hay una gran participación muscular	Coordinación intermuscular (externa): referida a la participación adecuada de todos los músculos que se encuentran involucrados en el movimiento.
Coordinación Óculo-Segmentaria: es el	Coordinación intramuscular (interna): es

lazo entre el campo visual y la motricidad fina de cualquier segmento del cuerpo. Puede ser óculo-manual y óculo-pédica o podal.	la capacidad del propio músculo para contraerse eficazmente
--	---

Factores que Intervienen en la Coordinación

La coordinación va a influir de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que más tarde harán su aparición en el mundo escolar. Es por ello que la coordinación es una cualidad neuromuscular íntimamente ligada con el aprendizaje y que está determinada, sobre todo, por factores genéticos.

A continuación, vamos a señalar aquellos factores que determinan la coordinación:

- 1.- La velocidad de ejecución.
- 2.- Los cambios de dirección y sentido.
- 3.- El grado de entrenamiento.
- 4.- La altura del centro de gravedad.
- 5.- La duración del ejercicio.
- 6.- Las cualidades psíquicas del individuo.
- 7.- Nivel de condición física.
- 8.- La elasticidad de músculos, tendones y ligamentos.
- 9.- Tamaño de los objetos (si son utilizados).
- 10.- La herencia.
- 11.- La edad.
- 12.- El grado de fatiga.
- 13.- La tensión nerviosa.

Proceso Evolutivo de la Coordinación

1ª Infancia (0-3 años): Se adquiere la suficiente madurez nerviosa y muscular como para asumir las tareas de manejo del propio cuerpo. La mayoría de las coordinaciones son globales, aunque ya comienzan las primeras coordinaciones óculo-manuales al coger objetos. Entre los 18-24 meses, se aprecia un mayor desarrollo pudiendo abrir y cerrar puertas, ponerse los zapatos, lavarse, etc.

Educación Infantil (3-6 años): El repertorio de posibilidades crece con los estímulos que le llegan al niño. Las acciones coordinadas dependerán de la adquisición de un perfecto esquema corporal y del conocimiento y control del propio cuerpo. La actitud lúdica propia de estas edades es protagonista por excelencia de la formación tanto motriz como cognitiva y hacen que las formas motoras se vayan enriqueciendo y complicando.

Educación Primaria (6-12 años): Se determina el desarrollo del sistema nervioso y, por tanto, los factores neuro-sensoriales de la coordinación, de ahí que sea la etapa ideal para la adquisición de experiencias motrices. La mala aptitud de retención motriz en el primer ciclo y parte del segundo exige en estas edades una profundización del aprendizaje a partir de la repetición de los ejercicios, contribuyendo de esta manera a la automatización del movimiento. Al final del segundo ciclo y todo el tercer ciclo, debido al desarrollo sensitivo y cognitivo, se refleja una buena capacidad perceptiva y de observación. Los ajustes motores son muy eficaces.

Educación Secundaria y Bachillerato (12-18 años): Desde comienzos de la pubertad hasta finales de la adolescencia, tiene lugar la maduración sexual y un crecimiento general del cuerpo, esto conllevará un retroceso en la coordinación de los movimientos. Más tarde, la coordinación mejorará en función de la mejora de las cualidades físicas.

Evaluación de la Coordinación

Siguiendo a Picq y Vayer (2007), vamos a evaluar la Coordinación general y óculo-segmentaria basándonos en el Examen Psicomotor que estos autores proponen. Teniendo en cuenta las dos etapas que distinguen en la evaluación de la psicomotricidad: la 1ª etapa (2 a 6 años) y la 2ª etapa (6-12 años), algunas de las pruebas que se pueden utilizar, son:

Coordinación Dinámica General

2-6 años: Con los ojos abiertos recorrer 2 m en línea recta, poniendo alternativamente el talón de un pie contra la punta del otro.

6-12 años: Posición de pie, una rodilla flexionada en ángulo recto, brazos a lo largo del cuerpo, impulsar por el suelo una caja de cerillas durante 5 m.

Salto al aire flexionando las rodillas para tocar los talones por detrás con las manos.

Coordinación Óculo-segmentaria

2-6 años: Seguir un laberinto con una línea continua en 80'' con la mano dominante y 85'' con la otra.

6-12 años: Con una pelota de goma, dar a un blanco de 25x25 cm situado a 1,5 m de distancia, con ambas manos. Recibir una pelota lanzada desde 3 m con una mano (Alternamos).

Otro instrumento muy utilizado para evaluar la coordinación general él es Test perceptivo-motor de Survey (citado por Picq y Vayer). En él se pide al sujeto que camine hacia delante, atrás, de lado, que salte sobre un pie, sobre el otro, que imite determinados movimientos, etc.

Además de las pruebas ya mencionadas, sería conveniente utilizar más instrumentos para llevar a cabo una evaluación más exhaustiva de la coordinación óculo-segmentaria, ya que el uso de lápiz y papel en la escuela ponen de manifiesto la necesidad de una correcta coordinación viso-manual, especialmente en la escritura.

Algunos de esos instrumentos (citados por Mariscal), podrían ser:

- Lista de control de conductas perceptivo-motrices de Cratty.
- Test de Coordinación ojo-mano de Frostig.

Actividades para su Desarrollo

Lo realmente educativo en estas actividades no es la rapidez ni cantidad de ejercicios realizados, sino la calidad del trabajo efectuado. Es mucho más importante el tanteo del alumno/a para resolver el problema que se le propone que los resultados obtenidos en el mismo. El maestro/a debe ser un gran colaborador del niño/a facilitando las condiciones adecuadas para que éste viva sus propias experiencias a través del ensayo y error.

Siguiendo a Castañer y Camerino (1991) citaremos algunas de las posibles actividades para el desarrollo de la Coordinación:

- . Desplazamientos variados (pata coja, cuadrupedia, reptar, trepar, etc.) con o sin implementos (patines, bicicletas...).
- . Saltos de todo tipo: pies juntos, sobre un pie, alternativos, rítmicos, etc.
- . Gestos naturales: tirar, transportar, empujar, levantar, etc.
- . Ejercicios de oposición con el compañero o en grupos.
- . Actividades rítmicas: bailes populares, modernos, canciones bailadas, danzas.

Todas estas actividades tipo se pueden realizar utilizando diferentes direcciones, velocidades, ritmos, combinaciones, etc., o con una gran variedad de materiales complementarios como cuerdas, gomas elásticas, colchonetas, picas, aros, etc.

Además, cualquier Juego en el que exista desplazamiento y una gran intervención muscular, favorecerá el desarrollo de la Coordinación General, por ejemplo:

“Mueve tu cuerpo”. ¿De cuántas formas puedes saltar y, a la vez, mover los brazos?

¿Puedes hacer el movimiento contrario de las piernas con los brazos?

“El robot”. Andar adelantando el brazo del mismo lado del pie que avanza. ¿Quién es capaz de correr de esa forma? ¿Y hacia atrás? ¿De qué otra forma te puedes desplazar mientras los brazos hacen movimientos contrarios?

“El globista”. ¿De cuántas formas podemos llevar un globo sin ayuda de las manos? ¿Cuántos puedes llevar a la vez? ¿y por parejas sin utilizar las manos?

Coordinación Óculo-segmentaria

- Lanzamientos variados: con una mano, con la otra, con las dos, con un pie.
- Golpeos con diferentes partes del cuerpo: cabeza, rodillas, hombros, codos.
- Diferentes formas de recepcionar: con una mano, con las dos, con los pies, con las piernas.
- Saltos sobre obstáculos, objetos y similares (ajuste visomotor).

Es evidente que surgirán múltiples actividades si variamos las condiciones de ejecución en función de las distancias, alturas, trayectorias, si se realizan con o sin desplazamiento, con o sin obstáculos, o si utilizamos materiales (pelotas de diferente tamaño y peso, globos, discos voladores, raquetas, etc.). En definitiva, todos aquellos Juegos en los que intervenga algún segmento corporal, mejorarán el desarrollo de la Coordinación óculo-segmentaria, por ejemplo:

“Pies quietos”. Juego en grupo en el que se trabaja los lanzamientos y las recepciones de forma estática.

“El quema”. Juego en grupo en el que se trabaja los lanzamientos y las recepciones de forma más precisa y en movimiento.

“Bota, bota las pelotas”. ¿Puedes botar dos balones a la vez? ¿De cuántas formas? ¿Y en desplazamiento? ¿En cuántas direcciones? ¿Y con dos balones de distinto tamaño?

Equilibrio

En todas las actividades físico-deportivas, el equilibrio desempeña un papel muy importante en el control corporal. Un equilibrio correcto es la base fundamental de una buena coordinación dinámica general y de cualquier actividad autónoma de los miembros superiores e inferiores.

En este sentido, Arregui y Martínez (2001) el equilibrio podría definirse como “el mantenimiento adecuado de la posición de las distintas partes del cuerpo y del cuerpo mismo en el espacio” (p. 98). El concepto genérico de equilibrio engloba todos aquellos aspectos referidos al dominio postural, permitiendo actuar

eficazmente y con el máximo ahorro de energía, al conjunto de sistemas orgánicos.

Factores que Intervienen en el Equilibrio

El equilibrio corporal se construye y desarrolla en base a las informaciones visoespacial y vestibular. Un trastorno en el control del equilibrio, no sólo va a producir dificultades para la integración espacial, sino que va a condicionar en control postural. A continuación, se distinguen tres grupos de factores:

Factores Sensoriales: Órganos sensoriomotores, sistema laberíntico, sistema plantar y sensaciones cenestésicas.

Factores Mecánicos: Fuerza de la gravedad, centro de gravedad, base de sustentación, peso corporal.

Otros Factores: Motivación, capacidad de concentración, inteligencia motriz, autoconfianza.

Al igual que con otras capacidades, el equilibrio es susceptible de valoración y medida. Para detectar posibles retrasos a nivel de equilibrio estático podemos emplear las pruebas que Ozeretski y Guilmain (citado por Martínez del Castillo (2010) señalan que:

Mantenerse inmóvil un mínimo de diez segundos de puntillas y con los pies juntos (4 a 5 años).

Mantenerse sobre una pierna, a la “pata coja”, sin moverse durante diez segundos por lo menos (5 a 6 años).

Con los ojos cerrados y los pies juntos permanecer inmóvil sesenta segundos (6 años).

Permanecer de puntillas con los pies juntos y ojos cerrados un mínimo de quince segundos (9 a 10 años).

Mantenerse sobre una pierna con los ojos cerrados durante diez segundos por lo menos (9 a 10 años).

La coordinación y el equilibrio son capacidades que definirán la acción, hasta el punto de que una deficiencia o anomalía en el desarrollo de cualquiera de ellas, limitará o incluso impedirá una ejecución eficaz. Por ello, es necesario el trabajo

de estas capacidades en los primeros años de la Educación Primaria, ya que la mejora funcional del dominio corporal supondrá la adquisición de múltiples conductas motrices de carácter utilitario, lúdico o expresivo, que serán fundamentales para el desarrollo integral de nuestros alumnos/as.

En definitiva, se debe tomar en cuenta algunas consideraciones sobre el desarrollo de las cualidades motrices:

- Nunca es demasiado pronto para comenzar el trabajo de las mismas.
- Las cualidades motrices tienen su desarrollo marcado entre los 6-12 años.
- La evolución de dichas cualidades no muestran diferencias significativas entre hombres y mujeres.
- El trabajo de las cualidades motrices debe ser multilateral y polivalente.
- El desarrollo y calidad de estas cualidades se verá limitado por la experiencia motriz del niño.
- Las cualidades motrices componen la base de lo que los especialistas denominan inteligencia motriz.
- Por último, la coordinación y el equilibrio ejercen una fuerte influencia en el desarrollo de las capacidades físicas básicas

PARTE II

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Estrategia 1

Equilibrio

Objetivo: Desarrollar el control de la postura en los estudiantes

Equilibrio Estático

La Paloma

Descripción: Consiste en mantenerse estable durante 10" la siguiente posición: apoyado sobre un pie, tronco flexionado al frente, los brazos extendidos al frente, pierna de apoyo extendida y la otra ligeramente flexionada hacia atrás .

Equilibrio del Flamenco.

Descripción: Mantener la posición de equilibrio en una sola pierna, sobre una madera de 3 cm, durante un minuto se realiza sobre un solo pie, o apoyando otra parte del cuerpo o con los ojos cerrados.

Recursos: banco de madera.

Recomendaciones: se sugiere incorporar otras actividades para evolucionar de posiciones más estables a menos estables tales como:

- Tumbados.
- Sentados.
- Sentados, semiflexionando las piernas y brazos abiertos.
- Sentados, semiflexionando las piernas y brazos pegados al cuerpo.
- De pie, con piernas y brazos abiertos.
- De pie, con piernas y brazos pegados al cuerpo.
- De pie, sobre una sola pierna, con brazos y piernas abiertas.
- De pie, sobre una sola pierna, con brazos y piernas pegadas al cuerpo.

Equilibrio Dinámico

El Banco Sueco

Descripción: consiste en caminar sobre un banco sueco, recorriéndolo hacia delante y luego hacia atrás con los brazos en cruz.

La Barra de Equilibrio

Descripción: a la señal del profesor, el estudiante comenzará a caminar sobre la barra de equilibrio o un banco invertido hasta una marca situada a 2m. Una vez superada ésta, dará la vuelta para volver al punto de partida. Se repetirá la acción de ejecución cuantas veces pueda hasta que pierda el equilibrio y caiga tocando el suelo. Se medirá la distancia recorrida por el ejecutante desde el inicio hasta el punto de bajada. Si el sujeto realiza ininterrumpidamente el ejercicio, se concluirá éste a los 45 segundos. Se realizarán tres intentos y se calculará el promedio de ellos

Recomendación: los ejercicios típicos son los de desplazamiento se le puede incorporar:

- Cajones Siguiendo líneas rectas, curvas, quebradas...
- Cambios de dirección y sentido.
- Introducir giros y otras habilidades
- Aumentar la velocidad de desplazamiento
- Reducir el espacio de acción.
- De puntillas, sobre los talones, punta talón, en cuclillas, a la pata coja...
- Portando un objeto en la cabeza, hombro, brazo.
- En diferentes alturas: adoquines, bancos suecos.

También se propone una serie de actividades donde trabajemos el Dinámico, como por ejemplo:

- **La línea** Busca cinco maneras de desplazarte sobre una línea recta sin perder en equilibrio ¿cómo puedes cruzarte con un compañero sobre la línea?
- **Carrera de relevos** En grupos de 6. Se trata de ir pasando de un aparato a otro sin tocar el suelo, de un extremo a otro del gimnasio.
- **El transportista** desplazarse transportando un libro u otro objeto diferentes partes del cuerpo sin agarrarlo.

Estrategia 2

Coordinación

Objetivo: Fortalecer las cualidades motrices responsables de los mecanismos de control de los estudiantes.

Coordinación Dinámica general

Mueve tu Cuerpo

Descripción: saltar y a la vez, mover los brazos, realizando el movimiento contrario de las piernas con los brazos

El Robot

Descripción: caminar adelantando el brazo del mismo lado del pie que avanza. Luego correr de esa forma. Desplazarse mientras los brazos hacen movimientos contrarios a las piernas

El Globista

Descripción: llevar un globo de diferentes sin ayuda de las manos luego incorpora más globos y para finalizar realizar la actividad por parejas sin utilizar las manos

Coordinación Óculo-segmentaria

Pies quietos

Descripción: Juego en grupo en el que se trabaja los lanzamientos y las recepciones de forma estática

El Quema

Descripción Juego en grupo en el que se trabaja los lanzamientos y las recepciones de forma más precisa y en movimiento.

Bota, bota las pelotas

Descripción Puedes botar dos balones a la vez diferentes formas, desplazamiento y direcciones con balones de distinto tamaño

Recomendaciones: Es evidente que surgirán múltiples actividades si variamos las condiciones de ejecución en función de las distancias, alturas, trayectorias, si se

realizan con o sin desplazamiento, con o sin obstáculos, o si utilizamos materiales (pelotas de diferente tamaño y peso, globos, discos voladores, raquetas, etc.). En definitiva, todos aquellos juegos en los que intervenga algún segmento corporal, mejorarán el desarrollo de la Coordinación óculo-segmentaria, por ejemplo:

Lanzamientos variados: con una mano, con la otra, con las dos, con un pie.

Golpeos con diferentes partes del cuerpo: cabeza, rodillas, hombros, codos.

Diferentes formas de recepcionar: con una mano, con las dos, con los pies, con las piernas.

Saltos sobre obstáculos, objetos y similares (ajuste viso-motor).

REFERENCIAS

- Arregui y Martínez (2001). *Psicomotricidad y educación infantil*. Madrid: Cepe.
- Arias F. (2012). *El Proyecto de Investigación: Guía para su Elaboración*. Caracas. Episteme.
- Bastidas, F. (2011). *Ejecución de un proyecto de investigación como modalidad de Trabajo Especial de Grado*. CDCH Universidad de Carabobo.
- Berruezo, V. (2010). *La Valoración de las Actividades Físicas*. México: Trillas
- Caldera, G. (2010). *El Juego como actividad en el desarrollo Psicomotor del niño* Colombia: Editorial Mc Graw Hill.
- Castañer, M y Camerino, O (2010). *La E. F. en la Enseñanza Primaria*. Barcelona: Editorial. Inde.
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999) Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela, 36.860, Diciembre 30, 1999
- Dupré, M. (2009). *La Educación Física en el desarrollo Motor Infantil*. Disponible en: www.rem.boletin/boletin150408c.html. [Consulta: 2014, noviembre 07]
- Hernández, R, Fernández C y Batista P. (2010). *Metodología de la Investigación*. Argentina: Mc Graw Hill.
- Hurtado de Barrera, J. (2000). *Metodología de la Investigación Holística*. Caracas. Fundación SYPAL.
- Jiménez, J y Jiménez, J. (2002). *Psicomotricidad. Teoría y programación*. Ed. Escuela Española. Barcelona.
- Le Boulch, J. (2011). *El Juego como actividad en el desarrollo Psicomotor del niño*. Colombia: Editorial Mc Graw Hill.
- Ley Orgánica de Educación (2009). Gaceta oficial de la República de Venezuela. Extraordinario N° 2635 República Bolivariana de Venezuela. Caracas Venezuela.
- Ley Orgánica de Protección al Niño, Niña y Adolescente (LOPNA) (2007), Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela, Nro. 5.266, (Extraordinaria). Octubre02.
- Lobo, H y Ponte, M. (2014). *Estrategias deportivas para el desarrollo de la psicomotricidad gruesa en el área de educación física, de los alumnos y alumnas de tercer grado de la escuela Primaria "Germina Barragán", del Municipio Valencia - Estado Carabobo Trabajo de Grado no publicado, Universidad de Carabobo.*

Martínez del Castillo (2010) Las actividades físicas recreativas España: Editorial: Narcea S.A.

Muñoz, M. (2009). Educación Básica. Venezuela: Editorial Larense, C.A. / <http://www.geocities.com/monjebasket> [Consulta: 2015, Mayo24].

Navarro. (2003). Educación Físicas. Venezuela: Editorial Romor, C.A.

Núñez y Fernández (2014). Psicopedagogía de la Motricidad, Etapa de Aprendizaje. México: Editorial Mc Graw Hill.

Palella, S. y Martins, F. (2012). Metodología de la Investigación Cuantitativa. Fedupel. Caracas.

Picq, P y Vayer, Q. (2007). El aprendizaje Motor. [Libro en Línea]. Disponible en: <http://www.prisma.com>. [Consulta: 2015, Febrero 24].

Romero, T. (2013). Juegos pre-deportivos. Una alternativa de ejercitación del voleibol para la Educación Primaria de los alumnos de 4º grado de Institución Educativa Sta. Rosita de Lima en la ciudad de Arequipa Lima. Trabajo no publicado, Universidad César Vallejo. Disponible en <http://educacionadam./pdf>. (Consulta: 2014, noviembre, 07).

Sabino, C. (2009). ¿Cómo hacer una Tesis? y Elaborar todo tipo de escrito. Caracas. Panapo.

Silder, M. (2010). Estrategias Físicas para el Aprendizaje Méjico: Editorial Trillas

Torrealba, T. (2013). Juegos predeportivos en Espacios Reducidos de la Escuela Comunitaria Deportiva de Guáimaro. La Habana Cuba. Tesis para Optar por el Título de Licenciado en educación mención educación física. UDA. [Consulta: 2014, diciembre 15].

Universidad Pedagógica Experimental Libertador Vicerrectorado de Investigación y Postgrado. (2006). Manual de Trabajo de grado de Maestrías y Tesis Doctorales. Caracas: Autor.

Veliz, A. (2014). Diseño de un plan Instruccional para el uso del juego como estrategia metodológica en el desarrollo de las capacidades motoras de niños en edad preescolar del Jardín de Infancia .Bolivariano. “San Agustín” el Jardín de Infancia Bolivariano del Municipio Escolar Guacara, Tesis de Grado no publicada. Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez, Valle de la Pascua. Estado Guárico.

ANEXOS

UNIVERSIDAD DE CARABOBO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
CATEDRA DE CIENCIAS APLICADAS

INSTRUMENTO

Estimado estudiante:

Me dirigió a usted en la oportunidad de solicitar su valiosa colaboración en la aplicación del siguiente instrumento que tiene como propósito la recopilación de información que servirá de base para la realización de una investigación titulada Orientaciones Metodológicas para el Desarrollo de la Psicomotricidad en el Nivel de Educación Secundaria en la Escuela Técnica Enrique Delgado Palacios de Guacara Estado Carabobo. Los datos suministrados por usted serán tratados confidencialmente y sólo serán utilizados para los fines de esta investigación, por ello se agradece que sus respuestas sean lo más objetivas posibles.

Instrucciones:

A continuación encontrará una serie de preguntas con dos alternativas de respuestas, en cada uno de los ítems marque con una X según sea el caso.

Nº	Ítems	Si	No
1.	Te gusta realizar actividades en la hora de educación física		
2.	Practicas algún deporte		
3.	Puedes realizar una carrera de obstáculos en poco tiempo sin tumbar ningún objeto		
4.	Puedes mantener el equilibrio con una pierna y la mano en la cintura		
5.	Puedes rodar sobre la colchoneta con un compañero y cogidos por las manos sin soltarse		
6.	Puedes realizar un salto vertical desde la posición de parado		
7.	Puedes lanzar y ensartar la pelota a un metro de distancia		
8.	Puedes golpear con el pie la pelota para marcar un gol		
9.	Puedes lanzar un balón por encima de tu cabeza lo más lejos posible		
10.	Puedes realizar flexiones estando de pie		