

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

DIRECCIÓN DE POSGRADO

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Tema:

**“LA CULTURA FÍSICA EN LAS HABILIDADES MOTRICES
BÁSICAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA
UNIDAD EDUCATIVA CESLAO MARÍN”**

Trabajo de Titulación

Previa a la Obtención del Grado Académico de Magister en Cultura Física
y Entrenamiento Deportivo

Autor: Licenciado Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Director: Doctor Patricio Gustavo Ortiz Ortiz Magister

Ambato – Ecuador

2015

Al Consejo de Posgrado de la Universidad Técnica de Ambato.

El tribunal de defensa del trabajo de titulación presidido por el Doctor Segundo Víctor Hernández del Salto Magister, Presidente del Tribunal, e integrado por los señores Doctor Joffre Washington Venegas Jiménez Magister, Licenciado Julio Alfonso Mocha Bonilla Magister, Ingeniero Edwin Fabricio Lozada Torres Magister, Miembros del Tribunal de Defensa, designados por el Consejo Académico de Posgrado de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, para receptor la defensa oral del trabajo de titulación con el tema: **“LA CULTURA FÍSICA EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA CESLAO MARÍN”**, elaborado y presentado por el Licenciado Franklin Gustavo Gusqui Arroba, para optar por el grado Académico de Magister en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo.

Una vez escuchada la defensa oral del Tribunal aprueba y remite el trabajo de investigación para uso y custodia en las bibliotecas de la U.T.A.

Dr. Segundo Víctor Hernández del Salto, Mg.
Presidente del Tribunal de Defensa

Dr. Joffre Washington Venegas Jiménez, Mg.
Miembro del Tribunal

Lcdo. Julio Alfonso Mocha Bonilla, Mg.
Miembro del Tribunal

Ing. Edwin Fabricio Lozada Torres, Mg.
Miembro del Tribunal

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el trabajo de titulación con el tema “**LA CULTURA FÍSICA EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA CESLAO MARÍN**”, le corresponde exclusivamente a: Licenciado Franklin Gustavo Gusqui Arroba, Autor bajo la Dirección del Doctor Patricio Gustavo Ortiz Ortiz Magister, Director del trabajo de titulación; y el patrimonio intelectual a la Universidad Técnica de Ambato.

Lcdo.Franklin Gustavo Gusqui Arroba

AUTOR

Dr. Patricio Gustavo Ortiz Ortiz, Mg.

DIRECTOR

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga uso de este trabajo de titulación como un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los derechos de mi trabajo de titulación, con fines de difusión pública, además autorizo su reproducción dentro de las regulaciones de la Universidad.

Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba
C.c. 1600389611

DEDICATORIA

Dedico esta tesis y toda mi carrera universitaria a Dios por ser el quien me ha dado las fuerzas necesarias para seguir adelante, ayudándome a romper todas esas barreras que se me han presentado.

A mi Esposa, por todo su amor, cariño, comprensión y apoyo incondicional a mis hijas: Melanny y Joseline por todo ese amor y cariño que me daban fuerzas para seguir adelante.

A mi madre y padre que siempre me motivaron para seguir adelante en mi carrera.

A todos familiares, amigos y compañeros que siempre están animándome y apoyándome para seguir adelante, gracias por todo esos ánimos y apoyo

Franklin Gustavo Gusqui Arroba

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Técnica de Ambato, y a sus Autoridades.

A cada uno de los Docentes del Centro de Posgrado de la Maestría de Cultura Física y Entrenamiento Deportivo por su aporte de conocimientos y experiencias.

A la Ing. Jacqueline Ocaña por su valioso aporte en el aspecto administrativo.

Al Lic. Luis Claudio Rector de la Unidad Educativa Ceslao Marín, por todas las facilidades que me brindó para realizar la investigación en beneficio de los niños de educación inicial y su desarrollo en general.

De manera especial a mi Director de Tesis, Doctor Patricio Gustavo Ortiz Ortiz, Magister, por su paciencia y su contribución científica, ya que confió en mí, depositando sus sabios conocimientos y haciendo posible la realización de la meta trazada.

Franklin Gustavo Gusqui Arroba

ÍNDICE GENERAL

PRELIMINARES

Portada.....	i
Al Consejo de Posgrado de la Universidad Técnica de Ambato.....	ii
Autoría de la Investigación.....	iii
Derechos de Autor.....	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento.....	vi
Índice General.....	vii
Índice de Tablas.....	xii
Índice de Figuras.....	xv
Resumen Ejecutivo.....	xviii
Executive Summary.....	xix
Introducción.....	1

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema.....	4
1.2 Planteamiento del Problema.....	4
1.2.1 Contextualización.....	4
1.2.2 Árbol de Problemas.....	7
1.2.3 Análisis Crítico.....	8
1.2.4 Prognosis.....	8
1.2.5 Formulación del Problema.....	9
1.2.6 Interrogantes.....	9
1.2.7 Delimitación de la Investigación.....	9
1.2.7.1 Delimitación de Contenidos.....	10
1.2.7.2 Delimitación Temporal.....	10
1.2.7.3 Delimitación Espacial.....	10

1.2.7.4 Unidades de Observación.....	10
1.3 Justificación.....	11
1.4 Objetivos.....	12
1.4.1 Objetivo General.....	12
1.4.2 Objetivos Específicos.....	12

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes Investigativos.....	13
2.2 Fundamentación Filosófica.....	15
2.3 Fundamentación Legal.....	17
2.4 Categorías Fundamentales.....	18
2.4.1 Constelación de Ideas: Cultura Física.....	19
2.4.2 Constelación de Ideas: Habilidades Motrices Básicas.....	20
2.4.3 Categorías Fundamentales de la Variable Independiente.....	21
2.4.3.1 Actividades Físicas.....	21
2.4.3.2 Recreación.....	26
2.4.3.3 Deporte.....	33
2.4.3.4 Cultura Física.....	38
2.4.4 Categorías Fundamentales de la Variable Dependiente.....	46
2.4.4.1 Preparación Física.....	46
2.4.4.2 Capacidades Coordinativas.....	47
2.4.4.3 Motricidad.....	52
2.4.4.4 Habilidades Motrices Básicas.....	53
2.5 Hipótesis.....	62
2.6 Señalamiento de Variables.....	62
2.6.1 Variable Independiente.....	62
2.6.2 Variable Dependiente.....	62

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1 Enfoque de la Investigación.....	63
3.2 Modalidad Básica de la Investigación.....	63
3.2.1 Investigación de Campo.....	64
3.2.2 Investigación Bibliográfica Documental.....	64
3.3 Niveles o Tipos de Investigación.....	64
3.3.1 Exploratorio.....	64
3.3.2 Descriptivo.....	64
3.3.3 Correlacional.....	65
3.3.4 Explicativo.....	65
3.4 Población y Muestra.....	65
3.5 Operacionalización de las Variables.....	66
3.5.1 Variable Independiente: Cultura Física.....	66
3.5.2 Variable Dependiente: Habilidades Motrices Básicas.....	67
3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de la información.....	68
3.7 Procesamiento de la Información.....	68
3.8 Validez y Confiabilidad.....	68
3.8.1 Validez.....	68
3.8.2 Confiabilidad.....	69
3.9 Plan para la recolección de la información.....	69
3.10 Plan para el procesamiento de la información.....	70
3.11 Análisis de resultados.....	70

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis de los Resultados.....	71
4.1.1 Ficha de Observación aplicada a los estudiantes de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín.....	71
4.1.2 Encuesta aplicada a los padres de familia de educación inicial de la Unidad educativa Ceslao Marín.....	81
4.1.3 Encuesta aplicada a los docentes de la Unidad educativa Ceslao Marín.....	91
4.2 Verificación de la Hipótesis.....	101
4.2.1 Planteamiento de la Hipótesis.....	101
4.2.2 Descripción de la Población.....	101
4.2.3 Regla de Decisión.....	102
4.2.4 Tabla estadística del Chi-Cuadrado.....	103
4.2.5 Representación gráfica de la campana de Gauss.....	104
4.2.6 Cálculos estadísticos de las encuestas.....	104
4.2.7 Conclusión.....	106

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones.....	107
5.2 Recomendaciones.....	107

CAPÍTULO VI PROPUESTA

6.1 Datos Informativos.....	109
6.2 Antecedentes de la Propuesta.....	110
6.3 Justificación.....	111
6.4 Objetivos de la propuesta.....	112
6.4.1 Objetivo General.....	112
6.4.2 Objetivos Específicos de la Guía Didáctica.....	113
6.5 Análisis de Factibilidad.....	113
6.6 Fundamentación Científica.....	115
Guía Didáctica de Actividades Lúdicas.....	116
Índice de la guía de actividades lúdicas.....	117
Introducción.....	118
Objetivo de la cultura física en el nivel de educación inicial.....	113
6.6.1 Actividades N° 1.....	120
Correr.....	120
Saltar.....	125
Lanzar.....	130
6.6.2 Actividades N° 2.....	136
6.6.3 Actividades N° 3.....	142
Plan de acción.....	147
Plan de evaluación.....	148
6.7 Metodología.- Modelo Operativo.....	149
6.8 Administración de la propuesta.....	150
6.9 Previsión de la Evaluación.....	150

MATERIALES DE REFERENCIA

BIBLIOGRAFÍA.....	145
LINKOGRAFÍA.....	146
ANEXOS.....	147

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1: Población y Muestra.....	65
Tabla N° 2: Operacionalización de la Variable Independiente.....	66
Tabla N° 3: Operacionalización de la variable Dependiente.....	67
Tabla N° 4: Plan para la Recolección de la información.....	69
Tabla N° 5: Pueden los niños de educación inicial caminar y correr en línea recta manteniendo el equilibrio.....	71
Tabla N° 6: Pueden los niños de educación inicial caminar de espaldas manteniendo el equilibrio.....	72
Tabla N° 7: Los niños de educación inicial pueden saltar de un pie a otro alternadamente, de manera autónoma.....	73
Tabla N° 8: Los niños de educación inicial pueden saltar en dos pies manteniendo el equilibrio.....	74
Tabla N° 9: Pueden los niños de educación inicial controlar su fuerza al ejecutar lanzamientos.....	75
Tabla N° 10: Los niños de educación inicial controlan sus posturas de equilibrio en posiciones estáticas.....	76
Tabla N° 11: Pueden los niños de educación inicial subir y bajar escaleras alternando los dos pies.....	77
Tabla N° 12: Los niños de educación inicial demuestran interés en las actividades realizadas.....	78
Tabla N° 13: Los niños de educación inicial demuestran respeto en las diferentes actividades realizadas.....	79
Tabla N° 14: Pueden los niños de educación inicial identificar situaciones de riesgo y cuidarse.....	80
Tabla N° 15: Cree usted como padre que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial.....	81
Tabla N° 16: Piensa usted como padre que el trabajo de la cultura física se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial.....	82

Tabla N° 17: Piensa usted como padre que con la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices.....	83
Tabla N° 18: Cree usted como padre de familia que la cultura física podría cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial...	84
Tabla N° 19: Usted como padre cree que un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial.....	85
Tabla N° 20: Cree usted como padre que los niños de educación inicial podrían lograr más flexibilidad en las habilidades motrices básicas mediante la cultura física.....	86
Tabla N° 21: Podrían los niños de educación inicial desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física.....	87
Tabla N° 22: Cree usted como padre que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física acrecentarán sus capacidades y habilidades físicas y motrices básicas.....	88
Tabla N° 23: Piensa usted que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física.....	89
Tabla N° 24: Usted como padre de familia está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual.....	90
Tabla N° 25: Cree usted como docente que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial.....	91
Tabla N° 26: Piensa usted como docente que el trabajo de la cultura física se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial.....	92
Tabla N° 27: Cree usted como docente que la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices.....	93
Tabla N° 28: Cree usted como docente que la cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial.....	94

Tabla N° 29: Piensa usted como docente que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial.....	95
Tabla N° 30: Considera usted como docente que los niños de educación inicial podrían lograr más flexibilidad con el desarrollo de sus habilidades motrices básicas mediante la cultura física.....	96
Tabla N° 31: Cree usted como docente que los niños de educación inicial podrían desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física.....	97
Tabla N° 32: Cree usted como docente que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física acrecentarán sus capacidades y habilidades físicas y motrices básicas.....	98
Tabla N° 33: Piensa usted como docente que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física.....	99
Tabla N° 34: Usted como docente está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual.....	100
Tabla N° 35: Combinación de Frecuencias Chi-Cuadrado.....	103
Tabla N° 36: Frecuencias Observadas encuestas a los estudiantes....	104
Tabla N° 37: Calculo Chi-Cuadrado encuestas estudiantes.....	105
Tabla N° 42: Metodología.- Modelo Operativo.....	149
Tabla N° 43: Previsión de la evaluación.....	151

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 1: Árbol de Problemas.....	7
Figura N° 2: Categorías Fundamentales.....	18
Figura N° 3: Constelación Variable Independiente.....	19
Figura N° 4: Constelación Variable Dependiente.....	20
Figura N° 5: Pueden los niños de educación inicial caminar y correr en línea recta manteniendo el equilibrio.....	71
Figura N° 6: Pueden los niños de educación inicial caminar de espaldas manteniendo el equilibrio.....	72
Figura N° 7: Los niños de educación inicial pueden saltar de un pie a otro alternadamente, de manera autónoma.....	73
Figura N° 8: Los niños de educación inicial pueden saltar en dos pies manteniendo el equilibrio.....	74
Figura N° 9: Pueden los niños de educación inicial controlar su fuerza al ejecutar lanzamientos.....	75
Figura N° 10: Los niños de educación inicial controlan sus posturas de equilibrio en posiciones estáticas.....	76
Figura N° 11: Pueden los niños de educación inicial subir y bajar escaleras alternando los dos pies.....	77
Figura N° 12: Los niños de educación inicial demuestran interés en las actividades realizadas.....	78
Figura N° 13: Los niños de educación inicial demuestran respeto en las diferentes actividades realizadas.....	79
Figura N° 14: Pueden los niños de educación inicial identificar situaciones de riesgo y cuidarse.....	80
Figura N° 15: Cree usted como padre que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial.....	81
Figura N° 16: Piensa usted como padre que el trabajo de la cultura física se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial.....	82

Figura N° 17: Piensa usted como padre que con la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices.....	83
Figura N° 18: Cree usted como padre de familia que la cultura física podría cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial.....	84
Figura N° 19: Usted como padre cree que un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial.....	85
Figura N° 20: Cree usted como padre que los niños de educación inicial podrían lograr más flexibilidad en las habilidades motrices básicas mediante la cultura física.....	86
Figura N° 21: Podrían los niños de educación inicial desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física.....	87
Figura N° 22: Cree usted como padre que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física acrecentarán sus capacidades y habilidades físicas y motrices básicas.....	88
Figura N° 23: Piensa usted que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física.....	89
Figura N° 24: Usted como padre de familia está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual.....	90
Figura N° 25: Cree usted como docente que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial.....	91
Figura N° 26: Piensa usted como docente que el trabajo de la cultura física se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial.....	92
Figura N° 27: Cree usted como docente que la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices.....	93
Figura N° 28: Cree usted como docente que la cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial.....	94

Figura N° 29: Piensa usted como docente que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial.....	95
Figura N° 30: Considera usted como docente que los niños de educación inicial podrían lograr más flexibilidad con el desarrollo de sus habilidades motrices básicas mediante la cultura física.....	96
Figura N° 31: Cree usted como docente que los niños de educación inicial podrían desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física.....	97
Figura N° 32: Cree usted como docente que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física acrecentarán sus capacidades y habilidades físicas y motrices básicas.....	98
Figura N° 33: Piensa usted como docente que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física.....	99
Figura N° 34: Usted como docente está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual.....	100
Figura N° 35: Campana de Gauss.....	104

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Tema: “LA CULTURA FÍSICA EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA CESLAO MARÍN”.

Autor: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Director: Dr. Patricio Gustavo Ortiz Ortiz, Mg.

Fecha: 02 de Abril del 2015

RESUMEN EJECUTIVO

El objetivo de la investigación, es crear e integrar una guía didáctica de actividades lúdicas para quienes laboran en el ciclo de educación inicial y de esta manera poder practicar correctamente la cultura física en las habilidades motrices en los niños de este ciclo haciendo un trabajo efectivo y dinámico evitando que exista lesiones o daños en los niños, y lo más importante dar inicio a una actividad pre-deportiva de acorde al desarrollo de sus habilidades motrices básicas mediante la cultura física, conociendo que tipos de ejercicios y como realizarlos correctamente mediante la cultura física, y así poder desarrollar en esta edad sus habilidades motrices básicas, sabiendo cómo y cuánto exigir en su desempeño , en el área de cultura física es importante la planificación para tener un adecuado desarrollo de las habilidades motrices a adquirir ya que en un movimiento mal ejecutado tendríamos que ser muy exigentes para tratar de revertir este proceso hasta que exista una correcta ejecución.

Descriptor: Desarrollo, dinámico, efectivo, ejecución, habilidades, integrar, objetivo, planificación, practicas, proceso.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CULTURA FISICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Theme: "PHYSICAL CULTURE IN MOTOR SKILLS OF PRESCHOOL EDUCATION OF CHILDREN OF EDUCATIONAL UNIT CESLAUS MARIN".

Author: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Directed by: Dr. Patricio Gustavo Ortiz Ortiz Magister

Date: April 2, 2015

EXECUTIVE SUMMARY

The research objective is to create and integrate a tutorial of leisure for those working in the initial education cycle and thus to practice physical culture properly in motor skills in children of this cycle doing effective work activities dynamic exists preventing injury or damage in children, and most importantly to begin a pre-chord sport to develop their motor skills through physical culture, knowing what types of exercises and how to perform correctly by physical culture , so you can develop at this age their basic motor skills, knowing how and how much demand on their performance in the area of physical culture matters planning to have a proper development of motor gain skills as a movement poorly executed We would have to be very demanding to try to reverse this process until there is proper implementation.

Keywords: Development, dynamic, effective, execution, skills, integrates, objective, planning, practice, process.

INTRODUCCIÓN

El informe de investigación que se ha desarrollado sobre: **LA CULTURA FÍSICA EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA CESLAO MARÍN**, es de gran importancia tanto para esta institución como para las que manejan este ciclo escolar, pues los resultados que se obtengan al aplicar estas alternativas de solución tendrá un futuro mejor en el aspecto académico y deportivo en los niños de educación inicial.

Como ente rector de la educación nacional, el ministerio de educación, comprometido con la necesidad de ofertar una educación de calidad establece diferentes parámetros para el ciclo de educación inicial que está integrado al sistema nacional de educación como parte integral de la educación de nuestros niños, el mismo que está estructurado secuencialmente y adecuadamente con el primer grado de educación general básica.

Sus contenidos metodológicos en el desarrollo de las habilidades motrices están direccionados a un esquema muy diferente de la cultura física ya que no cuentan con un plan de trabajo estructurado en esta área, muchas personas lo ven como algo positivo al igual que otras con un poco de inquietud sobre su desarrollo en los niños de estos ciclos, ya que les parece algo nuevo y muy interesante las diferentes actividades que los niños de este ciclo deberían cumplir.

Las actividades físicas en la cultura física se manejan de acorde la capacidad del estudiante, en este caso de acorde a su edad, y el desarrollo de las habilidades motrices mediante la cultura física no sería algo imposible ya que con un plan correctamente estructurado y analizado el trabajo de los niños de este ciclo vendría a ser un pilar fundamental para los diferentes ciclos tanto en lo deportivo como en lo académico.

Pienso y creo fundamentadamente que con un plan de trabajo correctamente estructurado la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices de los niños de educación inicial será una parte primordial para el desarrollo de las diferentes capacidades de estos niños, obteniendo al transcurso de su vida escolar excelentes resultados.

Siendo este de mucha ayuda tanto para los docentes de este ciclo como para los de diferentes años de educación, y porque no decirlo para los padres de familia y la sociedad en general.

El Capítulo I: El Problema.- se indica el tema, el planteamiento del problema, la contextualización acerca de la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marin de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza, el árbol de problemas, su análisis crítico, la prognosis, la formulación del problema, las interrogantes, la delimitación del objeto de investigación, la justificación, el objetivo general y objetivos específicos.

En el Capítulo II: El Marco Teórico.- Comprende, los antecedentes investigativos, la fundamentación: filosófica y legal, las categorías fundamentales, constelación de ideas de la variable independiente y dependiente, categorías de la variable independiente, categorías de la variable dependiente, hipótesis y señalamiento de variables.

El Capítulo III: La Metodología.- Sustentada en el paradigma cuantitativo, modalidad básica de la investigación, nivel o tipo de investigación, población y muestra, operacionalización de variables, matriz de operacionalización de la variable independiente y dependiente, técnicas e instrumentos para la recolección de la información, plan de recolección de la información, plan para el procesamiento y análisis de la información e interpretación de resultados.

El Capítulo IV: Análisis e Interpretación de Resultados.- Explica el análisis de resultados mediante tablas y gráficos extraídos de la aplicación de las encuestas realizadas a los estudiantes, padres de familia y docentes de la unidad educativa Ceslao Marin, con su respectiva interpretación de datos y verificación de hipótesis.

Capítulo V: Conclusiones y Recomendaciones.- Se especifica las conclusiones a las que se ha llegado mediante la investigación de campo y a la vez se plantea las recomendaciones pertinentes.

Capítulo VI: La Propuesta.- Se da a conocer una solución al problema existente, planteando una guía de actividades lúdicas para la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial con sus respectivos datos informativos, antecedentes, justificación, objetivos, análisis de factibilidad, fundamentación científica, materiales de referencia, anexos.

CAPÍTULO I

EI PROBLEMA

1.1 Tema

“LA CULTURA FÍSICA EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA CESLAO MARÍN”.

1.2 Planteamiento del Problema.

1.2.1 Contextualización

Lastimosamente en el **Ecuador** y básicamente en el sistema de educación que ha venido desarrollándose, no se ha tomado en cuenta la temática de las habilidades motrices básicas en la cultura física para los niños de edades tempranas como son los del ciclo de educación inicial o pre-escolar.

Siendo estos tan importantes en todos los procesos que el ser humano realiza a lo largo de su vida el sistema educativo que se implantó desde hace muchos años no ha tomado en cuenta estos años escolares; específicamente en el sistema de educación básica que se ha venido desarrollando en los últimos años con el incremento de nuevos ciclos formativos, como es el de educación inicial tanto en los centros de educación básica como en las unidades educativas; como parte integral del crecimiento físico y mental de los alumnos.

Los docentes especializados en el área de cultura física están llamados a trabajar y cubrir este nuevo ciclo estudiantil, tomando en cuenta la temática de las habilidades motrices básicas en la cultura física en los niños de educación inicial, algo que puede ser nuevo ya que los niños de esta edad necesitan de un trabajo muy diferente e innovador del que trabajan diariamente para el que ya se han capacitado.

Siendo este un motivo justo y necesario por lo que está en la necesidad de encontrar una manera correcta y adecuada para poder desenvolverse en el trabajo físico mediante la cultura física en este nivel.

A nivel de la provincia de **Pastaza** haciendo un diagnóstico minucioso sobre las habilidades motrices básicas mediante la cultura física en las edades tempranas como son del nivel inicial no se ha trabajado adecuadamente convirtiéndose en un problema gravitante que se va agudizando conforme pasa el tiempo y los años para los discentes en el proceso enseñanza aprendizaje.

Es necesario el poder y saber guiarse, capacitarse o instruirse para poder dar un trabajo efectivo y eficaz en estos nuevos ciclos educativos mediante la cultura física, en las habilidades motrices básicas de acorde a su edad, tratando lo menos posible errar ya que del trabajo que se realice con ellos depende el desenvolvimiento dentro de lo que se trabajaría en la cultura física en los ciclos educativos siguientes.

En los últimos años y vista la problemática que sufrían los niños y niñas de la parroquia Veracruz, en sus habilidades motrices básicas en los primeros años de vida estudiantil o escolar para que los mismos sirvan de base para el desempeño en su formación física y escolar dentro del contexto que les rodean comienza a nacer el interés sobre la cultura física, tratando de encaminar sobre quiénes son los llamados a dar aptitud a su mejoramiento o cambio sobre el mismo.

El interés por el correcto desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños y las niñas de la parroquia Veracruz, tomando en cuenta las diferentes actividades que en esta se realiza y el mal desempeño en los mismos por su falta de coordinación motriz la investigación se adentra más sobre esta temática para poder dar solución a estos problemas que vamos encontrando.

Como docente en la **Unidad Educativa Ceslao Marín** de la parroquia Veracruz, se está consciente del rol que se desempeña en la formación de los niños y niñas al realizar actividades que ayuden a la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices básicas como un medio para lograr el desarrollo humano total que están encaminados al logro de los objetivos generales y específicos de la enseñanza escolar.

Por todos estos despegues existentes entre la cultura física y en su desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza, crece la preocupación primeramente de investigar la incidencia de ésta problemática en los niños y niñas, por otro lado el interés y el compromiso de diseñar una propuesta tendiente a buscar alternativas de solución al problema detectado en estos niveles de educación como lo es el ciclo de educación inicial.

1.2.2. Árbol de Problemas

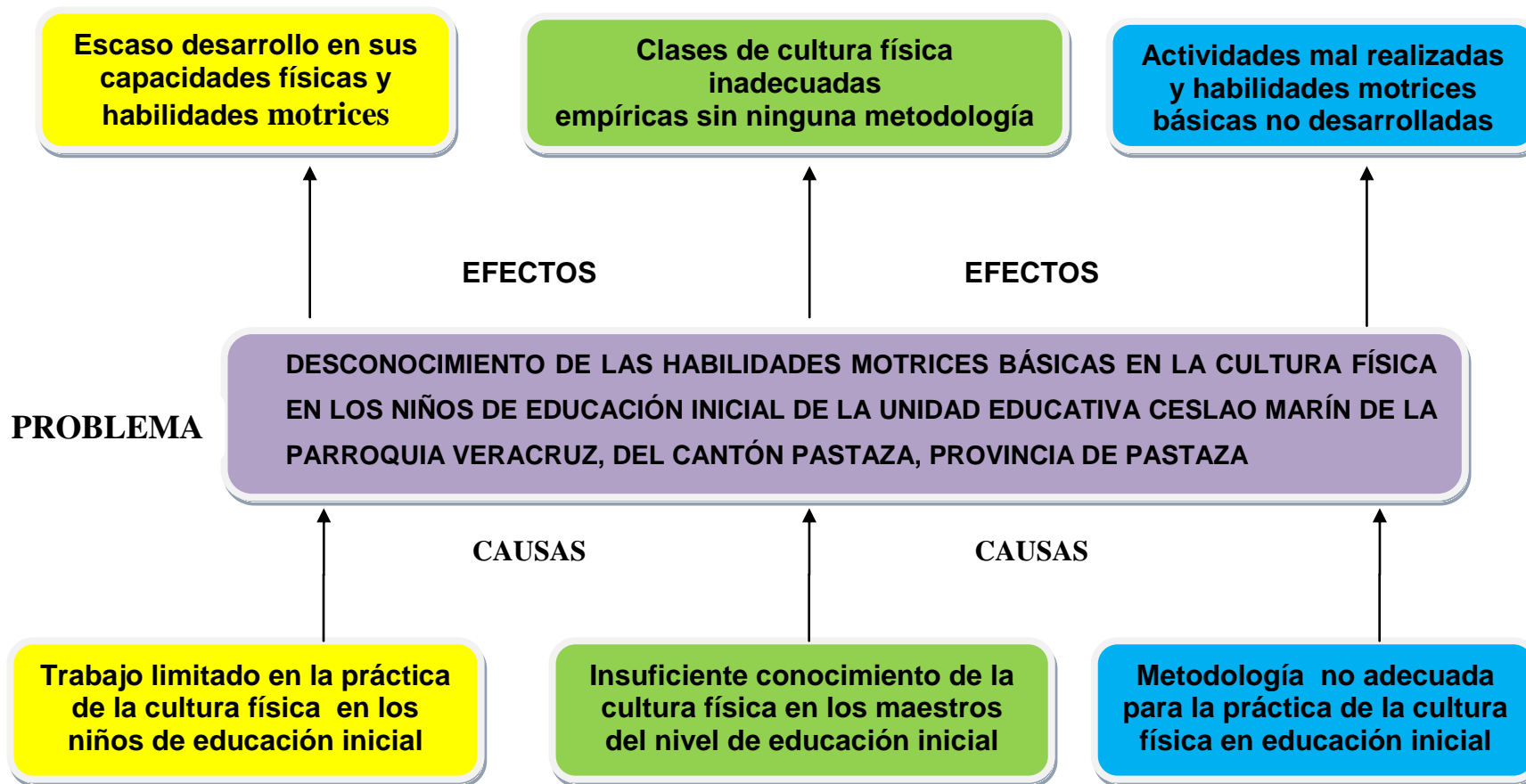


Figura N° 01 Árbol de Problemas

Elaborado por: Lcdo. Gustavo Gusqui Arroba.

Fuente: La investigación

1.2.3 Análisis Crítico

El limitado trabajo de las habilidades motrices en la cultura física de los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín, se da por el desconocimiento en los maestros de este ciclo educativo, llevando esto a que las clases de cultura física sean realizadas de una forma simple y superficial, y mientras pasa el tiempo convirtiéndose en un problema gravitante en su desenvolvimiento para los años superiores

El escaso conocimiento permite que exista un trabajo muy limitado en la práctica de la cultura física en las habilidades motrices de los niños de educación inicial, realizando un trabajo empírico sin la utilización de una metodología adecuada y acorde al nivel de educación como lo es el ciclo de educación inicial, siendo este el causal de un mínimo de sus capacidades físicas y habilidades motrices básicas.

El uso de una metodología no adecuada en la práctica de la cultura física en las habilidades motrices en el nivel de educación inicial, permite realizar un trabajo incorrecto de las actividades para su trabajo y en consecuencia obtener como resultado que los mismos no sean completamente desarrollados en los niños del ciclo de educación inicial, por tal motivo nace la necesidad de encontrar una salida a este gravitante problema.

1.2.4 Prognosis

Existe cierta apatía en realizar la clase de educación física en algunos docentes de educación preescolar, negando así un adecuado y orientado desarrollo integral del niño de edad preescolar en las habilidades motrices básicas.

De no realizarse una investigación apropiada al problema que se está ocasionando en este ciclo educativo como es el incorrecto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física, por su desconocimiento y mal desarrollo por parte de sus maestros, seguirá en aumento los educandos con deficiencias en las habilidades motrices en los ciclos superiores.

Es necesario abordar los diversos temas, donde el educador pueda proporcionar alternativas para realizar actividades dentro de dicha área de la mejor manera posible; ubicar al profesor en la problemática que se trata, para así posteriormente introducir por los antecedentes de la educación física, conceptos, características evolutivas de los niños en edad preescolar.

Si no se hace algo por realizar este cambio se tendrá un gran número de niños con problemas con sus habilidades motrices básicas, objetivos que se encuentran inmersos en el área de la cultura física, mediante sus distintas actividades que se manejan dentro de los diferentes bloques didácticos.

1.2.5 Formulación del Problema

¿Cómo incide la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza?

1.2.6 Interrogantes

- ¿Se debería implementar metodologías activas de cultura física?
- ¿Qué actividades se deberían realizar para las habilidades motrices básicas?

- ¿Se debería implementar una propuesta de cultura física para desarrollar las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial?

1.2.7 Delimitación de la Investigación

El presente proceso de investigación está dirigido a los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza del periodo lectivo 2014-2015.

1.2.7.1 Delimitación de Contenidos

Campo: Educación

Área: Deportivo

Aspecto: Cultura Física – Habilidades Motrices Básicas

1.2.7.2 Delimitación Temporal

El presente proceso de investigación se efectuó durante el periodo lectivo 2014 – 2015

1.2.7.3 Delimitación Espacial

Está dirigida a los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza

1.2.7.4 Unidades de Observación

Estudiantes de educación inicial

1.3 Justificación

En la actualidad, el Ministerio de Educación ha incorporado un nuevo ciclo estudiantil en los planteles educativos como es la de educación inicial, en el mismo que luego de una serie de observaciones se ha constatado que no se realiza un trabajo adecuado para las habilidades motrices básicas mediante la cultura física para los niños de este ciclo educativo.

Como docentes en el área de cultura física es de gran **interés** que la cultura física se maneje con este nivel en sus habilidades motrices básicas, su desenvolvimiento correcto dentro de la cultura física sería de gran ayuda tanto intelectual como físicamente para los niños de este nivel, y para un correcto desarrollo en los siguientes ciclos estudiantiles.

Considerando que el tratamiento de las habilidades motrices básicas en la cultura física en los niños de educación inicial es de suma **importancia** para el desarrollo integral de los niños de estos ciclos educativos, que con un trabajo adecuado y constante de acuerdo a su edad se obtendrá un trabajo progresivo en la ejecución de movimientos motrices coordinados.

La **factibilidad** de realizar esta investigación es porque se cuenta con el interés y el apoyo de las autoridades educativas de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, en la cual me desempeño como docente del área de Cultura Física.

El apoyo moral y económico de la comunidad educativa ha permitido seguir adelante con este tema de investigación que es de total **utilidad** y trascendencia para este nivel de esta unidad educativa como lo es el ciclo de educación inicial.

Al desarrollar las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial mediante la cultura física, los cambios y avances en el desarrollo de los estudiantes que esto accionaría causaría un gran **impacto** dentro del

contexto del nivel de educación inicial y su desarrollo motriz, permitiendo desarrollar diferentes aspectos tanto físicos como psicológicos en los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín.

Desde este punto de vista los **beneficiarios** directos de este trabajo investigativo serán todos los niños y niñas del nivel de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz del cantón Pastaza, Provincia de Pastaza, e indirectamente los docentes y padres de familia de esta institución educativa.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Considerar la cultura física en las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz del cantón Pastaza, provincia de Pastaza.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Considerar metodologías activas de la cultura física para su trabajo en los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz del cantón Pastaza, provincia de Pastaza.
- Determinar actividades que se deben realizar para las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz del cantón Pastaza.
- Diseñar una propuesta para la cultura física en las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz del cantón Pastaza, provincia de Pastaza.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes Investigativos

Luego de haber realizado la investigación respectiva en la biblioteca Universidad Técnica de Ambato directamente en la Facultad de Ciencias Humanas de la Educación.

En la cual se ha podido constatar que en los documentos que reposan en la Universidad Técnica de Ambato existen trabajos de investigación con algo de similitud en las variables que se presentan en este trabajo de investigación de:

“La cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza”

AUTOR: Lcdo. Pastuña Alvarado Segundo Geovanny

TUTOR: Dr. Manuel Hidalgo

TEMA: “IMPLEMENTACION DE UN PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES Y DESTREZAS PARA EL AREA DE CULTURA FISICA Y SU INCIDENCIA EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA ALFONSO TROYA 2008-2009”

El mismo que al final de su investigación concluye con lo siguiente:

“Con la ejecución del programa el niño desarrolla una gran gama de actividades que le han permitido mejorar los movimientos corporales, la

coordinación de los mismos que le brindan además de conocimientos y diversión un adecuado conocimiento educacional.”

“La diversidad de actividades deportivas propuestas en el programa intenta entretener al niño durante el ciclo escolar, educarlo en las buenas prácticas de higiene, salud física y mental, además de proyectarlo e inclinarlo a la práctica de alguna actividad específica.”

“El tiempo ideal para que los niños alcancen el dominio de las actividades a desarrollar es de 1 hora y 30 minutos, con los 45 minutos con los que se cuenta en la actualidad el resultado es poco alentador, ya que los niños asimilan mucho más en la práctica.”

AUTOR: Lcdo. Basantes G. Jaime Giovanni

TUTOR: Dr. Joffre Venegas

TEMA: “LA PRESENCIA DE LOS JUEGOS EN EL PROCESO ENSEÑANZA, APRENDIZAJE, DE LA CULTURA FISICA PARA MEJORAR LAS HABILIDADES Y DESTREZAS EN LOS ESTUDIANTES DEL NOVENO AÑO DE EDUCACION BASICA DEL COLEGIO “JUAN FRANCISCO MONTALVO” AÑO LECTIVO 2008-2009”

El mismo que al final de su investigación concluye con lo siguiente:

“La educación física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar cualidades básicas del hombre como una sola unidad bio-sico-social. Contribuyendo al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios, apoyándose en las demás ciencias.”

“Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior”.

“Promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás”.

Por todo lo investigado y expuesto anteriormente se considera que el tema investigativo planteado es innovador y necesario para el trabajo de la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial.

2.2 Fundamentación Filosófica

El pensamiento filosófico de esta investigación está sustentado en la práctica educativa, de esta manera, pasa a ser parte de la misma, orientando su enseñanza con el fin de forjar un individuo y una sociedad digna y coherente con la realidad actual de un mundo globalizado, forjando una educación moderna y actualizada.

El niño o niña cada día necesita ser educado, formado e instruido de una manera holística permitiéndole recibir, explorar, experimentar y transmitir nuevos conocimientos significativos, donde expresen la importancia del ser humano y su calidad como persona hacia su desarrollo biopsicosocial y cognitivo, siendo esto el reflejo de una enseñanza proactiva y dinámica sustentada por la adquisición de un conocimiento que le permita ir de la reflexión a la acción.

Dentro del desarrollo Pre-escolar o del nivel de inicial se fundamenta la teoría cognoscitiva-interaccionista de Erick Erickson y Jean Piaget, la misma que nos señala sobre la interacción del niño con un entorno físicamente estimulante, saludable y seguro, siendo estos muy

determinantes en el proceso de su enseñanza, siendo el propio niño quien domine ese ambiente mediante su interacción con el mismo, y así esta experiencia lo prepara para pensar y tomar decisiones ante el mundo cambiante que lo rodea.

Esta investigación se basa fundamentalmente en la idea de que los niños y niñas puedan desarrollarse con una misma secuencia, tomando como referencia la filosofía pragmática de Dewey John quien sostiene que el proceso educativo debe enriquecer la interacción natural del niño con su medio ambiente, y lo que lo rodea.

El enfoque de la cultura física en estos ciclos, estará dirigido hacia las actividades físicas en lo que es el desarrollo de la educación física, permitiéndonos mediante esta fomentar el respeto y solidaridad, proponiendo actividades lúdicas de colectividad e individualidad donde se proponga valores de honestidad y compañerismo.

Permitiendo proponer así un enfoque moderno a sus diferentes acciones de cooperación y de integración, antes que lo competitivo, encaminándonos a lo que se llamaría actividades pre deportivas, mediante sus propias vivencias y acciones dentro de las actividades realizadas.

La fundamentación axiológica, está basada en la ciencia de los valores que integran el saber con la forma de actuar, permitiendo así el desarrollo de la personalidad de cada estudiante, determinando su autoconciencia por cada uno de sus actos, en sí mismo y con la sociedad en la que este se desenvuelve.

Esto es un proceso complejo que reproduce su realidad y la corrige mediante los procesos educativos; siendo estos actos disciplinarios para el mejor desarrollo personal y educativo del estudiante.

2.3 Fundamentación Legal

Ley del Deporte, educación física y recreación

Publicado en el Suplemento del Reg. Oficial N° 255

Que, de acuerdo a lo establecido en el artículo 381 de la Constitución de la República

El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas, impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los y las deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

Art. 3 De la práctica del deporte, educación física y recreación

La práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Estas prácticas serán protegidas por todas las Funciones del Estado.

Art. 11 De la práctica del deporte, educación física y recreación

Es derecho de las y los ciudadanos practicar deporte, realizar educación física y acceder a la recreación, sin discrimen alguno de acuerdo a la Constitución de la República y la presente ley.

2.4 Categorías Fundamentales

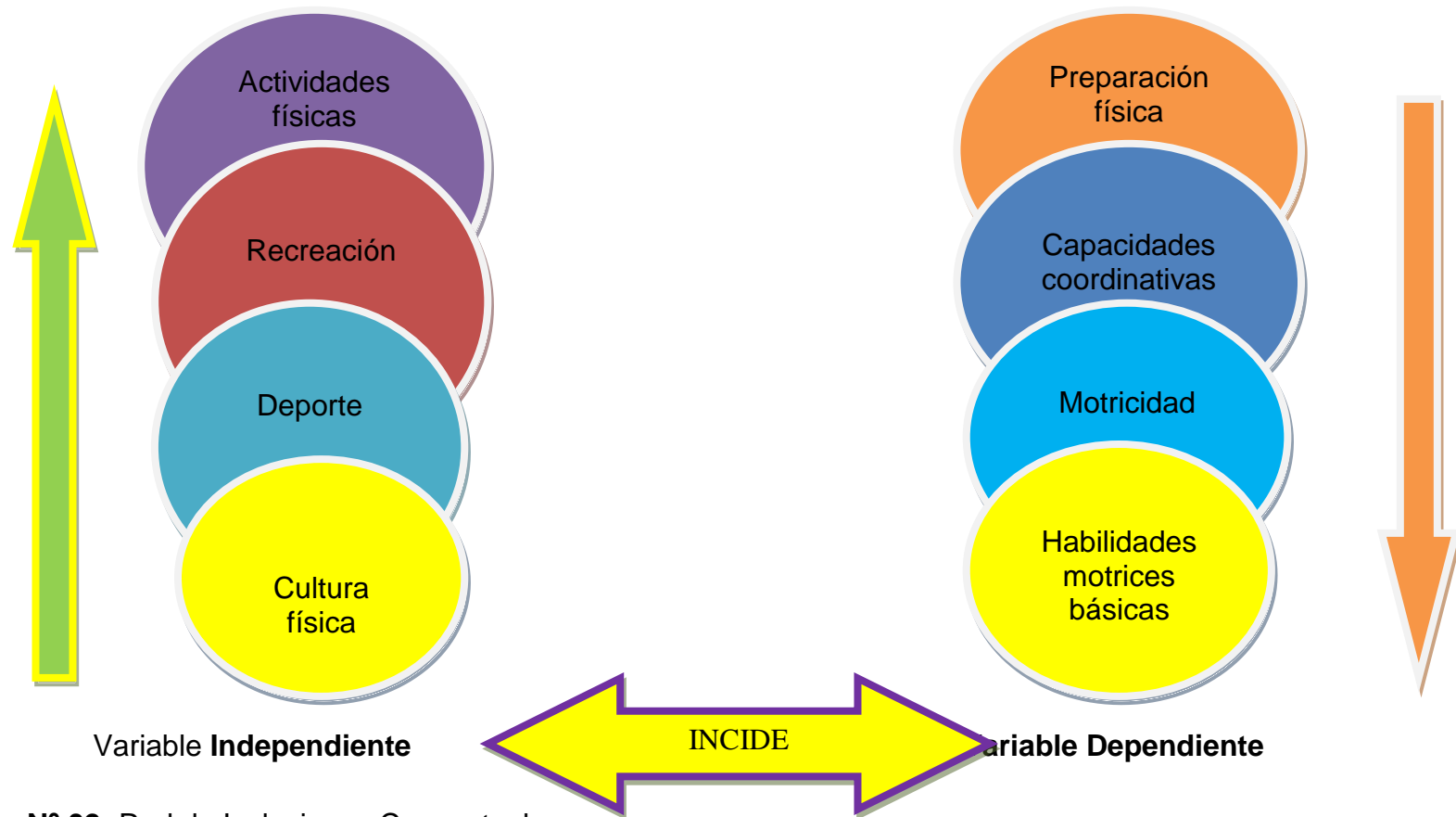


Figura N° 02: Red de Inclusiones Conceptuales
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba
Fuente: La Investigación

2.4.1 Constelación de Ideas: Variable Independiente: Cultura Física

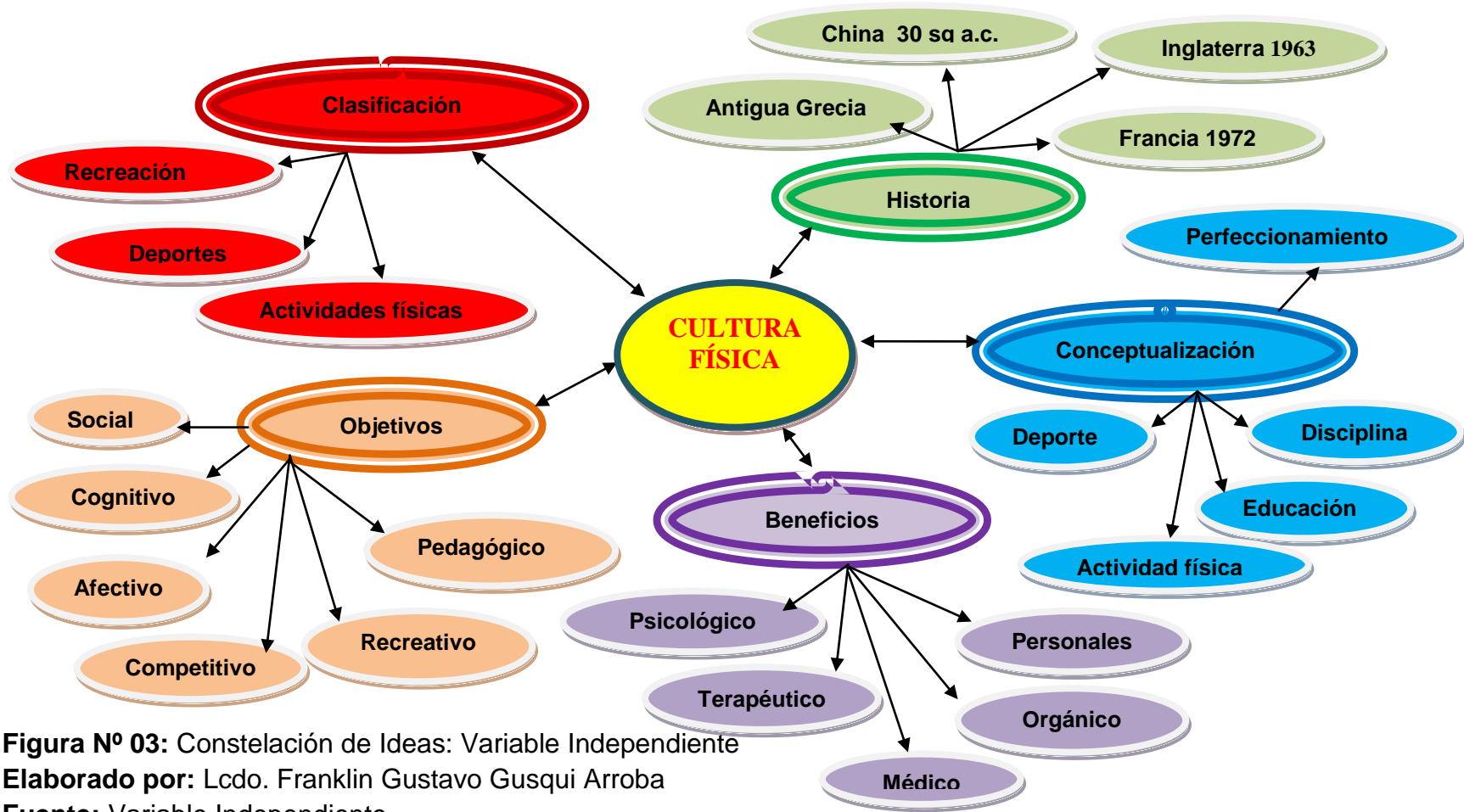


Figura N° 03: Constelación de Ideas: Variable Independiente

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Fuente: Variable Independiente

2.4.2 Constelación de Ideas: Variable Dependiente: Habilidades Motrices Básicas

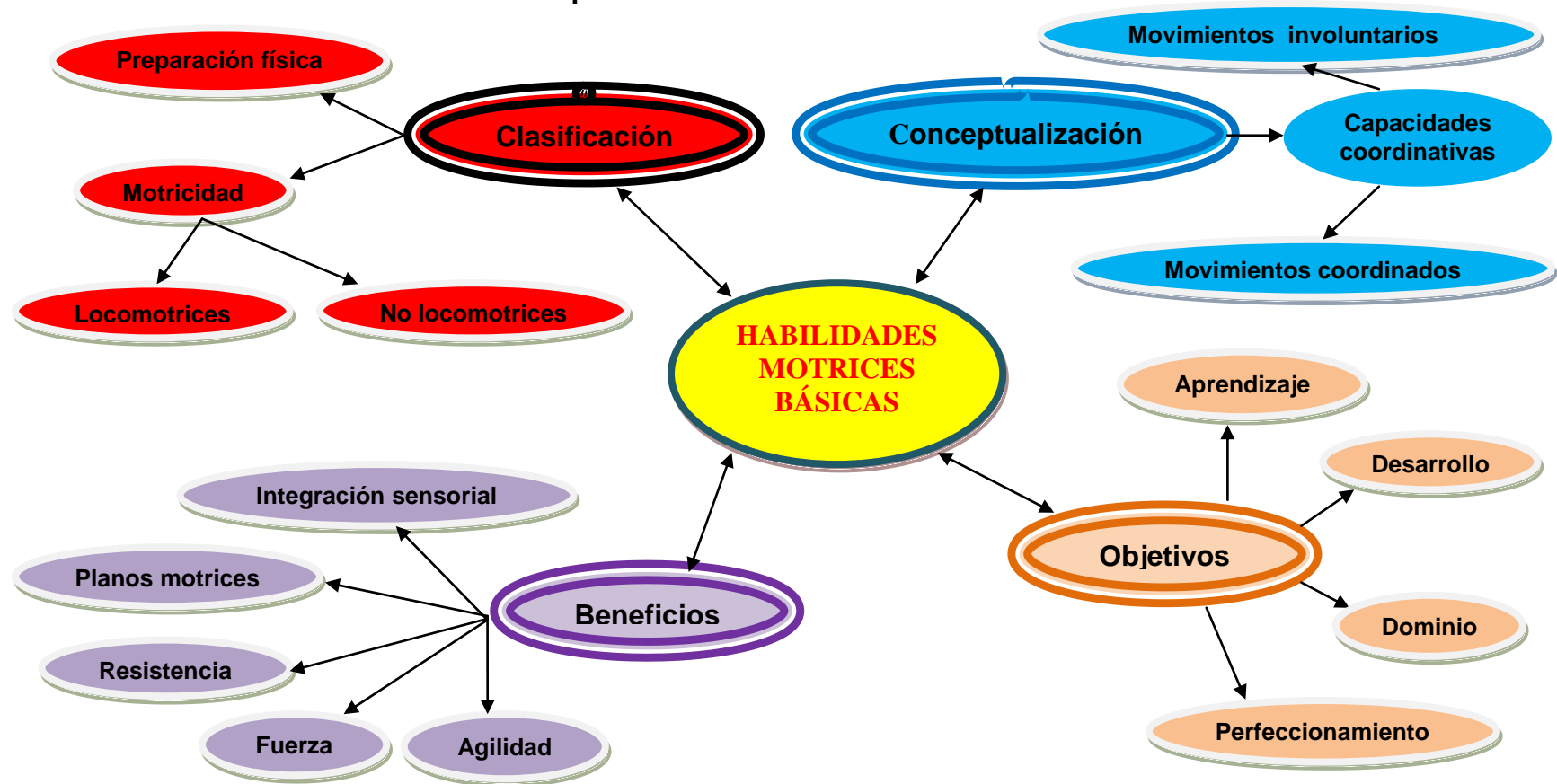


Figura N° 04: Constelación de Ideas: Variable Dependiente

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Fuente: Variable dependiente

2.4.3 Categorías Fundamentales de la Variable Independiente

2.4.3.1 Actividad Física

Serramano LI. (2011). Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía, se ha observado que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial es del 6% de las muertes registradas en todo el mundo.

La actividad física, no debe confundirse con el ejercicio, ya que este es una variedad de actividad física planificada, estructurada, repetitiva y realizada con un objetivo relacionado con la mejora o el mantenimiento de uno o más componentes de la aptitud física.

La actividad física abarca el ejercicio, pero también otras actividades que entrañan movimiento corporal y se realizan como parte de los momentos de juego, del trabajo, de formas de transporte activas, de las tareas domésticas y de actividades recreativas.

Aumentar el nivel de actividad física es una necesidad social, no solo individual. Por lo tanto, exige una perspectiva poblacional, multisectorial, multidisciplinaria, y culturalmente idónea, además debe tomarse la práctica de la actividad física en forma sistemática y regular.

Debe tomarse como un elemento significativo en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, mejoraría de la posición corporal por el fortalecimiento de los músculos lumbares, prevención de enfermedades como la diabetes, la hipertensión arterial, lumbalgias, etc.

En general, los beneficios de la actividad física se pueden ver en los siguientes aspectos:

- **A nivel orgánico**, aumenta la elasticidad y movilidad articular. Mayor coordinación, habilidad y capacidad de reacción. Ganancia muscular la cual se traduce en el aumento del metabolismo, que a su vez produce una disminución de la grasa corporal (prevención de la obesidad y sus consecuencias). Aumento de la resistencia a la fatiga corporal (cansancio).
- **A nivel cardíaco**, se aprecia un aumento de la resistencia orgánica, mejoría de la circulación, regulación del pulso y disminución de la presión arterial.
- **A nivel pulmonar**, se aprecia mejoría de la capacidad pulmonar y consiguiente oxigenación. Aumenta su capacidad, el funcionamiento de alvéolos pulmonares y el intercambio de la presión arterial, mejora la eficiencia del funcionamiento del corazón y disminuye el riesgo de arritmias cardíacas (ritmo irregular del corazón).
- **A nivel metabólico**, disminuye la producción de ácido láctico, la concentración de triglicéridos, colesterol bueno y malo, ayuda a disminuir y mantener un peso corporal saludable, normaliza la tolerancia a la glucosa (azúcar), aumenta la capacidad de utilización de grasas como fuente de energía, el consumo de calorías, la concentración de colesterol bueno y mejora el funcionamiento de la insulina.
- **A nivel de la sangre**, reduce la coagulabilidad de la sangre.
- **A nivel neuro-endocrino**, se producen endorfinas (hormonas ligadas a la sensación de bienestar), disminuye la producción de adrenalina, aumenta la producción de sudor y la tolerancia a los ambientes cálidos.
- **A nivel del sistema nervioso**, mejora el tono muscular, los reflejos y la coordinación muscular.

- **A nivel gastrointestinal**, mejora el funcionamiento intestinal y ayuda a prevenir el cáncer de colon.
- **A nivel osteomuscular**, incrementa la fuerza, el número de terminaciones sanguíneas en el músculo esquelético, mejora la estructura, función y estabilidad de ligamentos, tendones, articulaciones y mejora la postura. Desarrollo de la fuerza muscular que a su vez condiciona un aumento de la fuerza ósea con lo cual se previene la osteoporosis.
- **A nivel psíquico**, mejora la autoestima de la persona, incrementa la capacidad de fuerza de voluntad y de autocontrol, mejora la memoria, estimula la creatividad y la capacidad afectiva, disminuye la ansiedad, el estrés, la agresividad y la depresión.

El sedentarismo físico: Hoy en día muy frecuente en la sociedad y constituye un factor de riesgo para una amplia lista de enfermedades, se lo ha definido como carencia de actividad física de moderada a intensa. La falta de actividad física trae como consecuencia además:

- El aumento de peso corporal por un desequilibrio entre el ingreso y el gasto de calorías, que puede alcanzar niveles catalogados como obesidad.
- Disminución de la elasticidad y movilidad articular, hipotrofia muscular, disminución de la habilidad y capacidad de reacción.
- Ralentización de la circulación con la consiguiente sensación de pesadez y edemas, y desarrollo de dilataciones venosas (varices).
- Dolor lumbar y lesiones del sistema de soporte, mala postura, debido al poco desarrollo del tono de las respectivas masas musculares.
- Tendencia a enfermedades crónicas degenerativas como la hipertensión arterial, diabetes y síndrome metabólico.

- Sensación frecuente de cansancio, desánimo, malestar, poca autoestima relacionada con la imagen corporal, etc., lo que les impide realizar funciones básicas como respirar, dormir, caminar y jugar.
- Disminuye el nivel de concentración.
- Alteraciones en el sistema nervioso alcanzando algunas irreversibles.
- La economía familiar empieza a ser afectada, debido a que, una persona con estos padecimientos invierte entre el 25% y el 30% de su ingreso económico en el tratamiento y manejo de su enfermedad.

El ejercicio físico regular: Contribuye a combatir todos estos factores y más aún, al actuar directamente sobre el corazón y los vasos sanguíneos, es uno de los elementos más eficaces para prevenir la aparición y la progresión de la enfermedad. Vidal J. (1998).

En las personas que ya han sufrido una enfermedad cardíaca, se ha comprobado que el ejercicio colabora en el tratamiento, mejorando la calidad y cantidad de años vividos. Vidal J. (1998).

Los beneficios del ejercicio físico: Se han comprobado efectos beneficiosos del ejercicio sobre la conservación de la densidad de los huesos con un alto impacto en la prevención de la osteoporosis, diferentes dolores articulares y musculares se ven aliviados por sesiones especiales de ejercicios y la vida activa previniendo la aparición de este tipo de molestias. Vidal J. (1998).

Corazón

- Disminuye la frecuencia cardíaca de reposo y, cuando se hace un esfuerzo, aumenta la cantidad de sangre que expulsa el corazón en cada latido. De esta manera la eficiencia cardíaca es mayor "gastando" menos energía para trabajar.

- Estimula la circulación dentro del músculo cardíaco favoreciendo la alimentación del corazón.

Sistema circulatorio

- Contribuye a la reducción de la presión arterial.
- Aumenta la circulación en todos los músculos.
- Disminuye la formación de coágulos dentro de las arterias con lo que se previene la aparición de infartos y de trombosis cerebrales.
- Mejora el funcionamiento venoso previniendo la aparición de varices.

Metabolismo

- Aumenta la capacidad de aprovechamiento del oxígeno.
- Aumenta la actividad de las enzimas musculares, permitiendo un mejor metabolismo del músculo y por ende una menor necesidad de exigencia de trabajo cardíaco.
- Aumenta el consumo de grasas durante la actividad con lo que contribuye a la pérdida de peso.
- Mejora la tolerancia a la glucosa mejorando el tratamiento de la diabetes.
- Colabora en el mantenimiento de una vida sexual plena.
- Mejora la respuesta inmunológica ante infecciones o agresiones de distinto tipo.

Aspectos psicológicos

- Aumenta la sensación de bienestar y disminuye el estrés mental.
- Disminuye el grado de agresividad, ira, ansiedad, angustia y depresión.
- Disminuye la sensación de fatiga.

Aparato locomotor

- Aumenta la elasticidad muscular y articular.

- Incrementa la fuerza y resistencia de los músculos.
- Previene la aparición de osteoporosis.
- Previene el deterioro muscular producido por los años.
- Facilita los movimientos de la vida diaria.
- Contribuye a la mayor independencia de las personas mayores.

2.4.3.2 Recreación

Cabrera P. (2001). El concepto de recreación se entiende que desde el principio, hombres y mujeres han estado sujetos a diversos tipos de presiones que con el tiempo crean cansancio y por ende, desánimo.

Es por ello que las personas han buscado maneras de escapar de las presiones del diario vivir y darse espacios en los que puedan descansar y disfrutar.

Además, recrear significa divertir, alegrar o deleitar, y en términos populares a esta diversión también se los llama entretención; que según esa definición, recrearse necesariamente debe incluir la diversión o el pasarlo bien, con el objetivo de distraerse de las exigencias, especialmente laborales y así conseguir un alivio necesario para conllevar nuevamente, otra etapa de responsabilidades, con energías renovadas que permitirán un mejor resultado de ellas.

Finalmente, es importante saber que la recreación es voluntaria, ya que cada persona es diferente y por ende, se recrea como considere necesario. Por eso también se dice que las actividades recreativas son tan numerosas como los intereses de los seres humanos.

Algunas de las áreas de la recreación son: la difusión, el arte, la cultura, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras.

Tipos de Recreación

La Recreación Activa: Esta implica una acción, de la persona que mientras presta unos servicios disfruta de los mismos. Cabrera P. (2001).

La Recreación Pasiva: Es cuando el individuo recibe la recreación sin cooperar en ella, porque disfruta de la recreación sin oponer resistencia a ella. Cabrera P. (2001).

Juegos: Estos juegos pueden ser desarrollados en cada uno de los deportes individuales y colectivos. Entre estos juegos existen los tradicionales, el pre deportivo, los intelectuales y los sociales.

Expresión Cultural y Social: Se encargan de la elaboración de objetivos creativos, representaciones y organización de equipos a través de los clubes deportivos y recreativos. Estos tienen el fin de organizar, planificar y dirigir la ejecución de una actividad deportiva o recreativa determinada de acuerdo a sus fines y objetivos. Cabrera P. (2001).

Vida al aire libre: Son aquellas actividades que se desarrollan en un medio natural, permitiendo la integración del individuo con la naturaleza, preservando los recursos naturales y haciendo buen uso del tiempo libre.

Sus características son: Conocimiento sobre parques naturales, parques recreacionales y monumentos naturales, arreglo del morral y carpas, conservación y reforestación, conocimiento de las características y equipos para excursiones y campamentos. Cabrera P. (2001).

Características:

- Son actividades libres, espontáneas y naturales
- Es universal.

- Se realiza generalmente en el llamado tiempo libre.
- Produce satisfacción y agrado.
- Ofrece oportunidades para el descanso y compensación.
- Ofrece oportunidades de creación y expresión.
- Es por naturaleza seria y requiere concentración del participante.
- Es un estado de expresión creativa.
- Es constructiva y benéfica para el individuo y la sociedad.
- Algunas veces puede proporcionar beneficios económicos.

Importancia de la Recreación

- Mantiene el equilibrio entre la rutina diaria y las actividades placenteras, para evitar la muerte prematura de la juventud.
- Enriquece la vida de la gente.
- Contribuye a la dicha humana.
- Contribuye al desarrollo y bienestar físico.
- Es disciplina.
- Es identidad y expresión.
- Como valor grupal, subordina intereses egoístas.
- Fomenta cualidades cívicas.
- Previene la delincuencia.
- Es cooperación, lealtad y compañerismo.
- Educa a la sociedad para el buen uso del tiempo libre.
- Proporciona un medio aceptable de expresión recreativa.

Principios de la Recreación

- Proporcionar a todos los niños la oportunidad de realizar actividades que favorezcan su desarrollo (trepar, saltar, correr, bailar, cantar, modelar, construir, dramatizar, hacer manualidades, etc.).

- Todo niño necesita descubrir qué actividades le brindan satisfacciones personales y debe ser ayudado para adquirir sus destrezas y capacidades.
- El juego feliz de la infancia es esencial para el crecimiento normal
- Una forma de satisfacción recreativa es la de cooperar como ciudadano en la construcción de una mejor forma de vida.
- El descanso, el reposo y la reflexión son formas de recreación que no deben ser reemplazadas por otras formas activas
- Toda persona debe saber algunas canciones para que pueda cantar cuando tenga deseo.
- Es necesaria la acción colectiva para dar oportunidad a niños hombres y mujeres de vivir ese aspecto de la vida.
- Las formas de recreación del adulto deben permitirle emplear aquellas facultades que no utiliza en las demás esferas de su actividad o diario vivir.

Valor Educativo de la Recreación

- Como valor educativo, establece conjunto de valores que contribuye a la formación del individuo.
- Pone sus recursos en favor del educando, para la correlación de las áreas intelectuales.
- Permite el desarrollo integral de la persona.
- Integra la persona a la comunidad.
- Permite la transmisión de la herencia cultural.
- Se logra a través de aficiones y el afianzamiento de valores intelectuales, estéticos, éticos y morales.
- Fomenta el uso constructivo del tiempo libre.
- Adapta socialmente al niño.
- Autodisciplina al educando.
- Da oportunidad para practicar situaciones de mando.

Instrumentos de la Recreación

- Artes plásticas.
- Artes escénicas.
- Artes musicales.
- La comunicación.
- Educación Física y Deportes.

Artes Plásticas: Contribuyen al desarrollo integral del niño por cuanto despiertan en él, el aprecio por el arte, su capacidad de análisis, la crítica constructiva; y al mismo tiempo desarrollan el gusto estético a través de la observación provocando la recreación de sus sentidos sobre un tema que sienta y viva. Cabrera P. (2001).

El papel del maestro consiste en estimular la observación, proveer de experiencias enriquecedoras, no enseñar técnicas, no imponer modelos, recordar que toda expresión gráfica representa la individualidad de su autor, un niño creativo que ha desarrollado su propia forma de expresión, será al mismo tiempo un individuo analítico, capaz de juzgar sus propios trabajos y los de sus compañeros, en forma sana.

Artes Escénicas: Por su carácter mágico, los Títeres deben ser un eslabón del mundo lúdico del niño. Por su carácter didáctico, los títeres deben ser una herramienta pedagógica en el aula, en el patio de recreo y en todo el proceso enseñanza aprendizaje. Cabrera P. (2001).

Cuando el niño observa una historieta contada con títeres, se apropia de los personajes, les grita, los engaña, les pregunta, en fin participa de la trama a la par con los personajes, formando en ocasiones parte principal de una escena creada e imaginada por sí mismos.

Los títeres le permiten al hombre convivir con lo irreal, la fantasía, el goce y la risa son tan imprescindibles como la ciencia, el arte y el trabajo. La vida sería aburrida si le faltase el placer, la recreación como ingrediente fundamental.

Las Artes Musicales

- **Ambientación:** efectos sonoros, voces cantos.
- **Las artes literarias:** Guion, Textos.
- **Las artes del movimiento:** Danzas, coreografía, títeres, actuación.

La Comunicación: Es una solución al problema humano de supervivir, dramatizaciones, representaciones, versos, poesías, lecturas metódicas, gesticulaciones, etc., son muy usuales en medios rurales a diferencia de los recursos disponibles en algunos sectores urbanos.

Televisión y Radio, son medios que cotidianamente idiotizan la audiencia por sus contenidos ajenos a la realidad social. Se elabora un cuestionario que han de contestar oralmente en clase. Este mismo procedimiento se usa con programas radiales, reportajes, informes, etc.

Así se suple una necesidad de entretenimiento visual y propio de los últimos tiempos a la vez que se neutraliza, en parte, la inclinación de los programa-dores de menospreciar la inteligencia de los televidentes.

Periódicos, es un término que abarca una amplia gama de publicaciones. El más común de los periódicos es el de tipo tinta y papel, en escuelas o colegios hay dos tipos básicos: periódico mural y periódico volante.

El objeto de su existiendo es informar, la iniciativa, creatividad, inducción del mayor número de colaboradores y la búsqueda de bajos costos son parte del éxito.

Actividades Físicas y Deportivas: Dentro del área de la recreación se encuentra una serie de actividades físicas que permiten que el individuo se exprese en forma natural como ser humano en cuanto al movimiento libre y creativo.

Se sabe que la comunicación tiene un centro de expresión que es el lenguaje que puede ser oral, escrito o expresivo corporal y de acuerdo al área de las actividades físicas. Básicamente se deberá usar un lenguaje expresivo-corporal.

Las actividades como los juegos o deportes de conjunto en pequeños grupos pueden ser desarrollados tanto en los salones de clase, como en campo laboral abierto al aire libre, para promover en esta forma la interrelación individuo-naturaleza en la ejecución de actividades de contacto físico formal o contacto creativo haciendo uso de los elementos del medio. Lleixa T. (2003).

Características

- Son actividades que promueven la espontaneidad y la creatividad.
- Dirigidas normalmente por un director de juego o deporte
- Formativos en cuanto a la disciplina y a la integración grupal.
- Presentan la oportunidad de descansar interactuando con la naturaleza.
- Permite valorar el verdadero uso de los elementos de la naturaleza.
- Pueden ser realizados en cualquier zona de prado aun cuando sea pequeña.
- Ofrece la oportunidad al niño para iniciarse en actividades físico-recreativas, que más tarde le pueden ayudar a llenar las horas libres en su vida adulta.

Los Beneficios de la Recreación: La recreación es un derecho humano básico, como son la educación, el trabajo y la salud, nadie debe verse privado de este derecho por razones de género, orientación sexual, edad, raza, credo, estado de salud, discapacidad o condición económica.

El desarrollo del ocio se facilita a través de la provisión de las condiciones de vida básicas como la seguridad, el cobijo, los ingresos, la educación, los recursos sostenibles, la equidad y la justicia social.

2.4.3.3 Deporte

El término deporte comienza a popularizarse a fines del Siglo XIX, sobre todo con la aparición de los Juegos Olímpicos de la Era Moderna. También se han desarrollado un conjunto de deportes adaptados para personas con necesidades educativas especiales. Mec. Cne. (2002)

En el latín donde se puede encontrar el origen etimológico de la palabra deporte y en concreto se halla en el verbo deportare que puede traducirse como deportar. Viéndolo así cuesta entender que tienen en común dicho verbo y el concepto, sin embargo, la evolución será la que determine la conexión. Mec. Cne. (2002)

Para los romanos aquella citada forma verbal tenía dos significados, por un lado el de transportar y por otro el que hacía referencia a una celebraciones de tipo triunfal, en las que los generales rendían honores a Júpiter y llevaban una corona de laurel. Jiménez L. (1994).

Partiendo de todo ello, el concepto deportare que se utilizaba también como sinónimo de sacar algo, de llevarlo lejos, fue evolucionando como salir al campo, respirar aire fresco y hacer ejercicio; el deporte es toda aquella actividad física que involucra una serie de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o área determinada, a menudo asociada a la competitividad deportiva.

Por lo general debe estar institucionalizado (federaciones, clubes), ya que requiere competición con uno mismo o con los demás. Como término solitario, el deporte se refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física pulmonar del competidor es la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder); sin embargo, también se reconocen como deportes actividades competitivas que combinen tanto físico como intelecto, y no sólo una de ellas. Cavaria X. (1993)

Frecuentemente se confunden los términos deporte y actividad física, en realidad no significan exactamente lo mismo. La diferencia radica en el carácter competitivo del primero, en contra del mero hecho de la práctica de la segunda.

La palabra deporte, es utilizada para señalar una actividad que provee a sus practicantes de salud física.

Historia del Deporte: Existen utensilios y estructuras que sugieren que los chinos realizaron actividades deportivas ya en el año 4000 a. C. La gimnasia parece haber sido un popular deporte en la Antigua China.

Los monumentos a los Faraones indican que una cierta cantidad de deportes, incluyendo la natación y la pesca, fueron ya diseñados y regulados hace miles de años en el Antiguo Egipto. Otros deportes egipcios incluyen el lanzamiento de jabalina, el salto de altura y la lucha.

Una amplia variedad de deportes estaban ya establecidos en la época de la Antigua Grecia, y la cultura militar y el desarrollo de los deportes en Grecia se influyeron mutuamente. Los deportes se convirtieron en una parte tan importante de su cultura que los griegos crearon los Juegos Olímpicos, una competición que se disputó desde el año 776 a. C. hasta el año 394 d. C. cada cuatro años en Olimpia, una pequeña población en el Peloponeso griego.

Los deportes han visto aumentada su capacidad de organización y regulación desde los tiempos de la Antigua Grecia hasta la actualidad. La industrialización ha incrementado el tiempo de ocio de los ciudadanos en los países desarrollados, conduciendo a una mayor dedicación del tiempo a ver competiciones deportivas y más participación en actividades deportivas, facilitada por una mayor accesibilidad a instalaciones deportivas. Córdova E. (2003).

La profesionalidad en el deporte se convirtió en algo común conforme aumentaba la popularidad de los deportes y el número de aficionados que seguían las hazañas de los atletas profesionales a través de los medios de información. En la actualidad muchas personas hacen ejercicio para mejorar su salud y modo de vida; el deporte se considera una actividad saludable que ayuda a mantenerse en forma psicológica y físicamente, especialmente en la tercera edad. Córdova E. (2003).

Profesionalidad del Deporte: Esta evolución conduce a un aumento de la competitividad, dado que la lucha por la victoria adquiere otro significado al incluirse también el apartado económico. Este aumento, así mismo, lleva a la aparición de un importante lado negativo de la profesionalidad, incluyendo el uso de diversas argucias o trampas como la práctica del dopaje por parte de los deportistas.

Arte físico dentro del Deporte: Los deportes comparten un alto grado de afinidad con el arte, similar a una visión común de la estética, que contempla los objetos más allá de su utilidad. Por ejemplo, valorar un coche no por llevarnos de un sitio a otro, sino por su forma, figura, etc. Del mismo modo, una actividad deportiva como el salto no se valora solo como un modo efectivo de evitar obstáculos; también cuentan la habilidad, la destreza y el estilo.

Tecnología en el Deporte: Las ganas de jugar interpretan un importante papel en el deporte, bien aplicada a la salud del atleta, a la técnica o a su equipamiento.

Salud en el Deporte: La tecnología se encuentra presente desde la nutrición hasta el tratamiento de lesiones, incrementando el potencial del deportista.

Equipamiento en el Deporte: En ciertas categorías deportivas, el deportista se vale de diverso instrumental para llevar a cabo la actividad.

Todos ellos han visto cómo sus características han ido variando con el paso de los años para mejorar el rendimiento deportivo, alterándose factores como la dureza o el peso de los mismos.

Asimismo, en algunos deportes de contacto físico se hace necesario el uso de equipo protector por parte del deportista. Estas protecciones también han ido evolucionando con el paso de los años y la propia evolución de la tecnología, dirigiéndose hacia elementos más cómodos y seguros para la práctica deportiva. Córdova E. (2003).

Deporte y Sociedad: El deporte tiene una gran influencia en la sociedad; destaca de manera notable su importancia en la cultura y en la construcción de la identidad nacional. En el ámbito práctico, el deporte tiene efectos tangibles y predominantemente positivos en las esferas de la educación, la economía y la salud pública.

En el terreno educativo, el deporte juega un papel de transmisión de valores a niños, adolescentes e incluso adultos. En conjunción con la actividad física se inculcan valores de respeto, responsabilidad, compromiso y dedicación, entre otros, sirviendo a un proceso de

socialización y de involucración con las mejoras de las estructuras y actitudes sociales.

El deporte contribuye a establecer relaciones sociales entre diferentes personas y diferentes culturas y así contribuye a inculcar la noción de respeto hacia los otros, enseñando cómo competir constructivamente, sin hacer del antagonismo un fin en sí. Otro valor social importante en el deporte es el aprendizaje de cómo ganar y cómo saber reconocer la derrota sin sacrificar las metas y objetivos.

La práctica del deporte eleva también el bienestar y la calidad de vida de la sociedad por los efectos beneficiosos de la actividad física, tanto para la salud corporal como la emocional, este aspecto del deporte puede tener efectos negativos, como estallidos de violencia durante o tras las competiciones. Por otro lado, el deporte es considerado como un medio para disminuir la violencia y delincuencia en la sociedad.

Subcategorías:

Esta categoría incluye las siguientes 27 subcategorías:

- Deportes por país
- Asociaciones deportivas
- Deportes acuáticos
- Deportes aeronáuticos
- Deportes con animales
- Deportes de aventura
- Deportes de carrera
- Deportes de deslizamiento
- Deportes de equipo
- Deportes de fuerza
- Deportes de invierno
- Deportes de lanzamiento

- Deportes de lucha
- Deportes de montaña
- Deportes de motor
- Deportes de pelota
- Deportes de playa
- Deportes de raqueta y paleta
- Deportes de tiro
- Deportes extremos
- Deportes individuales
- Deportes mentales
- Deportes olímpicos
- Deportes paralímpicos
- Deportes electrónicos
- Literatura deportiva
- Variantes de deportes

2.4.3.4 Cultura Física

Muñoz A. (2002). El hombre desde su origen ha tenido que desarrollar sus acciones motrices, las cuales se condicionaron por un motivo u otro, realizando una mejor apreciación por el simple aspecto de supervivencia, marcando de una manera decisiva la necesidad de transformarse de nómadas a sedentarios y así inició un camino histórico al de la cultura física.

Muñoz A. (2002). Para poder entender a la cultura física y su importancia en la evolución del hombre, tenemos que concebirla desde sus inicios como toda forma de expresión corporal, la cual al transcurrir el tiempo se llamó gimnástica, educación corporal, psicomotricidad, educación física, deporte, etc.

Podemos encontrarnos con diferentes temas como:

- La actividad física en la época primitiva
- La cultura física en distintas épocas
- La edad moderna y la cultura física
- Historia de la cultura física en México
- Juegos Olímpicos modernos
- Juegos Centroamericanos y del Caribe
- Juegos Panamericanos
- Cronología de 1951 a 1999
- Historia de los Juegos Paralímpicos

El concepto cultura física es interpretado, en el sentido más amplio, como “componente de la cultura universal que sintetiza las categorías, las legitimidades, las instituciones y los bienes materiales creados para la valoración del ejercicio físico con el fin de perfeccionar el potencial biológico e implícitamente espiritual del hombre”. (Diccionario Enciclopédico Estudiantil Océano)

Las ciencias de la cultura física y el deporte pueden ser entendidas, como una región de conocimiento científico dentro del amplio mundo de la ciencia, integrada por un conjunto de ciencias disciplinares, factuales y práctica, construidas en interrelación con otras áreas o ramas del saber, dedicadas al estudio e investigación de hechos, fenómenos, actos y procesos, desde configuraciones disciplinares, multidisciplinares e interdisciplinares, de la actividad física, la educación física y el deporte.

Una diferencia esencial entre educación física y deportes, y cultura física y actividad física, es que los dos primeros se concretan en un hecho y acto educativo propio: la clase de educación física y la sesión de entrenamiento deportivo o clase de deporte, mientras que los segundos, representan una noción que permite abarcar a los primeros e incorporar otras esferas científicas y de actuación profesional. Luz A. (2001).

Educación física y deporte, representa los dos pilares básicos dentro de las ciencias de la cultura física y el deporte y ciencias de la actividad física y del deporte, resultando evidente que la denominación de este campo científico como ciencias de la educación física y el deporte permite argumentar, con mayor claridad, la existencia real, desde sus orígenes, de esta región de conocimiento científico dentro del mundo de la ciencia.

Ciencias de la cultura física y el deporte y ciencias de la actividad física y el deporte pueden ser entendidas en su interrelación e integración con la primera, pues queda expresado que la educación física, representa la plataforma prácticas e interpretativa sobre la cual se han erigido éstas, incluido el deporte. Luz A. (2001).

La Cultura Física, más conocida como Educación, es una disciplina de tipo pedagógica que se centra en el movimiento corporal para luego desarrollar de manera integral y armónica las capacidades físicas, afectivas y cognitivas de las personas con la misión de mejorar la calidad de vida de las mismas en los diferentes aspectos de esta, familiar, social y productivo. Luz A. (2001).

Es decir, la cultura física puede empezar como una necesidad individual pero no se puede no reconocerle y atribuirle una necesidad social también; entonces la cultura física además de ser una actividad educativa podrá ser actividad recreativa, social, competitiva y hasta terapéutica.

En tanto, a la cultura física se la designa como una disciplina y no como una ciencia como consecuencia que o se ocupa del estudio específico de un cierto objeto sino que en realidad toma elementos de diferentes ciencias y a partir de ellos es que conforma su propio marco teórico.

Por otra parte, la cultura física ha evolucionado aquella antigua idea que sostenía que el ser humano es una suma de cuerpo, mente y alma y por

ello es que trabaja los diferentes aspectos de una persona como una unidad, es decir, el hombre es un cuerpo pero también tiene un alma y una mente que al igual que el cuerpo necesitan atención.

Existen distintas corrientes de cultura física, las cuales se diferencian entre sí de acuerdo a la forma en la que se focaliza la disciplina, por ejemplo, están quienes se centran en la educación y entonces el campo de acción será la escuela y el sistema educativo en general.

Por otro lado, las que se focalizan en la salud, consideran a la cultura física como un agente promotor de salud que tiene una clara incidencia en la prevención de enfermedades, tales como las cardiovasculares; es común que a quienes sufren de estas se les aconseje la práctica de la cultura física para así atenuar síntomas.

Las que se centran en la competencia entienden a la cultura física como entrenamiento deportivo para el desarrollo del alto rendimiento; por su lado, las que ponen el foco en la recreación, priorizan actividades lúdicas que vinculen al sujeto con el medio. Y las que promueven la expresión, se nutren de influencias como ser: el yoga, la danza y la música.

La Cultura Física y Deportiva estudia las diferentes manifestaciones y dimensiones de la persona en torno al cuerpo, la cultura y el movimiento. Diccionario manual de la Lengua Española Vox. 2007 Larousse Edit., S.L.

El profesional en cultura física está en capacidad de desenvolverse en contextos que le permitan transformar la realidad social y personal en los campos de la formación física deportiva, la administración, la recreación, la estética, la promoción de la salud y la pedagogía, el entrenamiento deportivo, la promoción y prevención en salud, el acondicionamiento físico con fines laborales y estéticos.

Historia y Surgimiento de la Cultura Física

La Educación Física de los individuos es tan antigua como el hombre mismo. La actividad física estuvo asociada a la salud de las personas desde tiempos remotos. Los deportistas de la antigua civilización griega, por ejemplo, ocupaban un lugar destacado dentro de la sociedad y se llegaron a endiosar las hazañas atléticas. Blazquez D. (1984).

Las primeras referencias de la utilización organizada del ejercicio físico con fines educativos se orientan a China unos 30 siglos antes de Cristo, manifestándose de forma diferente en las siguientes civilizaciones, aunque en todas prevaleció el carácter clasista, militarista y no científico. Se considera como principal figura precursora de la Educación Física moderna a Juan Cristóbal Gutsmuths, quien nació en 1759 y fallece en 1839 . Blazquez D. (1984).

Antecedido por el trabajo no menos meritorio de un gran número de figuras que desde diferentes concepciones contribuyeron entre los siglos XV al XVIII al posterior desarrollo de esta disciplina, dentro de ellos resaltaron De Feltre, Mercuriales, De Montaigne, Comenius , Locke, Rousseau, Pestalozz y Froebel. Blazquez D. (1984).

(Blázquez, 2001), El primer término en ser empleado fue educación física el cual se atribuye a John Locke en Inglaterra, en 1693, y posteriormente a J. Ballexserd, en 1792, en Francia, sin embargo, durante varios siglos prevaleció el término gimnasia, que proviene del latín “gymnasia” que significa ejercitar. No es hasta 1893 que se hace oficial en España el término educación física, como materia educativa, en sustitución del término, hasta ese entonces usual, de Gimnástica (Moreno Murcia, 1999).

La aparición del término “Gimnástica” se atribuye al mundo helénico. Aristóteles 384 – 322 a. de C. como base de la instrucción de los jóvenes

atenienses daba un especial significado al “ejercicio natural combinado con juiciosas dosis de entrenamientos corporales”.

El término gimnástica que perduró desde la antigua Grecia hasta bien avanzado el Siglo XX se encuentra, en la actualidad, en desuso. Sin embargo, ya desde el “Congreso Mundial de Educación Física y el Deporte” Madrid 1966, comienza a generalizarse educación física para determinar el conjunto global de conocimiento en el campo motriz.

Conceptualización de la Cultura Física

En la cultura física el perfeccionamiento de la actividad física son clasificadas en cuatro grupos según el punto de vista de dicha actividad física: el físico entre las que se encuentran la biomecánica, kinesiología, kinantropología, etc. Díaz B. (2006).

El fisiológico donde se incluye la fisiología y la fisiología del ejercicio, la cultural incluyendo las ciencias del deporte, ciencias de la comunicación no verbal, historia del deporte, psicología del deporte y sociología y el educativo que incluye la educación física. Díaz B. (2006).

Hacer ejercicio físico no debe ser un pesar, ni algo que nos cueste. Crear cultura física en los estudiantes implica dejar sentado disciplinariamente como se debe cultivar el cuerpo y el mantener una rutina diaria de ejercicios siendo esta parte del diario vivir. Estrada A. (2006).

La cultura física forma parte integral de nuestra educación por ende el profesor de cultura física debe ser una persona calificada para instruir y enseñar ejercicios aeróbicos, y anaeróbicos que le sirvan al estudiante para practicarlos por el resto de su vida. Estrada A. (2006).

La cultura física y el deporte constituyen actitudes consustanciales a la naturaleza biológica y social del ser humano; que su origen, desarrollo,

organización y vigencia social parten de la esencia biológica del movimiento como factor determinante de la vida.

La capacidad de moverse del hombre es la esencia de su estructura anatómica fisiológica, en tanto que la dirección, objetivo, características, intensidad y volumen del movimiento como expresión física supone su base social, sus características técnicas, los propósitos educativos y formativos de salud y recreación, de competición popular o de alto rendimiento.

Esta realidad que conforma la clasificación de los ejercicios físicos, que dan nombre a su aplicación la actividad física, que permite ordenar métodos e integrar sistemas y subsistemas, fue siempre reconocida, utilizada, estudiada y aplicada de forma sistemática, con el más amplio, definitivo y claro concepto de beneficio para el hombre, del progreso y bienestar, para elevar los límites de rendimiento motor y las capacidades funcionales sobre la base de su condición de ser social.

Fue el hombre concebido como la mayor riqueza de la humanidad, el centro de la dedicación de los estudiosos de la ejercitación y la capacidad de movimientos, del desarrollo de las cualidades físicas esenciales, velocidad, resistencia, fuerza.

Tanto en la preparación para el trabajo, la conquista de la naturaleza, la lucha por la paz; como la preparación para las guerras y las luchas de conquistas, los ejercicios físicos y el entrenamiento, han desempeñado su importante papel que, como se conoce.

El estudio histórico, el acontecer del ejercicio físico, los juegos y el deporte desde la comunidad primitiva y el mundo antiguo hasta la actualidad, permiten asegurar que el movimiento deportivo está en una constante y profunda evolución.

Las diferencias mostradas y adoptadas por las actividades físicas a través de los siglos responden a contextos políticos, económicos, sociales y precisos que determinan no solo el tipo y la naturaleza de la organización, sino también las características mismas del ejercicio físico.

Beneficios de la Cultura Física

Existen 2 vías para el desarrollo de la cultura física, la informal como la vía que apoyada en lo formal y sin dirección intencionada que satisface al individuo cuando participa de manera espontánea, activa o pasiva, teórica o práctica en actividades de la cultura física.

La otra vía para el desarrollo de la cultura física es aquella vía que estructura la participación activa o pasiva, teórica o práctica de los individuos que la realizan día a día, dirigida con intención al desarrollo de la cultura física.

La necesidad de proporcionar una generación saludable, físicamente preparada, multilateralmente y armónicamente desarrollada, está determinada por la vida, por las exigencias de la sociedad que construye el socialismo.

Cada vez más la cultura física en sus diferentes manifestaciones educación física, deportes y recreación física- se convierten en una necesidad de cada individuo, una necesidad de toda la sociedad ya que a través de la educación física se influye en la educación de diferentes valores.

Objetivos de la Cultura Física

La Educación Física, desde un enfoque integral físico educativo se dirige a los ámbitos cognoscitivo-afectivos, físico-motores y socio-cultural, en

contribución al desarrollo de cada sujeto como persona, en interacción con otras personas y el medio ambiente que le rodea. Arte P. (2006).

Investigaciones han demostrado que los niños aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión. Es por ello que la recreación es fundamental para el desarrollo intelectual de las personas. A la vez, el recrearse proporciona en sí, una forma de aprendizaje, a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior.

Solo analizando el pasado pudiéramos comprender mejor el presente, sentenció con su gran sabiduría y pensamiento dialéctico Engels; para adentrarnos en las características del deporte moderno y poder comprender los cambios que se han producido en las técnicas y reglamentaciones. Arte P. (2006).

La cultura física desarrolla su propia historia dentro del acontecer histórico de la humanidad y adopta formas, proyecciones, objetivos y propósitos que respaldan los intereses de cada época y circunstancias conforme con las leyes del progreso científico técnico y el imperativo sociológico de los factores políticos e ideológicos que presiden o influyen en el desarrollo de la actividad. Arte P. (2006).

2.4.4 Categorías Fundamentales de la Variable Dependiente: Habilidades Motrices Básicas

2.4.4.1 Preparación Física

Es la aplicación de un conjunto de ejercicios corporales, dirigidos racionalmente a desarrollar y perfeccionar cualidades perceptivo-motriz de la persona para obtener un mayor rendimiento físico.

La preparación física posee tres clasificaciones, general, auxiliar y especial o específica, las cuales al margen de sus objetivos y tareas específicas, en conjunto se orientan hacia las necesidades y requerimientos del deporte. Arte P. (2006).

Preparación Física General: Es el desarrollo armónico de las capacidades físico-motrices, sin referencia a una disciplina deportiva en particular, teniendo su desarrollo gran influencia en el rendimiento físico.

Constituye la base fundamental en la preparación y desarrollo de todo atleta, en cualquiera de las disciplinas deportivas, pues de ella dependen en gran medida los futuros resultados deportivos y el nivel que alcanzaran los mismos de su vida deportiva, ya que sin una buena preparación física general, no sería posible efectuar una competencia manteniendo de forma afectiva y prolongada las exigencias técnico - tácticas que se requieren. Arte P. (2006).

Preparación Física Específica: Es aquella que se realiza con estricta adecuación a las exigencias de la disciplina deportiva en lo cual debe competir, el deportista, porque las capacidades físicos-motrices son varias, así como sus manifestaciones, la mejora de cada una de ellas reclama de un trabajo bien diferenciado. Arte P. (2006).

Preparación Física Auxiliar: Está basada en una preparación físico-general previa y tiene como objetivo realizar la preparación básica necesaria para la asimilación de grandes volúmenes. Arte P. (2006).

2.4.4.2 Capacidades Coordinativas

Las capacidades coordinativas surgieron durante la investigación de la motricidad, como distinciones de un complejo estructural que desde hace

mucho tiempo se designa en la metodología del entrenamiento con el concepto de agilidad, siendo estas las que están relacionadas con la capacidad de conducción control y regulación del movimiento, es decir con los procesos informacionales. Generelo L. (1998).

En el deporte es necesario evaluar constantemente el desarrollo de acciones motrices para controlar el nivel de aprendizaje y a la vez el desarrollo técnico del atleta, en los deportes de coordinación y artes competitivas, cobra aún más importancia, por ser un elemento dentro de la preparación que determina los resultados deportivos, pero un problema mayor es cómo evaluar las percepciones. Generelo L. (1998).

Dependen principalmente de procesos directores y reguladores del sistema nervioso central y periférico, a su vez están estrechamente relacionadas con el aprendizaje y perfeccionamiento técnico táctico determinando el desarrollo exitoso de la preparación física y de la técnica deportiva.

En el deporte se conoció durante mucho tiempo, una sola capacidad coordinativa: La destreza o agilidad, siendo esta entendida en forma compleja, porque deriva del término cambio, en el idioma alemán y significa igualmente agilidad.

El desarrollo de las capacidades coordinativas en el individuo está dado por la calidad de los procesos de la senso-percepción, la representación motriz, la memoria y sobre todo el pensamiento, todo ello muy estrictamente vinculado con el sistema neuromuscular. Generelo L. (1998).

Las capacidades coordinativas son sin duda un elemento importantísimo a la hora de planificar el entrenamiento tanto en los deportes individuales como de conjunto, ya que si bien algunas de ellas no parecen jugar un

papel decisivo en los deportes de equipo, otras en cambio pueden llegar a ser de capital importancia.

El desarrollo de las capacidades coordinativas produce en el organismo del hombre determinadas modificaciones, sin embargo, quizás no tan visibles y cuantificables como las provocadas por otras capacidades. Lo cierto es que el desarrollo de la coordinación motriz en el hombre está muy estrechamente relacionado al aprendizaje de las habilidades ya que ambos se condicionan mutuamente.

La coordinación motriz de cualquier movimiento requiere del control y la regulación de las acciones que realiza el individuo. Su desarrollo trae como resultado un mejoramiento integral en las facultades para el aprendizaje motor; mientras mayor sea la coordinación motriz general de un sujeto mayores serán las posibilidades de adquirir con más rapidez nuevos movimientos, todo ello viene dado por la experiencia motriz acumulada.

Las capacidades coordinativas forman parte de las capacidades físicas; al desarrollarlas hay que incluirlas dentro de la preparación física general y especial, que, junto a la preparación técnico-táctica y psicológica del atleta son las encaminadas a desarrollar en el proceso de entrenamiento la forma deportiva.

Tener en cuenta su desarrollo en cada individuo garantizará el perfeccionamiento en mayor grado del proceso de enseñanza aprendizaje, de ahí que se puede complejizar los contenidos de enseñanza en dependencia con los niveles de asimilación mostrados en cada sujeto y de esta forma es que sería capaz de poder asimilar de forma rápida y con cierta perfección los movimientos técnicos de cualquier habilidad.

Clasificación de las Capacidades Coordinativas

- **Capacidades coordinativas generales o básicas:** Es la cantidad de movimientos que debe desarrollar el atleta de forma simultánea o sucesiva.
- **Capacidad de regulación y dirección del movimiento:** Se define como fundamental debido a que sería imposible desarrollar las demás sin estas.
- **Capacidad de adaptación y cambios motrices:** Esta capacidad tiene relación con el trabajo en condiciones estándar en dependencia a la etapa de aprendizaje.
- **Capacidades Coordinativas Especiales:** Este grupo de la clasificación es la parte más importante de este trabajo como son: Orientación, equilibrio, ritmo, acoplamiento, diferenciación, reacción y anticipación.

Capacidades coordinativas complejas

- **Aprendizaje motor:** Está determinada por el nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas y especiales, pero también dependen del nivel de las capacidades condicionales, la habilidad, hábitos y destreza que posee el deportista.
- **Agilidad:** Es la capacidad de solucionar lo más rápido y racionalmente una tarea motriz.

Esta clasificación la valoramos como más completa, atendiendo a que en ella los autores tienen presente tanto los componentes biológicos, psíquicos y pedagógicos pero vistos desde el proceso, el cual se acoge a

la manera en que se propone realizar el tratamiento de las capacidades coordinativas.

Algunos autores agregan la agilidad, la habilidad, la rapidez, la flexibilidad, la coordinación, etc. Más allá de la discusión que pueda presentarse en el campo de la teoría, está claro que en la práctica deportiva aparecen procesos nerviosos que ocurren fuera del plano de las capacidades condicionales.

Es importante conocer nuestro deporte y conocer las Capacidades Coordinativas sobre las que se sostiene, porque si lo que pretendemos alcanzar es la victoria deportiva, no conviene dejar nada librado al azar.

Estas capacidades podemos desarrollarlas mediante las actividades físicas deportivas, siempre y cuando se seleccionen contenidos asequibles, teniendo en cuenta la variabilidad y complejidad de los mismos una vez transcurra la adaptación y la asimilación por parte de los alumnos.

Capacidades coordinativas especiales: A continuación detallaremos los conceptos y características de cada una de estas capacidades.

- **Orientación:** pone en acción los mecanismos propioceptores (huesos musculares, receptores tendinoso y receptores articulares) que informan sobre la posición en el espacio de cuerpo, la situación, estado de tensión de los músculos y la postura además los exteroceptores (vista, oído, y tacto) estos informan lo que ocurre en el exterior.
- **Diferenciación:** el atleta sabe diferenciar una habilidad de otra, percibe el movimiento, aprecia el tiempo y el espacio y en la fase de realización sabe diferenciar las partes esenciales dando la respuesta correcta.

- **Acoplamiento:** tiene como base la combinación de dos o más habilidades motrices sucesiva o simultáneas. Es la capacidad del atleta de combinar en una estructura unificada acciones independientes.
- **Equilibrio:** Es la facultad de adoptar una posición o de realizar un movimiento contra la fuerza de gravedad y para mantener el control del cuerpo en circunstancias difíciles.
- **Ritmo:** referida a la realización de movimientos o acciones motrices con fluidez de forma continua
- **Anticipación:** está determinada en dos direcciones, la anticipación a los propios movimientos y a movimientos ajenos.
- **Reacción:** se refiere a la cualidad del (SNC), de dar respuesta en el menor tiempo posible ante los diferentes estímulos, todo a nivel cortical.
(Ruiz Pérez, L.M “Deporte y Aprendizaje. Procesos de Adquisición y Desarrollo de Habilidades”. Editorial Visor. Madrid, España. 1997.)

2.4.4.3 Motricidad

En la actualidad la destreza motora en el marco del deporte, se la denomina como destreza técnico - deportiva, siendo ésta un requisito inmediato para realizar exitosamente una acción específica, que permite poder alcanzar un objetivo. Batalla F. (2008).

El cuerpo humano está hecho para mantenerse casi siempre en movimiento, muchos de los cuales se os realiza involuntariamente por orden sensorial del cerebro y otras por diferentes acciones coordinadas que se requiere realizar.

El cuerpo centra un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento, al mismo tiempo que evolucionan conjuntamente durante el desarrollo o crecimiento de cada ser humano.

Un niño de hasta cinco años de edad demuestra el desarrollo de sus habilidades y capacidades motrices al ser capaz de realizar ciertas actividades como:

- Ejecutar movimientos con mayores variaciones por iniciativa propia.
- Participar activamente en la organización de la actividad programada de educación física, demostrando mayor independencia.
- Ejecutar las acciones motrices logrando mayor independencia y variabilidad e iniciar la valoración del resultado de estas acciones.
- Utilizar el cuerpo como forma de expresión, logrando mayor orientación en el espacio, manifiesta buena postura corporal.
- Realizar carreras combinadas con lanzamientos.
- Lanzar y atrapar pelotas hacia arriba y de rebote.
- Correr y saltar de forma fluida.

2.4.4.4 Habilidades Motrices Básicas

Zevi S. (2000). Las habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las destrezas que asimilamos al ver y observar, estando presentes desde el momento en que nacemos y a lo largo de todo nuestro desarrollo.

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son:

- Tienen que ser comunes a todas las personas.
- Que sean básicas para poder vivir.

- Ser fundamento de aprendizajes motrices.

Se consideran como habilidades motrices básicas en la cultura física a una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como:

- Marchar
- Correr
- Girar
- Saltar
- Lanzar

Objetivos de las Habilidades Motrices Básicas

Los objetivos esenciales de las habilidades motrices se basan en que sus aprendizajes innatos y adquiridos se vayan desarrollando de una manera armónica y correcta. Zevi S. (2000).

De esta manera poder dominar sus destrezas adquiridas y así poder ir perfeccionando cada una de ellas en cada una de las diferentes actividades que se realice. Ortega E. (2002).

Para poder alcanzar estos objetivos se debe trabajar en diferentes áreas:

Área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal

- Aceptación del propio cuerpo, formando una imagen positiva del mismo y manteniendo la autoestima.
- Expresión de sentimientos positivos hacia los compañeros y compañeras
- Coordinación progresiva de las habilidades motrices finas y gruesas.
- Coordinación de los movimientos del cuerpo.
- Tipos de desplazamientos (frontales, laterales, zigzag, etc.)

- Perfeccionamiento del acto de correr
- Desarrollo de la percepción espacio-temporal
- Desarrollo de la percepción óculo-manual.
- Desarrollo de la percepción óculo-pédica.
- Potenciación de la habilidad de mantener el equilibrio
- Reducción de la intensidad de la actividad y relajación
- Participación activa, y mostrando interés, en las actividades.
- Desarrollo de la memoria y la atención.
- Desarrollo de estrategias colaborativas y cooperativas
- Concebir el juego como un medio para favorecer la manifestación de emociones, el respeto a los demás y la aceptación de reglas.

Área de conocimiento del entorno

- Observar y explorar de forma activa el entorno, mostrando interés por las cosas. Identificar los distintos tipos de animales.
- Mostrar interés por el entorno y sus objetos.
- Colaborar en el mantenimiento de espacios limpios y ordenados, participando en la recogida de material.
- Identificación de los distintos tipos de animales
- Fomentar la búsqueda de respuestas y explicaciones a las distintas situaciones.
- Aceptar la diversidad, conociendo y respetando las diferentes formas de vida y culturas.
- Desarrollar la capacidad de imitar a otros seres vivos presentes en la naturaleza.

Área de conocimiento de Lenguajes: Comunicación y representación

- Utilizar los distintos lenguajes como instrumentos de comunicación, sobre todo el corporal y verbal.
- Participar en los actos comunicativos de manera activa.

- Comprender la importancia del lenguaje no verbal: gestos, miradas, movimientos, etc.
- Entender la intencionalidad comunicativa de los demás.
- Desarrollar estrategias comunicativas verbales y no verbales en el juego.
- Experimentar con los objetos a través de los sentidos
- Potenciar la imaginación y creatividad.
- Participar en actividades de expresión corporal, tanto juegos lingüísticos, como juegos simbólicos.
- Conocer, de manera progresiva, léxico variado sobre la actividad motriz.
- Potenciar la imaginación a través de la imitación y el juego simbólico
- Uso progresivo de léxico variado sobre la actividad motriz
- Muestra libremente sus propias opiniones ante los demás.
- Fomento de la imaginación y la creatividad.
- Realización de determinadas acciones siguiendo órdenes concretas.

Beneficios de las Habilidades Motrices Básicas

García F. (1997). Los seres vivos realizan movimientos en respuesta a diferentes estímulos que se recibe del exterior, es decir, del medio ambiente. Pero también hay estímulos internos del organismo que implican movimiento, para lograrlo intervienen partes y sistemas que van desarrollando diferentes cualidades que ayudan indistintamente como se describe a continuación:

El esqueleto, que sirve de soporte de nuestro cuerpo, está formado por huesos, articulaciones y cartílago. Ayuda al movimiento, almacena minerales, produce las células de la sangre y protege los órganos internos.

Las articulaciones, las cuales intervienen para el desarrollo del movimiento, son el conjunto de estructuras que permiten la unión de dos o más huesos, y son fundamentales para que el aparato locomotor trabaje adecuadamente.

El sistema muscular, con el que se puede adoptar diferentes posiciones con el cuerpo. Al girar o parpadear interviene el sistema muscular, responsable y encargados de que varios de los órganos puedan mover y trasladar sustancias de un lugar a otro, como la sangre y demás fluidos corporales.

El sistema nervioso, que permite el trabajo armonioso entre el esqueleto, las articulaciones y los músculos para que puedan trabajar generando el movimiento.

El sistema nervioso, formado por el cerebro, la espina dorsal y los nervios, es el encargado de transmitir la información a través del cuerpo.

Este sistema se encarga de detectar también los cambios en el ambiente, y como resultado de esto se dan ciertas respuestas, entre ellas el movimiento.

Pero con el paso del tiempo el cuerpo pierde movilidad debido a que en la columna vertebral, que es una de las partes más flexibles del cuerpo, van creciendo protuberancias óseas que se van endureciendo y le quitan flexibilidad a la columna.

Se entiende por habilidades motoras básicas, todas las formas de movimientos naturales que son necesarias para la motricidad humana, que sirven de sustento para la motricidad fina y para la adquisición de destrezas más complejas.

Clasificación de las Habilidades Motrices Básicas

Locomotorices, son movimientos que tienen como objetivo principal llevar al cuerpo de un lado a otro del espacio. Como por ejemplo: caminar, correr, saltar, deslizarse, rodar, trepar, etc. Martínez R. (2007).

No locomotrices, su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Como por ejemplo: balancearse, inclinarse, estirarse, doblarse, girarse, retorcerse, empujarse, levantarse, colgarse, equilibrarse, etc. Martínez R. (2007).

De proyección o recepción, se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Como por ejemplo: lanzar, golpear, batear, atrapar, rodar, etc. Martínez R. (2007).

Se considera habilidades motrices básicas a los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio.

Desplazamientos: Por desplazamiento se entiende a 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 caminata y la carrera.

Saltos: El desarrollo del salto se basa en complicadas modificaciones de la carrera y la caminata, 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 tal.

Su realización implica la puesta en acción de los factores de fuerza, equilibrio y coordinación. Los niños empiezan a saltar a partir de los 18 meses, aproximadamente. A partir de los 27 meses, pueden saltar desde una altura de 30cm.

Giros: Son aquellos movimientos corporales que implican una rotación a través de los ejes ideales que atraviesan al ser humano, vertical, transversal y sagital. Los giros, desde el punto de vista funcional constituyen una de las habilidades de utilidad en la orientación y situación de la persona.

Se puede establecer varios tipos de giros:

- Según los tres ejes corporales: Rotaciones, Volteretas, Ruedas.
- Giros en contacto con el suelo.
- Giros en suspensión.
- Giros con agarre constante de manos (barra fija).
- Giros con apoyos y suspensión múltiple y sucesiva.

Equilibrio: está estrechamente ligado al sistema nervioso central, que necesita de la información del oído, vista y sistema cenestésico (que está localizado en los músculos, las articulaciones y los tendones, y nos proporciona información sobre el movimiento del cuerpo). Así, por equilibrio se puede entender, la capacidad de asumir y mantener una determinada postura en contra de la gravedad.

Su desarrollo está relacionado con factores de tipo psicomotor como la coordinación, fuerza, flexibilidad, entre otros y con aspectos funcionales como la base, altura del centro de gravedad, dificultad del ejercicio, otros.

Dependiendo del grado de desarrollo del niño, el equilibrio presenta diferentes grados de progreso:

- Hacia el 1er año el niño es capaz de mantenerse en pie.

- A los 2 años aumenta progresivamente la posibilidad de mantenerse brevemente sobre un apoyo.
- A los 3 años puede permanecer sobre un pie entre tres y cuatro segundos y marchar sobre una línea recta marcada en el suelo.
- A los 5 años el equilibrio estático y dinámico alcanzan una madurez
- Pero no será hasta los 7 años cuando se completará la maduración completa del sistema de equilibrio andando en línea recta con los ojos cerrados.

Se puede hablar de dos tipos de equilibrio:

El equilibrio estático, que proyecta el centro de gravedad dentro del área delimitada por los contornos externos de los pies.

El equilibrio dinámico, que es el estado mediante el cual, una persona se mueve. Durante este movimiento, modifica constantemente su polígono de sustentación.

En el momento en que el equilibrio se altera, una de las manifestaciones más evidentes que surgen es el vértigo. El vértigo se define como una sensación falsa de giro o desplazamiento de la persona o de los objetos. En otras ocasiones lo que aparece es una sensación de andar sobre una colchoneta o sobre algodones, que es lo que se conoce como mareo.

Coordinación

Mausel H. (1971). La coordinación puede definirse como el control nervioso de las contracciones musculares en la realización de los actos motores. También, como la capacidad de sincronización de la acción de los músculos productores de movimientos, agonistas y antagonistas, interviniendo los mismos en el momento preciso y con la velocidad e intensidad adecuadas.

Tipos de coordinación: atendiendo a las partes del cuerpo que intervienen en el movimiento podemos distinguir:

Dinámica general, aquella que agrupa los movimientos que requieren una acción conjunta de todas las partes del cuerpo. Intervienen gran cantidad de segmentos y músculos, y por tanto, gran cantidad de unidades neuromotoras. Mausel H. (1971).

Óculo-manual y óculo-pédica, aquella que va dirigida a las manos o pies. Los ejercicios para desarrollarlas van encaminados a los lanzamientos y las recepciones.

Dinámico-manual, corresponde al movimiento bimanual que se efectúa con precisión.

La coordinación dinámica general, sirve de base a todos los movimientos, estando presente en todas las habilidades básicas.

Se pretende que el movimiento cumpla su finalidad con el mínimo gasto energético.

Características propias de la coordinación son:

- La precisión en la ejecución.
- Su realización con el mínimo gasto.
- La facilidad y seguridad de ejecución.
- Grado o nivel de Automatismo.

Ejercicios de ajuste postural

El ajuste postural es la forma en que reacciona el cuerpo a un estímulo constante o “gravedad”, condicionado tanto por factores morfológicos (músculos, hueso, etc.), neurológicos (reflejos), como afectivos.

Para un correcto desarrollo del ajuste postural, se deben realizar ejercicios con las siguientes características:

- Ejercicios de concientización postural y armonización del esquema corporal.
- Ejercicios de relajación local y general.
- Ejercicios de flexibilidad corporal.
- Ejercicios de balance muscular, dirigidos a fortalecer aquellos grupos musculares poco ejercitados por las actividades de la vida cotidiana.
- Ejercicios para el fortalecimiento y relajación de la capa profunda de los músculos de la columna vertebral.
- Ejercicios dirigidos a los músculos motores de la articulación escapulo-humeral.
- Ejercicios abdominales.

2.5 Hipótesis

La cultura física incide en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza

2.6 Señalamiento de Variables

2.6.1 Variable Independiente: Cultura Física

2.6.2 Variable Dependiente: Habilidades Motrices Básicas

CAPÍTULO III

METODOLOGIA

3.1 Enfoque Investigativo

El presente proyecto de investigación se sujeta al paradigma cuantitativo por cuanto se utilizarán procesos matemáticos (valores o datos estadísticos), y cualitativo por que se valorará las cualidades cognitivas y capacidades motrices de los estudiantes de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín.

Estos datos serán aplicados de las encuestas que arrojarán los datos de la investigación, y se valorará a la cultura física en las habilidades motrices básicas de cada niño de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza.

3.2 Modalidad básica de la Investigación

En este trabajo se realiza mediante la investigación de campo, siendo así un estudio sistemático en el lugar donde suscitan los hechos y acontecimientos, asumiendo una interacción directa con la realidad, para así poder obtener una información real; además de la investigación bibliográfica.

Utilizando para su justificación de la propuesta de solución a la temática planteada, la técnica de la observación directa y la encuesta que será aplicada a los estudiantes, padres de familia y docentes.

3.2.1 Investigación Bibliográfica Documental

El presente trabajo de investigación es bibliográfica documental, debido a que ha permitido revisar, analizar, sintetizar, ampliar, profundizar y comparar diferentes puntos de vista de varios autores, teorías, criterios y temas referentes a la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices de cada niño de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza.

3.2.2 Investigación de Campo

En este trabajo de investigación se recolectará información en el lugar de los hechos, en base a las encuestas donde se trabaja con los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín.

3.3 Niveles de Investigación

3.3.1 Exploratorio

Este método permite conocer más sobre la cultura física y su influencia en las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín, las soluciones que se planteen serán debido a las causas que surgen del problema y presenta los lineamientos de la alternativa de solución que surtan efectos, que corroboren a solucionar el problema.

3.3.2 Descriptivo

Permite recabar información de cómo se encuentra la situación del problema para el cual se describe y se aplican las técnicas de recolección de información

3.3.3 Correlacional

Permite relacionar nuestras variables: Cultura Física y Habilidades Motrices Básicas

3.3.4 Explicativo

Este tipo de investigación permitirá comprobar experimentalmente la hipótesis, descubrir las causas y detectar los factores que determinan ciertos comportamientos del hecho o fenómeno que se está estudiando o investigando.

3.4 Población y muestra

Se ha considerado para la misma: 60 niños, 60 Padres de Familia, 2 autoridades y 16 docentes de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz, del cantón Pastaza, provincia de Pastaza.

Por ser el universo pequeño no es necesario trabajar con muestra.

POBLACIÓN	No
AUTORIDADES Y DOCENTES	18
PADRES DE FAMILIA	60
NIÑOS	60
TOTAL	138

TABLA N° 01: Población

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Fuente: La investigación

3.5 Operacionalización de las Variables.

3.5.1 Variable Independiente: Cultura física.

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS BÁSICOS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
<p>La Cultura Física, es una disciplina tipo pedagógica que se centra en el movimiento corporal para luego desarrollar de manera integral y armónica de sus capacidades, habilidades y actividades afectivas, físicas y cognitivas de las personas con la misión de mejorar la calidad de vida de las mismas en los diferentes aspectos de esta, familiar, social y productivo.</p>	<p>- Movimiento corporal</p> <p>-Actividades afectivas</p>	<p>-Coordinación.</p> <p>-Flexibilidad.</p> <p>-Agilidad.</p> <p>-Motricidad.</p> <p>-Comportamiento.</p>	<p>¿La práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial?</p> <p>¿Con el trabajo de la cultura física se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial?</p> <p>¿Con la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices básicas?</p> <p>¿La cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial?</p>	<p>Técnica:</p> <p>Observación directa</p> <p>Encuesta.</p> <p>Instrumento:</p> <p>Ficha de observación</p> <p>Cuestionario cerrado</p>

TABLA Nº 02: Variable Independiente: Cultura física.
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba
Fuente: Marco Teórico

3.5.2 Variable Dependiente: Habilidades Motrices Básicas

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS BÁSICOS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
Las habilidades motrices básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las capacidades físicas que asimilamos con una serie de acciones motrices que aparecen al momento de desarrollar nuestras destrezas en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar.	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidad física - Destrezas 	<ul style="list-style-type: none"> -Velocidad -Resistencia -Fuerza. -Correr -Saltar -Lanzar 	<p>¿Un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría las capacidades físicas de los niños de educación inicial?</p> <p>¿Podrían los niños de educación inicial distribuir su fuerza mediante la cultura física en sus habilidades motrices básicas?</p> <p>¿Podrían los niños de educación inicial desarrollar sus destrezas físicas mediante la cultura física?</p> <p>¿Podrán los niños de educación inicial desarrollar sus habilidades motrices básicas mediante la cultura física?</p>	<p>Técnica:</p> <p>Observación directa</p> <p>Encuesta.</p> <p>Instrumento:</p> <p>Ficha de observación</p> <p>Cuestionario cerrado</p>

TABLA Nº 03: Variable Dependiente: Habilidades Motrices Básicas

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Fuente: Marco Teórico

3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de información

3.6.1 Técnica

Para esta investigación se utilizará la encuesta que nos permite recolectar información de una investigación realizada sobre una muestra de sujetos y la observación directa porque nos permite visualizar todos los aspectos relacionados con la investigación realizada.

3.6.2 Instrumento

Se utilizará la ficha de observación directa y el cuestionario cerrado, que son un conjunto de preguntas que se las realiza para obtener información.

3.7 Procesamiento de la información

El procesamiento de la información se realizará de acuerdo al orden establecido, estudiantes del nivel de educación inicial, padres de familia y docentes de la Unidad Educativa Ceslao Marín.

3.8 Validez y Confiabilidad

3.8.1 Validez

Se tendrá un grado de aceptación y valoración positiva ya que los datos recogidos a los involucrados en esta investigación serán transformados limpiando toda información contradictoria, que sea incompleta, si hubiese casos de repetición se repetirá la recolección de la información, para finalmente tabularla según las variables, finalizando en un estudio estadístico de datos para la representación de resultados y graficación de los mismos.

3.8.2 Confiabilidad

La ficha de observación permitirá recopilar datos de una población, grande o pequeña, en poco tiempo y el cuestionario facilitará al encuestado la selección de la alternativa que a su criterio considere correcta.

3.9 Plan de recolección de información

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
1. ¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de investigación.
2. ¿De qué personas u objetos?	Estudiantes Padres de Familia. Docentes
3. ¿Sobre qué aspecto?	La cultura física en las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial.
4. ¿A quiénes?	Estudiantes Padres de Familia. Docentes
5. ¿Cuándo?	Período Escolar 2014 - 2015
6. ¿Dónde?	Unidad educativa Ceslao Marín
7. ¿Cuántas veces?	Una sola vez
8. ¿Quién? ¿Quiénes?	Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba
9. ¿Qué técnicas de recolección?	La observación directa a estudiantes La encuesta dirigida para padres de familia y docentes
10. ¿Con que?	Ficha de observación Cuestionario estructurado cerrado

TABLA N° 04: Plan de recolección de información
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba
Fuente: La investigación

3.10 Plan para el procesamiento de la información

Se revisará y se analizará la información obtenida de la siguiente manera:

- Se tabularán los cuadros según las variables y la hipótesis que se propuso y se representaran gráficamente.
- Se analizarán los resultados estadísticos de acuerdo a los objetivos e hipótesis planteada.
- Se interpretarán los resultados con el apoyo del marco teórico
- Se comprobará y verificará la hipótesis.
- Se establecerán las respectivas conclusiones y recomendaciones.

3.11 Análisis de resultados

El análisis se realizará cuantitativamente, puesto que se elaborará cuadros estadísticos que destacará las tendencias fijadas, relaciones fundamentales de acuerdo a la pregunta.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis de los resultados

4.1.1 Ficha de observación aplicada a los estudiantes de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz.

Pregunta No. 1

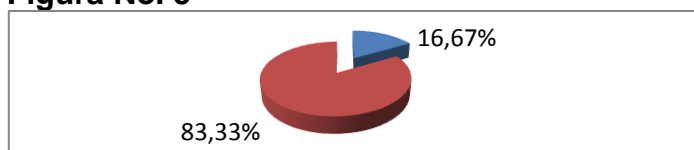
1.- ¿Pueden los niños de educación inicial caminar y correr en línea recta manteniendo el equilibrio?

Tabla N°05

Alternativa	Frecuencia	%
Si	10	16,67
No	50	83,33
TOTAL	60	100,00

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 5



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 10 estudiantes que representan el 16,67% **SI** mantienen el equilibrio al caminar y correr en línea recta, y 50 que corresponde al 83,33% **NO lo** pueden hacer.

Interpretación: Según el porcentaje, se puede notar claramente que los niños no dominan aún esa destreza y que necesitan de un trabajo adecuado para su logro, siendo este resultado una expectativa fuerte para esta investigación.

Pregunta No. 2

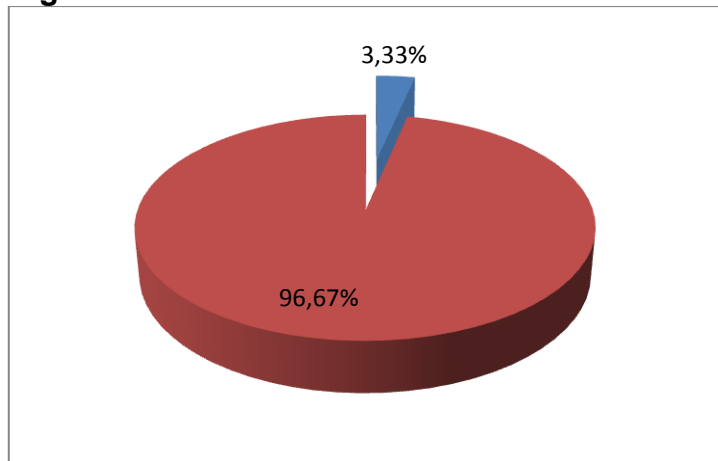
2.- ¿Pueden los niños de educación inicial caminar de espaldas manteniendo el equilibrio?

Tabla N° 06

Alternativa	Frecuencia	%
Si	2	3,33
No	58	96,67
TOTAL	60	100,00

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 06



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 2 niños que representan el 3,33% **SI** logran caminar de espaldas manteniendo el equilibrio, y 58 que representan al 96,67% **NO** lo pueden hacer.

Interpretación: Este resultado indica claramente la falta de trabajo que existe en este ciclo para el desarrollo de las habilidades motrices básicas que requieren los niños de educación inicial mediante la cultura física para mejorar sus diferentes capacidades.

Pregunta No. 3

3.- ¿Los niños de educación inicial pueden saltar de un pie a otro alternadamente, de manera autónoma?

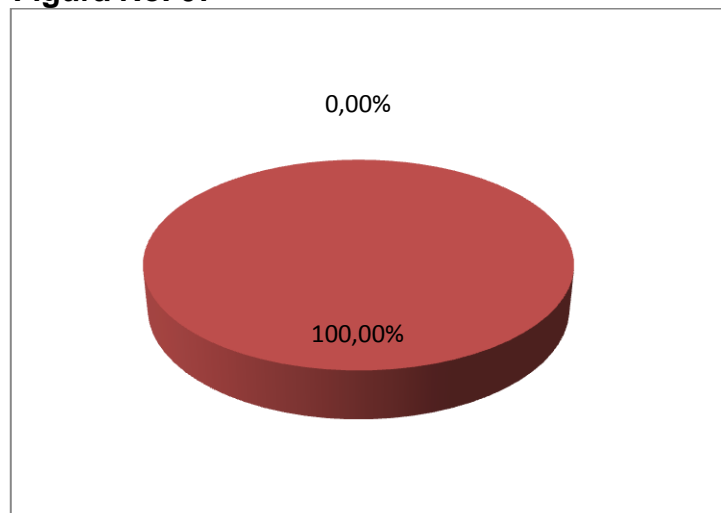
Tabla No. 07

Alternativa	Frecuencia	%
Si	0	0,00
No	60	100,00
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 3

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 07



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: Ningún niño de educación inicial puede saltar de un pie al otro alternadamente siendo el resultado de 60 niños que representan al 100% quienes **NO** podrían realizar correctamente esta actividad.

Interpretación: Permite establecer una pauta para clara pata entender la necesidad de trabajar con este ciclo para que todos puedan conocer los beneficios que tiene la cultura física para mejorar el desarrollo de las capacidades motrices básicas.

Pregunta No. 4

4.- ¿Los niños de educación inicial pueden saltar en dos pies manteniendo el equilibrio?

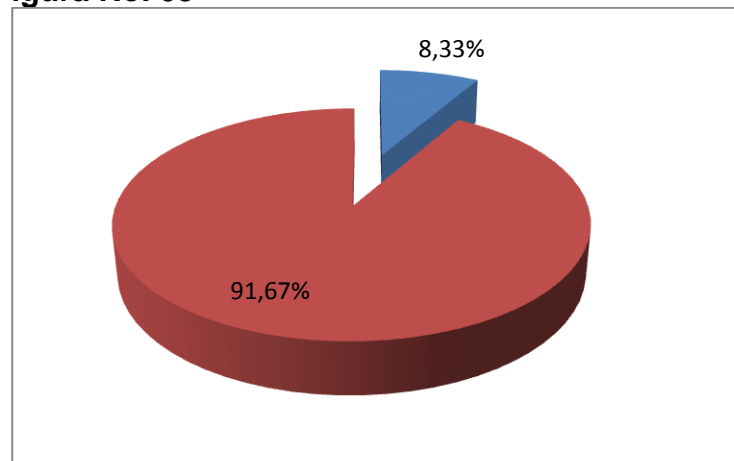
Tabla No. 08

Alternativa	Frecuencia	%
Si	5	8,33
No	55	91,67
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 4

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 08



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 5 estudiantes de educación inicial que representan el 8,33% **SI** pueden saltar en dos pies manteniendo el equilibrio mientras que 55 que representan el 91,67% **NO** logran hacerlo.

Interpretación: Este porcentaje da la credibilidad de seguir adelante con un plan de trabajo correctamente estructurado para obtener resultados con un porcentaje de un 100% mediante la cultura física en los niños de educación inicial.

Pregunta No. 5

5.- ¿Pueden los niños de educación inicial controlar su fuerza al ejecutar lanzamientos?

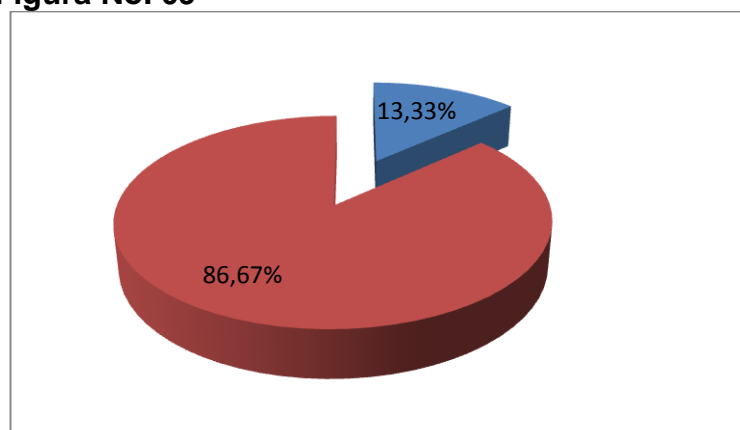
Tabla No. 09

Alternativa	Frecuencia	%
Si	8	13,33
No	52	86,67
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 5

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 09



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 8 estudiantes que representan el 13,33% **SI** controlan su fuerza al realizar lanzamientos, mientras que 52 que representan 86,67% **NO** logran hacerlo.

Interpretación: Este resultado indica claramente la falta de trabajo que existe en este ciclo para el desarrollo de las habilidades motrices básicas que requieren los niños de educación inicial mediante la cultura física para mejorar sus diferentes capacidades.

Pregunta No. 6

6.- ¿Los niños de educación inicial controlan sus posturas de equilibrio en posiciones estáticas?

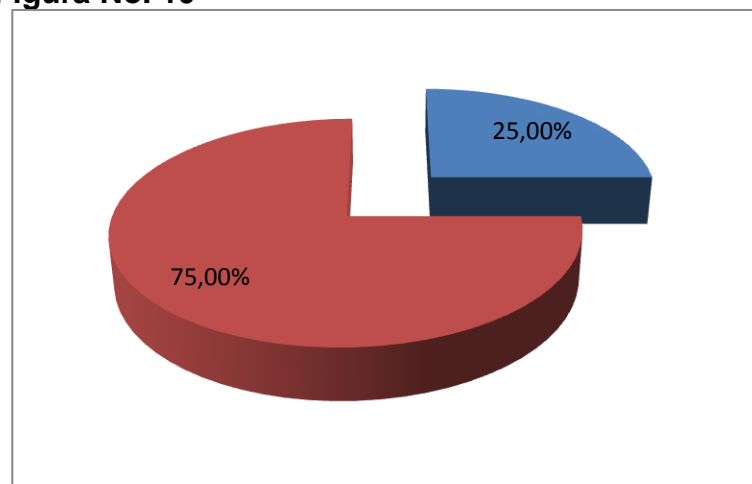
Tabla No. 10

Alternativa	Frecuencia	%
Si	15	25,00
No	45	75,00
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 6

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 10



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 15 estudiantes que representan el 25,00% **SI** controlan su postura en posiciones estáticas, mientras que 45 que representan 75,00% **NO** logran hacerlo.

Interpretación: Se identifica claramente la falta de habilidades motrices básica de los niños de este ciclo, siendo claro para una propuesta desde donde se enmarca el trabajo para desarrollar las habilidades motrices básicas que requieren los niños de educación inicial mediante la cultura física.

.Pregunta No. 7

7.- ¿Pueden los niños de educación inicial subir y bajar escaleras alternando los dos pies?

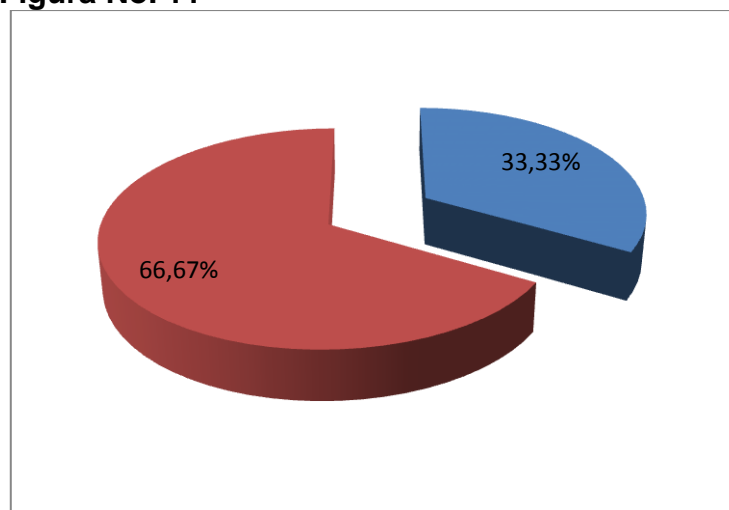
Tabla No. 11

Alternativa	Frecuencia	%
Si	20	33,33
No	40	66,67
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 7

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 11



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 20 estudiantes que representan el 33,33% **SI** pueden subir y bajar escaleras alternando los pies, y 40 estudiantes que representan el 66,67% **NO** logran hacerlo.

Interpretación: El porcentaje obtenido identifica claramente la falta de desarrollo de las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial permitiendo realizar una propuesta desde donde enmarcarse para poder desarrollar las habilidades mediante la cultura física.

Pregunta No. 8

8.- ¿Los niños de educación inicial demuestran interés en las actividades realizadas?

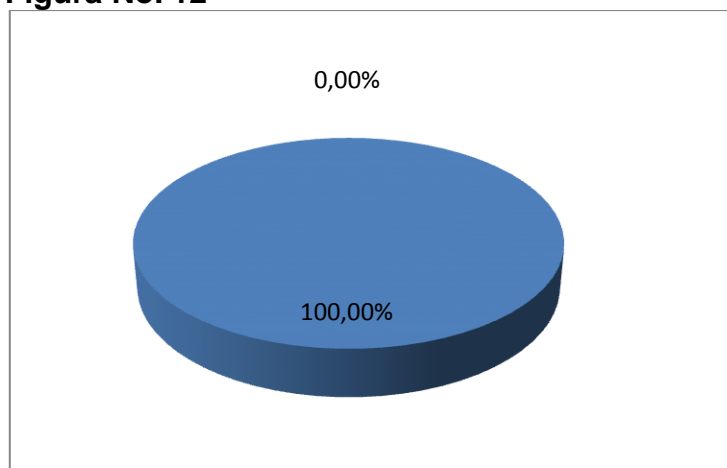
Tabla No. 12

Alternativa	Frecuencia	%
Si	60	100,00
No	0	0,00
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 8

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 12



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 60 estudiantes que representan el 100% **SI** demuestran interés en las actividades realizadas.

Interpretación: El resultado alienta a seguir adelante en la propuesta establecida ya que se puede ver claramente el interés y el entusiasmo de los niños de educación inicial al ir descubriendo sus capacidades y destrezas en las diferentes actividades que realizan mediante la cultura física.

Pregunta No. 9

9.- ¿Los niños de educación inicial demuestran respeto en las diferentes actividades realizadas?

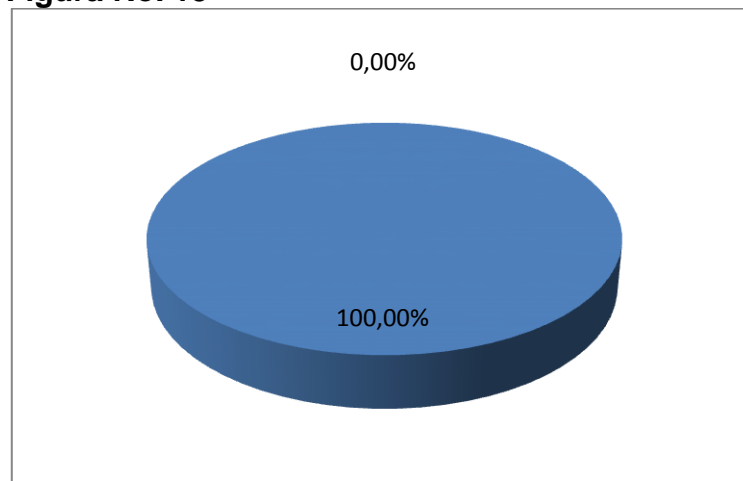
Tabla No. 13

Alternativa	Frecuencia	%
Si	60	100,00
No	0	0,00
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 9

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 13



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 60 estudiantes que representan el 100% **SI** demuestran respeto en las diferentes actividades realizadas.

Interpretación: Un resultado confortador para seguir adelante en la propuesta establecida ya que se evidencia claramente el interés, el entusiasmo y el respeto de los niños de educación inicial al ir descubriendo sus capacidades y destrezas en las diferentes actividades que realizan mediante la cultura física.

Pregunta No. 10

10.- ¿pueden los niños de educación inicial identificar situaciones de riesgo y cuidarse?

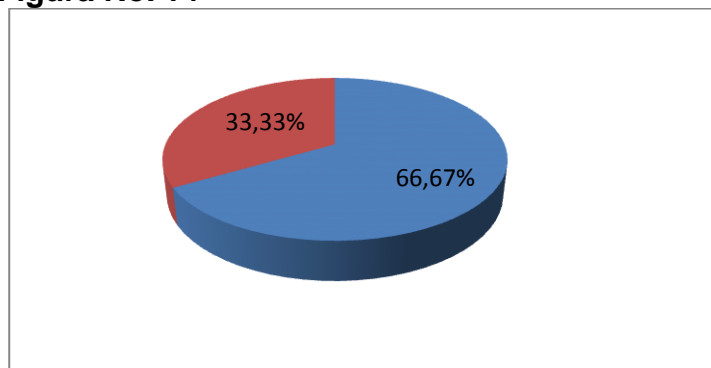
Tabla No. 14

Alternativa	Frecuencia	%
Si	40	66,67
No	20	33,33
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 10

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 14



Fuente: Ficha de observación a estudiantes de educación inicial
Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 40 estudiantes que representan el 66,67% **SI** identifican situaciones de riesgo y saben cuidarse, mientras que 20 estudiantes que representan el 33,33% **NO** lo hacen.

Interpretación: El porcentaje alcanzado permite realizar un trabajo tranquilo ya que los estudiantes en su mayoría pueden identificar las diferentes situaciones de riesgo y tendrán más cuidado al ir descubriendo poco a poco sus destrezas y habilidades motrices básicas, teniendo siempre en cuenta su cuidado y su correcto trabajo para evitar contratiempos en el trabajo propuesto.

4.1.2 Encuestas Aplicadas a los padres de familia de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz.

Pregunta No. 1

1.- ¿Cree usted como padre de familia que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial?

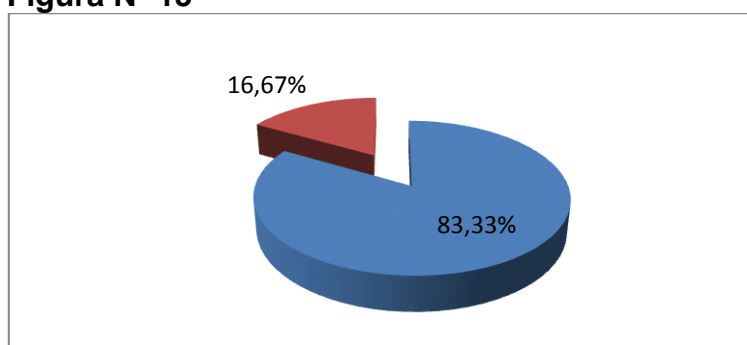
Tabla No.15

Alternativa	Frecuencia	%
Si	50	83,33
No	10	16,67
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 1

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura Nº 15



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 50 padres de familia que representan el 83,33% contestan que la cultura física **SI** mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial, y 10 que corresponden al 16,67% dicen que **NO**.

Interpretación: Los padres de familia encuestados en su mayoría están de acuerdo en que la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial, siendo un apoyo sustentable para esta investigación.

Pregunta No. 2

2.- ¿Cree usted como padre de familia que con el trabajo de la cultura física se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial?

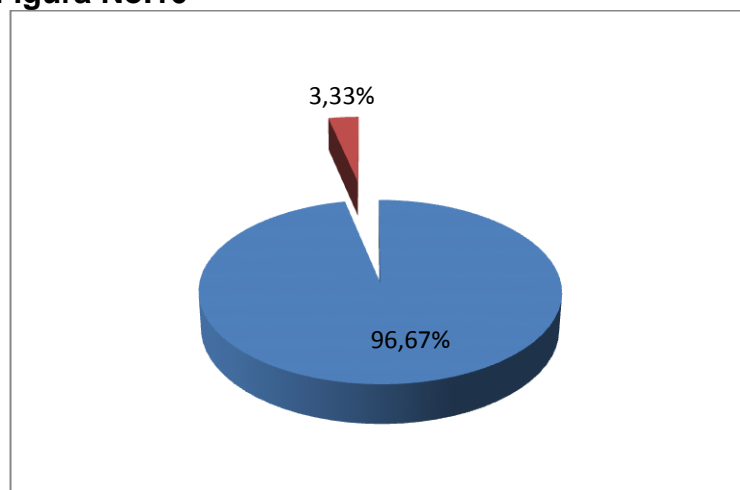
Tabla No.16

Alternativa	Frecuencia	%
Si	58	96,67
No	2	3,33
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 2

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No.16



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 58 padres de familia que representan el 96,67% contestan con el trabajo de la cultura física **SI** se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial, y 2 que representan al 3,33% dicen que **NO**.

Interpretación: El porcentaje de la encuesta indica que existe un mínimo desacuerdo en la importancia que tiene la cultura física para mejorar las diferentes capacidades que tienen los niños de educación inicial.

Pregunta No. 3

3.- ¿Piensa usted como padre de familia que con la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices?

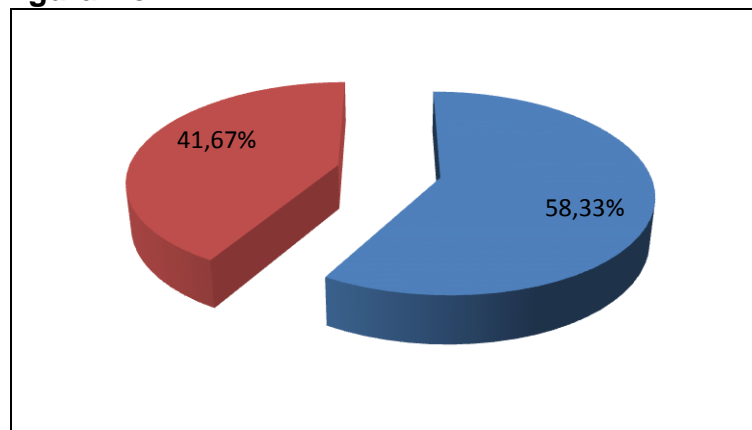
Tabla No.17

Alternativa	Frecuencia	%
Si	35	58,33
No	25	41,67
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 3

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 17



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 35 padres de familia que representan el 58,33% creen que con la cultura física los niños de educación inicial **SI** podrían mejorar sus capacidades motrices, y 25 que representan al 41,67% dicen que **NO**.

Interpretación: Este resultado permite y obliga a trabajar en orden y planificadamente con este ciclo para que todos conozcan los beneficios de la cultura física para mejorar el desarrollo de las capacidades motrices.

Pregunta No. 4

4.- ¿Cree usted como padre de familia que la cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial?

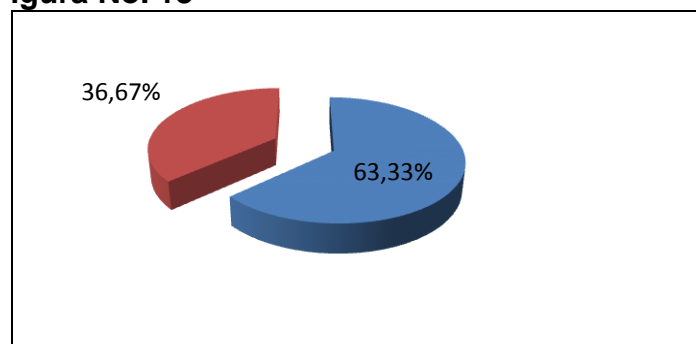
Tabla No.18

Alternativa	Frecuencia	%
Si	38	63,33
No	22	36,67
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 4

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 18



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 38 padres de familia que representan el 63,33% creen que la cultura física **SI** podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial, y 22 que representan al 36,67% dicen que **NO**.

Interpretación: Podemos entender que al no existir un trabajo con este nivel crea una expectativa sobre el desempeño dentro del mismo en cultura física, por lo que nos compromete aún más un trabajo correctamente estructurado para obtener resultados físicos y académicos mediante la cultura física en los niños de educación inicial.

Pregunta No. 5

5.- ¿Cree usted que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial?

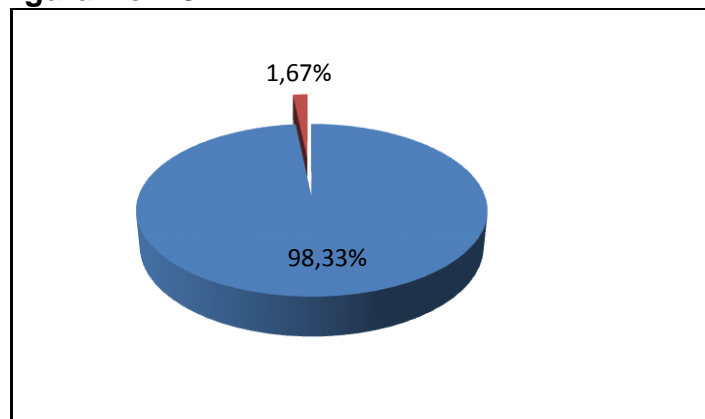
Tabla No.19

Alternativa	Frecuencia	%
Si	59	98,33
No	1	1,67
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 5

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 19



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 59 padres de familia que representan el 98,33% contestan que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física **SI** se mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial, y 1 que representan al 1,67% dice que **NO**.

Interpretación: Se cuenta con un aporte positivo de credibilidad en el trabajo de la cultura física en las habilidades motrices básicas.

Pregunta No. 6

6.- ¿Piensa usted como padre de familia que los niños de educación inicial podrían lograr más flexibilidad mediante el desarrollo de las habilidades motrices básicas en la cultura física?

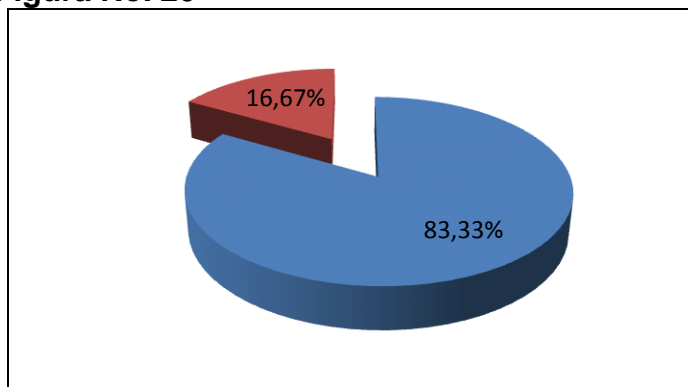
Tabla No.20

Alternativa	Frecuencia	%
Si	50	83,33
No	10	16,67
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 6

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 20



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: Contamos con un aporte de 50 padres de familia que representan el 83,33% que afirman que los niños de educación inicial **SI** podrían lograr más flexibilidad con el desarrollo de sus habilidades motrices mediante la cultura física, y 10 que representan al 16,67% que dicen que **NO**.

Interpretación: Al no existir el trabajado en este nivel aún existe un pequeño desacuerdo con los beneficios en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial.

Pregunta No. 7

7.- ¿Cree usted como padre de familia que los niños de educación inicial podrían desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física?

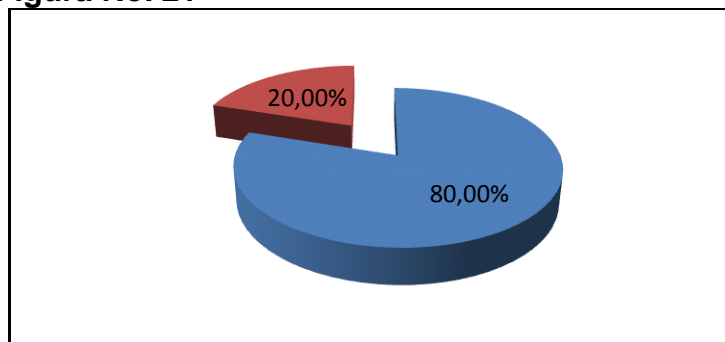
Tabla No.21

Alternativa	Frecuencia	%
Si	48	80,00
No	12	20,00
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 7

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 21



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 48 padres de familia que representan el 80,00% creen que los niños de educación inicial **SI** podrían desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física, y 12 que representan al 20,00% dicen que **NO**.

Interpretación: Por el desconocimiento en la importancia que tiene la cultura física en el desarrollo físico motriz, se puede constatar un pequeño desacuerdo en lo que esta puede ayudar para el desarrollo de la fuerza en los niños de educación inicial.

Pregunta No. 8

8.- ¿Cree usted como padre de familia que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física acrecentaran sus capacidades y habilidades físicas y motrices básicas?

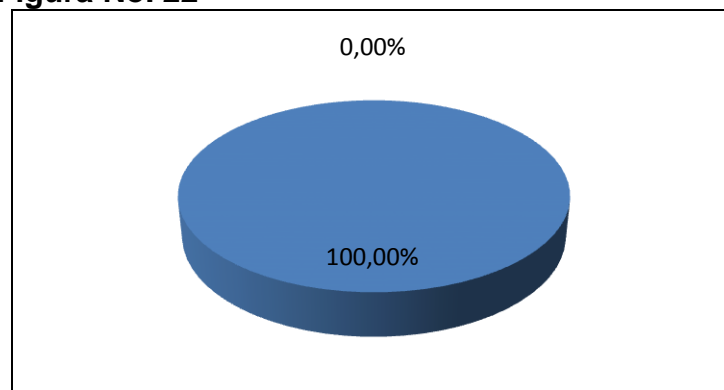
Tabla No.22

Alternativa	Frecuencia	%
Si	60	100,00
No	0	0,00
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 8

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 22



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 60 docentes que representan el 100,00% están de acuerdo en que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física **SI** acrecientan sus capacidades y habilidades físicas y motrices.

Interpretación: Este porcentaje impulsa a seguir adelante en una propuesta para poder trabajar adecuadamente en el correcto desarrollo de las habilidades motrices mediante la cultura física en los niños de educación inicial.

Pregunta No. 9

9.- ¿Piensa usted como padre de familia que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física?

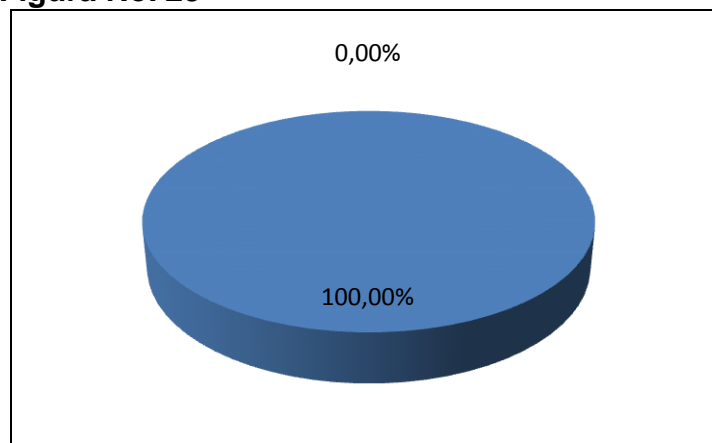
Tabla No.23

Alternativa	Frecuencia	%
Si	60	100,00
No	0	0,00
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 9

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 23



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 60 padres de familia que representan el 100,00% están de acuerdo que el ciclo de educación inicial **SI** deberían practicar la cultura física.

Interpretación: Un firme apoyo para seguir adelante con una propuesta de investigación y poder presentar un plan de trabajo correctamente estructurado para la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices en los niños de educación inicial.

Pregunta No. 10

10.- ¿Usted como padre de familia está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual?

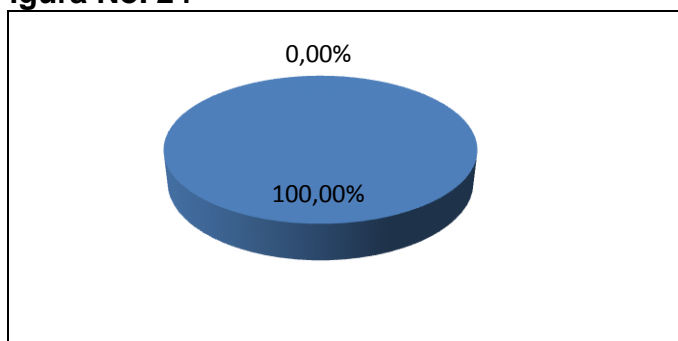
Tabla No.24

Alternativa	Frecuencia	%
Si	60	100,00
No	0	0,00
TOTAL	60	100,00

Pregunta No. 10

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 24



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 60 padres de familia que representan el 100,00% están de acuerdo que los niños de educación inicial **SI** deberían recibir las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual.

Interpretación: Un porcentaje motivador para seguir firmemente con la propuesta de investigación y poder presentar a las autoridades educativas respectivas un plan de trabajo de investigación correctamente estructurado y de esta manera poder integrar el mismo para un trabajo planificado y adecuado mediante la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices para los niños de educación inicial.

4.1.3 Encuestas Aplicadas a los docentes de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz.

Pregunta No. 1

1.- ¿Cree usted como docente que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial?

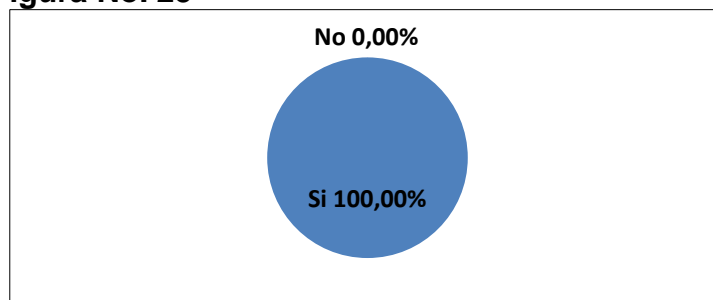
Tabla Nº25

Alternativa	Frecuencia	%
Si	18	100,00
No	0	0,00
TOTAL	18	100,00

Pregunta Nº. 1

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 25



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 18 docentes que representan el 100,00% contestan que la cultura física **SI** mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial, y ninguno correspondiente al 00,00% dicen que **NO**.

Interpretación: Los docentes encuestados están de acuerdo en que la cultura física **SI** mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial, siendo un apoyo sustentable para esta investigación.

Pregunta No. 2

2.- ¿Piensa usted como docente de la institución que con el trabajo de la cultura física se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial?

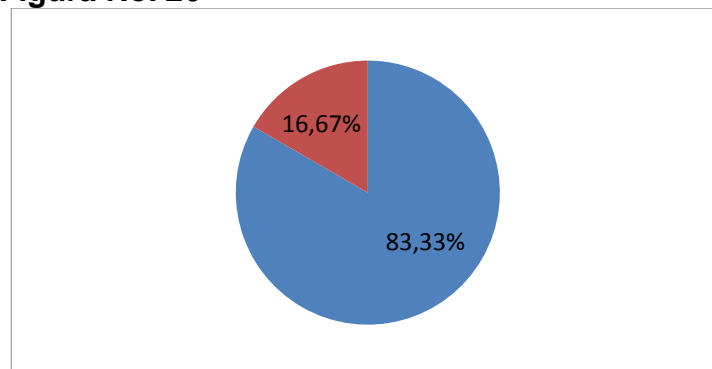
Tabla Nº 26

Alternativa	Frecuencia	%
Si	15	83,33
No	3	16,67
TOTAL	18	100,00

Pregunta Nº. 2

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 26



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 15 docentes que representan el 83,33% contestan con el trabajo de la cultura física **SI** se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial, y 3 que representan al 16,67% dicen que **NO**.

Interpretación: La falta de trabajo en este ciclo permite que exista un pequeño desacuerdo en la importancia que tiene la cultura física para mejorar las diferentes capacidades que tienen los niños de educación inicial.

Pregunta No. 3

3.- ¿Cree usted como docente de la institución que con la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices?

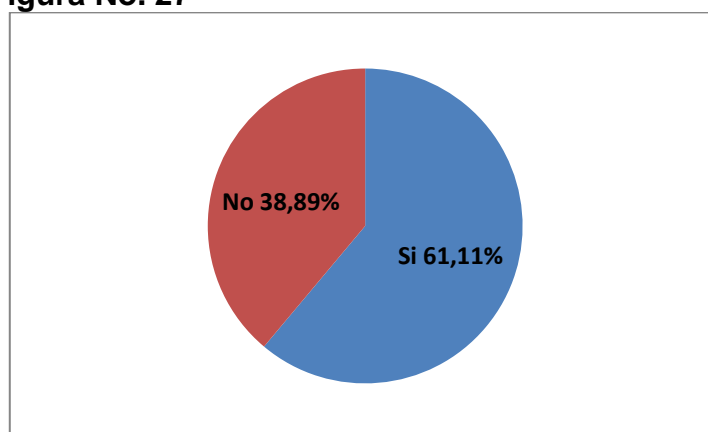
Tabla No. 27

Alternativa	Frecuencia	%
Si	11	61,11
No	7	38,89
TOTAL	18	100,00

Pregunta No. 3

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 27



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 11 docentes que representan el 61,11% creen que con la cultura física los niños de educación inicial SI podrían mejorar sus capacidades motrices, y 7 que representan al 38,89% dicen que **NO**.

Interpretación: Este porcentaje permite entender la necesidad de trabajar con este ciclo para que todos conozcan los beneficios de la cultura física para mejorar el desarrollo de las capacidades motrices.

Pregunta No. 4

4.- ¿Cree usted como docente de la institución que la cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial?

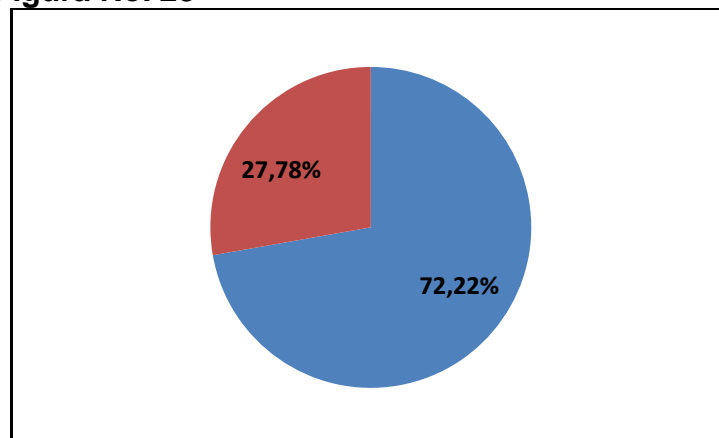
Tabla No. 28

Alternativa	Frecuencia	%
Si	13	72,22
No	5	27,78
TOTAL	18	100,00

Pregunta No. 4

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 28



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 13 docentes que representan el 72,22% creen que la cultura física **SI** podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial, y 5 que representan al 27,78% dicen que **NO**.

Interpretación: Este porcentaje da la credibilidad de seguir adelante con un plan de trabajo correctamente estructurado para obtener resultados físicos y académicos mediante la cultura física en los niños de educación inicial.

Pregunta No. 5

5.- ¿Piensa usted como docente de la institución que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial?

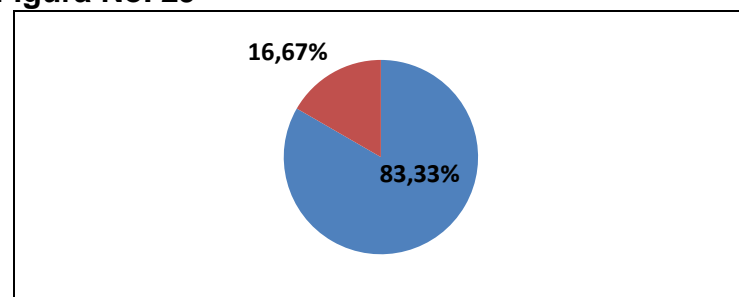
Tabla No. 29

Alternativa	Frecuencia	%
Si	15	83,33
No	3	16,67
TOTAL	18	100,00

Pregunta No. 5

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 29



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 15 docentes que representan el 83,33% contestan que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física **SI** se mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial, y 3 que representan al 16,67% dicen que **NO**.

Interpretación: Se evidencia un aporte positivo de credibilidad del trabajo de la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

Pregunta No. 6

6.- ¿Considera usted como docente de la institución que los niños de educación inicial podrían lograr más flexibilidad con el desarrollo de sus habilidades motrices mediante la cultura física?

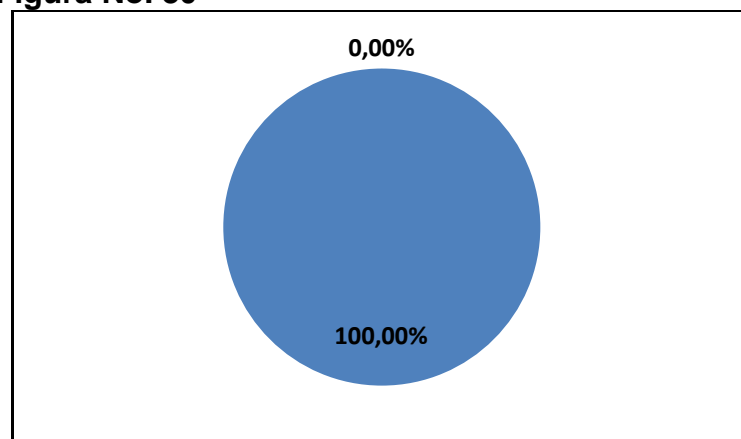
Tabla No.30

Alternativa	Frecuencia	%
Si	18	100,00
No	0	0,00
TOTAL	18	100,00

Pregunta No. 6

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 30



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: Con el aporte de 18 docentes que representan el 100,00 % que afirman que los niños de educación inicial **SI** podrían lograr más flexibilidad con el desarrollo de sus habilidades motrices mediante la cultura física.

Interpretación: Un porcentaje que impulsa a seguir adelante con una propuesta encaminada al bienestar y desarrollo de las habilidades motrices de los niños de educación inicial mediante la cultura física.

Pregunta No. 7

7.- ¿Cree usted como docente de la institución que los niños de educación inicial podrían desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física?

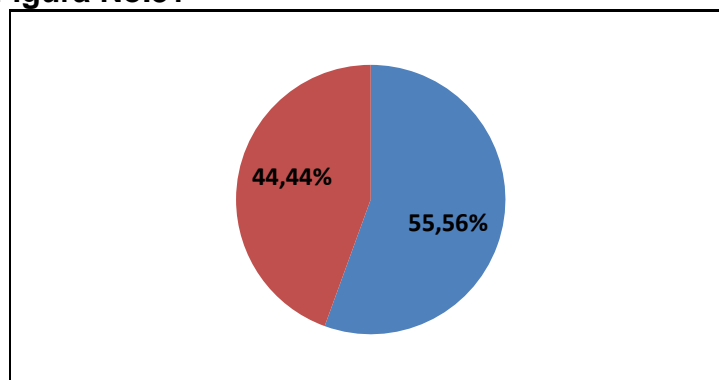
Tabla No. 31

Alternativa	Frecuencia	%
Si	10	55,56
No	8	44,44
TOTAL	18	100,00

Pregunta No. 7

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No.31



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 10 docentes que representan el 44,44% creen que los niños de educación inicial **SI** podrían desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física, y 8 que representan al 55,56% dicen que **NO**.

Interpretación: El desconocimiento de la importancia que tiene la cultura física en el desarrollo físico motriz permite que exista un pequeño desacuerdo en la importancia que tiene esta en los niños de educación inicial.

Pregunta No. 8

8.- ¿Cree usted como docente de la institución que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física acrecentarán sus capacidades y habilidades físicas y motrices básicas?

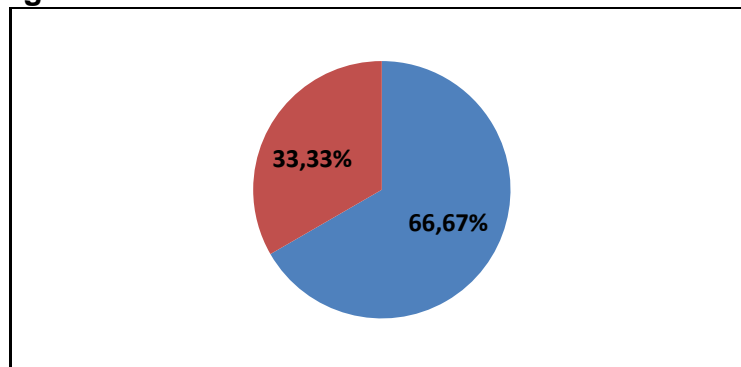
Tabla No. 32

Alternativa	Frecuencia	%
Si	12	66,67
No	6	33,33
TOTAL	18	100,00

Pregunta No. 8

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 32



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 12 docentes que representan el 66,67% están de acuerdo en que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física **SI** acrecientan sus capacidades y habilidades físicas y motrices, y 6 que representan al 33,33% dicen que **NO**.

Interpretación: Un tema que se debe ir trabajando adecuadamente para el correcto desarrollo de las habilidades motrices mediante la cultura física en los niños de educación inicial.

Pregunta No. 9

9.- ¿Piensa usted como docente de la institución que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física?

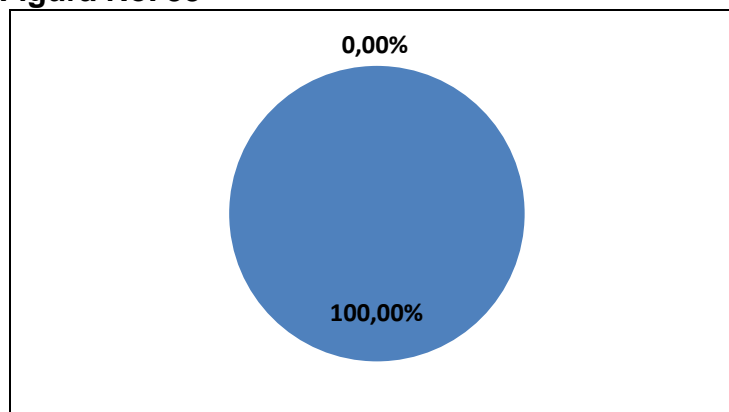
Tabla No. 33

Alternativa	Frecuencia	%
Si	18	100,00
No	0	0,00
TOTAL	18	100,00

Pregunta No. 9

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 33



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 18 docentes que representan el 100,00% están de acuerdo que el ciclo de educación inicial **SI** deberían practicar la cultura física.

Interpretación: Un firme apoyo para seguir adelante con una propuesta de investigación y presentar un plan de trabajo correctamente estructurado y así poder trabajar adecuadamente en el desarrollo de las habilidades motrices en los niños de educación inicial mediante la cultura física.

Pregunta No. 10

10.- ¿Usted como docente de la institución está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual?

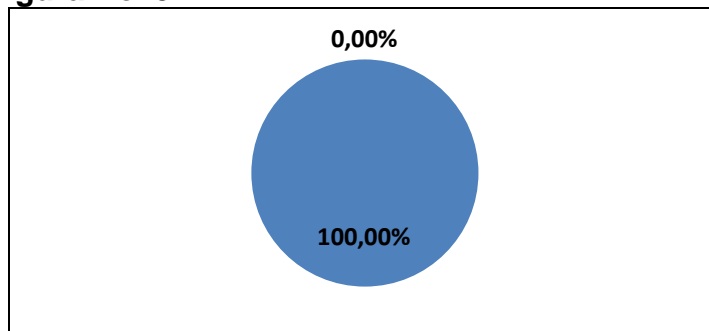
Tabla No. 34

Alternativa	Frecuencia	%
Si	18	100,00
No	0	0,00
TOTAL	18	100,00

Pregunta No. 10

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Figura No. 34



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes.

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Análisis: 18 docentes que representan el 100,00% están de acuerdo que los niños de educación inicial **SI** deberían recibir las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual.

Interpretación: Una motivación firme para seguir adelante con la propuesta de investigación y presentar a las autoridades educativas un plan de trabajo correctamente estructurado é integrar un trabajo adecuado mediante la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices en los niños de educación inicial.

4.2 Verificación de hipótesis

4.2.1 Planteamiento de la hipótesis

H₁.- La cultura física **SI** incide en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz del cantón Pastaza provincia de Pastaza.

H₀.- La cultura física **NO** incide en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz del cantón Pastaza provincia de Pastaza.

4.2.2 Descripción de la población

Se aplicó un cuestionario mediante una ficha de observación a los estudiantes y la encuesta dirigida a los padres de familia y docentes de la Unidad Educativa “Ceslao Marín” de la Parroquia Veracruz Cantón Pastaza.

Nivel de significancia.

Para la verificación de la hipótesis se trabajará con el nivel de significancia

$$\alpha = 0,05$$

Estimador estadístico

Se planteó un cuadro formado por diez filas y dos columnas, aplicándose la siguiente fórmula:

$$\chi^2 = \sum_i \frac{O - E^2}{E}$$

χ^2 = Chi cuadrado

Σ = Sumatoria

O = frecuencia observada, datos de la investigación

E = frecuencia teórica o esperada

4.2.3 Regla de decisión

Para la aceptación o rechazo de la hipótesis se determinó el número de grados de libertad, considerándose 10 filas y dos columnas.

$$gl = (f-1)(c-1)$$

$$gl = (10-1)(2-1)$$

$$gl = 9$$

Por lo tanto con 9 grados de libertad y un nivel de significancia 0,05, de acuerdo a la tabla de Chi Cuadrado, se obtuvo:

$$\chi^2_t = 16,92$$

4.2.4 Tabla N° 35 Estadística Chi-cuadrado

Grados libertad	Probabilidad de un valor superior - Alfa (α)				
	0,1	0,05	0,025	0,01	0,005
1	2,71	3,84	5,02	6,63	7,88
2	4,61	5,99	7,38	9,21	10,60
3	6,25	7,81	9,35	11,34	12,84
4	7,78	9,49	11,14	13,28	14,86
5	9,24	11,07	12,83	15,09	16,75
6	10,64	12,59	14,45	16,81	18,55
7	12,02	14,07	16,01	18,48	20,28
8	13,36	15,51	17,53	20,09	21,95
9	14,68	16,92	19,02	21,67	23,59
10	15,99	18,31	20,48	23,21	25,19
11	17,28	19,68	21,92	24,73	26,76
12	18,55	21,03	23,34	26,22	28,30
13	19,81	22,36	24,74	27,69	29,82
14	21,06	23,68	26,12	29,14	31,32
15	22,31	25,00	27,49	30,58	32,80
16	23,54	26,30	28,85	32,00	34,27
17	24,77	27,59	30,19	33,41	35,72
18	25,99	28,87	31,53	34,81	37,16
19	27,20	30,14	32,85	36,19	38,58
20	28,41	31,41	34,17	37,57	40,00
21	29,62	32,67	35,48	38,93	41,40
22	30,81	33,92	36,78	40,29	42,80
23	32,01	35,17	38,08	41,64	44,18
24	33,20	36,42	39,36	42,98	45,56
25	34,38	37,65	40,65	44,31	46,93
26	35,56	38,89	41,92	45,64	48,29
27	36,74	40,11	43,19	46,96	49,65
28	37,92	41,34	44,46	48,28	50,99
29	39,09	42,56	45,72	49,59	52,34
30	40,26	43,77	46,98	50,89	53,67
40	51,81	55,76	59,34	63,69	66,77
50	63,17	67,50	71,42	76,15	79,49
60	74,40	79,08	83,30	88,38	91,95
70	85,53	90,53	95,02	100,43	104,21
80	96,58	101,88	106,63	112,33	116,32
90	107,57	113,15	118,14	124,12	128,30
100	118,50	124,34	129,56	135,81	140,17

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

$$\alpha = 0,05 \alpha = 0,05$$

$$gl = 9X^2 t$$

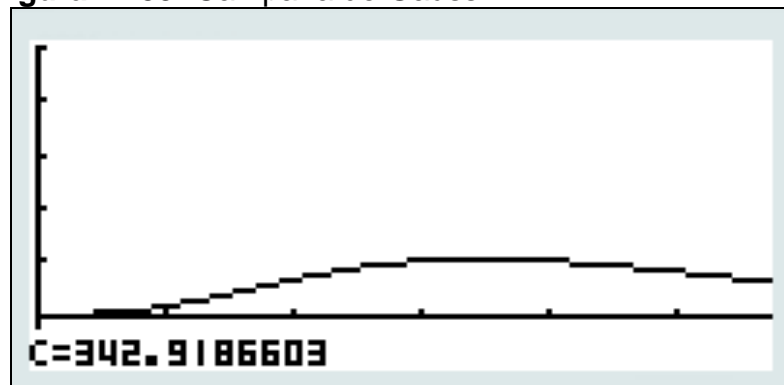
$$GI = 9$$

$$16,92$$

Se acepta la hipótesis nula si el valor a calcularse de X^2 es menor o igual al valor de X^2 tabular = 16,92; caso contrario se rechaza.

$X^2_t = 16,92$ Presenta el siguiente gráfico:

Figura N° 35: Campana de Gauss



Fuente: Ficha de observación aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

4.2.6. Cálculos Estadísticos de las encuestas

Cálculo de Chi cuadrado: Datos obtenidos de la investigación.

Tabla N°36: Frecuencias observadas en los estudiantes

Componente \ ítem	Si	No	Total
Pregunta 1	10	50	60
Pregunta 2	2	58	60
Pregunta 3	0	60	60
Pregunta 4	5	55	60
Pregunta 5	8	52	60
Pregunta 6	15	45	60
Pregunta 7	20	40	60
Pregunta 8	60	0	60
Pregunta 9	60	0	60
Pregunta 10	40	20	60
TOTAL	220	380	600

Fuente: Ficha de observación a los estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

Tabla Nº 37: Cálculo Chi-cuadrado ficha de observación estudiantes

O	E	(O - E)	(O - E) ² / E
Frecuencias observadas	Frecuencias esperadas		
10	22	-12	6.545454545
2	22	-20	18.18181818
0	22	-22	22
5	22	-17	13.13636364
8	22	-14	8.909090909
15	22	-7	2.227272727
20	22	-2	0.181818181
60	22	38	65.63636364
60	22	38	65.63636364
40	22	18	14.72727273
50	38	12	3.789473684
58	38	20	10.52631579
60	38	22	12.73684211
55	38	17	7.605263158
52	38	14	5.157894737
45	38	7	1.289473684
40	38	2	0.105263157
0	38	-38	38
0	38	-38	38
20	38	-18	8.526315789
600	600		
X²c =			342.92

Fuente: Ficha de observación estudiantes

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

4.2.7 Conclusión

Para estudiantes, el valor de $\chi^2_c = 342.92 > \chi^2_t = 16,92$.

Se puede observar que para el grupo de estudiantes se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis alterna.

Es decir que se confirma que la cultura fiscal **SI** incide en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín de la parroquia Veracruz del cantón Pastaza provincia de Pastaza.

Por lo tanto se comprueba la Hipótesis como verdadera.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- El poder obtener una metodología activa y dinámica en la cultura física para los niños del ciclo de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín, es de gran beneficio porque mediante la cultura física se podrá realizar un trabajo correcto y planificado para el trabajo motriz en los estudiantes.
- De acuerdo al porcentaje favorable que se ha obtenido en las encuestas realizadas a los docentes y padres de familia de la unidad educativa Ceslao Marín, se puede evidenciar claramente que en su mayoría afirman y están de acuerdo que la cultura física si beneficia en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial.
- Luego de realizar el trabajo investigativo sobre las necesidades de una propuesta de actividades lúdicas para la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial, al poder estructurarla se estaría proporcionando un aporte significativo tanto para los docentes de educación inicial, como para los estudiantes de este ciclo educativo mediante el cual se podrá realizar un trabajo efectivo, dinámico y planificado para este ciclo.

5.2 Recomendaciones

- Trabajar sin ningún temor en lo que demanda la cultura física haciendo de estas actividades algo diferente, dinámico y productivo para los estudiantes tanto físicamente como intelectual; utilizando una metodología activa y lúdica para el desempeño armónico y correcto de los niños de educación inicial.
- Incentivar al estudiante en cada una de las actividades físicas a realizar sin temor alguno de una manera segura y espontánea para que se integren en un trabajo dinámico en el desarrollo de las habilidades motrices básicas mediante la cultura física.
- Tomar como referencia la propuesta establecida para la misma que se realizó bajo una minuciosa investigación sobre las capacidades que tienen los niños de estos ciclos estructurada de acuerdo a su edad y capacidad de los niños de esta edad para poder ponerla en práctica para que los niños de educación inicial puedan desarrollar sus habilidades motrices básicas mediante la cultura física.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

“GUÍA DIDÁCTICA DE ACTIVIDADES LÚDICAS PARA LA CULTURA FÍSICA EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL”

6.1.- Datos informativos:

Institución:	Unidad Educativa “Ceslao Marín”
País:	Ecuador
Provincia:	Pastaza
Cantón:	Pastaza
Sector:	Parroquia Veracruz, vía Puyo – Macas Km 6 1/2

Equipo responsable:

Autor del proyecto:	Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba
Tutor del proyecto:	Dr. Patricio Gustavo Ortiz Ortiz Magíster
Población de Estudio:	Estudiantes del nivel de educación inicial

Tiempo estimado de la propuesta:

Inicio:	Abril del 2015
Finalización:	Julio del 2015

Beneficiarios: La presente guía didáctica de actividades lúdicas para la cultura física en las habilidades motrices básicas está dirigido para los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín”

6.2 Antecedentes de la Propuesta

Al haber realizado una observación directa a los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín, sobre diferentes habilidades motrices básicas y su desempeño en ellas, luego de ingresar los datos en una ficha de observación y posteriormente haber realizado encuestas a los padres de familia y docentes sobre las actividades físicas que se manejan en el ciclo de educación inicial, se encuentra claramente la necesidad de que los niños de esta edad deban manejar ya un esquema estructurado y planificado para que las maestras de educación inicial puedan realizar un trabajo ya encaminado hacia el desarrollo de las habilidades motrices básicas mediante la cultura física de los estudiantes.

Como profesor del área de cultura física y al haber tenido la oportunidad de trabajar con los estudiantes de este ciclo, estoy convencido de la necesidad existente sobre las habilidades motrices básicas en los estudiantes de educación inicial, ya que no cuentan con una guía para el área de cultura física y al haber obtenido los resultados estadísticos de las encuestas realizadas tanto en la ficha de observación a los estudiantes como en las encuestas a los padres de familia es preciso el poder crear una guía encaminada para las habilidades motrices básicas mediante la cultura física para los niños de educación inicial.

Al proponer una guía de actividades lúdicas para la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial, con fundamentación básica de las actividades que los niños de esta edad pueden y deben realizar mediante la cultura física para el desarrollo de sus habilidades motrices básicas, creo muy fundamentadamente que su desarrollo y progreso tanto mental, físico y psicológico, tendrán un crecimiento muy diferente al de los otros niños de estos ciclos de educación inicial en los cuales sus maestras aun no conozcan sobre esta propuesta.

6.3 Justificación

Al haberse integrado por parte del ministerio de educación un nuevo nivel escolar como lo es el de educación inicial en los planteles educativos, es necesario también integrar una guía de actividades lúdicas para la cultura física, con fundamentación básica de las actividades que los niños de esta edad pueden y deben realizar para el desarrollo de sus habilidades motrices básicas.

Ya que se ha podido constatar que las maestras de este nivel no realizan un trabajo adecuado para el desarrollo de las habilidades motrices de los niños de este ciclo educativo, por su desconocimiento en lo que se refiere al área de cultura física.

Esta edad preescolar, es un período de la vida del niño donde se sientan las bases para su desarrollo físico y espiritual. Durante estos sus primeros años de vida se asimilan conocimientos, habilidades y hábitos, donde se forman capacidades, cualidades que conllevan a lograr una educación integral, asumiendo una importancia vital en su desarrollo general.

La planificación de tareas motrices desde su forma más simple hasta la más compleja facilita y estimula la motricidad de los pequeños.

La motricidad asume todos los movimientos del ser humano ya que estos movimientos determinan el comportamiento motor de los niños de 1 a 6 años que se manifiestan por medio de las habilidades motrices básicas, que expresan a su vez los movimientos naturales del hombre.

El presente trabajo está enmarcado en la etapa preescolar específicamente en los niños de 4 a 5 años de edad que tienen características motrices que los distinguen entre las que se destacan las siguientes: se manifiesta la carrera con aumento en la fase de vuelo, mejor ritmo y coordinación, manteniéndose la misma con mayor distancia.

La ejecutan además bordeando objetos, con cambio en la dirección (al frente, atrás, derecha e izquierda) y combinada con los movimientos de lanzar y golpear.

Como docente en el área de cultura física es de gran interés que mediante la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices básicas, se maneje correctamente, que su desenvolvimiento sea direccionado y de gran ayuda tanto intelectual como físicamente para los niños de este nivel, y para su desarrollo en los siguientes ciclos estudiantiles.

Para realizar esta guía de actividades lúdicas para la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial, la investigación está sustentada en manuales, libros, guías, folletos, internet que contiene información sobre los trabajos que se realizan con los niños de este nivel escolar, copilando aquellas propuestas teóricas prácticas más relevantes y fundamentando el problema para la concepción del problema y la elaboración de la propuesta de solución al mismo.

6.4 Objetivos de la Propuesta

6.4.1 Objetivo General

Elaborar una guía de actividades lúdicas específica y concreta encaminada al desarrollo de las habilidades motrices básicas mediante la cultura física en los niños de educación inicial en los niños de educación inicial de la unidad educativa” Ceslao Marín “

6.4.2 Objetivos Específicos

- Socializar esta guía didáctica de actividades lúdicas para cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial para afianzarnos más en el tema y lograr de esta manera un trabajo en conjunto con las maestras que trabajan en el nivel de educación inicial.
- Proponer una alternativa didáctica para la cultura física y así desarrollar las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial.
- Aplicar la alternativa didáctica para realizar un trabajo correcto y adecuado mediante la cultura física para el desarrollo de las habilidades motrices de los niños de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín
- Evaluar esta guía mediante la cultura física con un correcto aprendizaje y desarrollo físico al desarrollar las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial generando niños competitivos.

6.5 Análisis de Factibilidad

Esta propuesta investigativa fue factible realizarlo porque existió el apoyo total de los involucrados en la misma para su elaboración y ejecución, como son los estudiantes, padres de familia, docentes y autoridades de la Unidad Educativa Ceslao Marín, de la parroquia Veracruz, provincia de Pastaza..

Dentro del análisis de factibilidad se tomara en cuenta los siguientes:

Factibilidad económica, para la misma se cuenta con los recursos económicos necesarios para el desarrollo de la propuesta, la misma que

se desarrollara dentro del campo educativo, específicamente en el área de cultura física con implementación existente, y fácil de adquirir.

Factibilidad política, en su definición del problema de la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín, elegido para resolver, el mismo que implica cambios en el proceso que mantiene el nivel de educación inicial, porque estaría cambiando su estructura en lo que se refiere al desarrollo de las habilidades motrices básicas, teniendo la opción de elegir su forma de trabajar en lo que se refiere a este tema.

Factibilidad tecnológica, es óptima, porque los recursos tecnológicos con los que cuenta la institución satisfacen los requerimientos mínimos y necesarios para la aplicación de esta guía de actividades lúdicas para la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial.

Factibilidad de equidad de género, esta guía permitirá ayudar al desarrollo de las habilidades motrices básicas mediante la cultura física tanto al género masculino como al femenino del nivel de educación inicial.

6.6 Fundamentación

La presente propuesta en esta guía de actividades lúdicas para la cultura física en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial, se sustenta en las reformas de la práctica educativa, que nos permite orientar la enseñanza aprendizaje con el fin de forjar un individuo y una sociedad digna y coherente con la realidad actual de una educación moderna y actualizada dentro de un mundo globalizado.

La propuesta está fundamentada en la idea que todos los niños se desarrollan de acuerdo a su edad, en este sentido tomando como referencia que la educación en nivel inicial, tiene como finalidad iniciar la formación integral de los niños y niñas en sus hábitos, habilidades, destrezas, actividades y valores.

Es así que el desarrollo de sus potencialidades e intereses en el área de cultura física forman un papel fundamental en el desarrollo de su formación en todo su aspecto o dimensión, ya que tiene como objeto de estudio al hombre en movimiento y las relaciones sociales creadas a partir de esa aptitud o actitud, que son las que lo conforman en lo: físico, moral, psíquico, afectivo y social.

Es importante la planificación de actividades utilizando estrategias que brinden al niño y la niña la cantidad y calidad de experiencias motrices posibles en la primera infancia porque la que se realice en esa edad será fundamental en la que sea el futuro adulto.

**GULA DIDÁCTICA DE ACTIVIDADES LÚDICAS
PARA LA CULTURA FÍSICA
EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS
DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL**



ÍNDICE

Índice.....	117
Introducción.....	118
Objetivos de la cultura física en el nivel de inicial.....	118
Aprendizajes a ser alcanzados.....	118
Bloque N° 1.....	119
Actividades N° 1 Movimiento de nuestro cuerpo.....	120
Correr.....	120
Plan de actividades N° 1.....	121
Saltar.....	125
Plan de actividades N° 2.....	126
Lanzar.....	130
Plan de actividades N° 3.....	131
Bloque N° 2.....	135
Actividades N° 2 Movimiento y desplazamiento del cuerpo con ayuda de diferentes objetos.....	136
Plan de actividades N° 4.....	137
Bloque N° 3.....	141
Actividades N° 3 Controlar el equilibrio y la coordinación global de su cuerpo.....	142
Plan de actividades N° 5.....	143

Introducción

La educación en nivel inicial, tiene como finalidad iniciar la formación integral de los niños y niñas en sus hábitos, habilidades, destrezas, actividades y valores.

Es así que el desarrollo de sus potencialidades e intereses en el área de cultura física forman un papel fundamental en el desarrollo de su formación en todo su aspecto o dimensión, ya que tiene como objeto de estudio al hombre en movimiento y las relaciones sociales creadas a partir de esa aptitud o actitud, que son las que lo conforman en lo: físico, moral, psíquico, afectivo y social.

Es por ello, que es importante la planificación de actividades utilizando estrategias que brinden al niño y la niña la cantidad y calidad de experiencias motrices posibles en la primera infancia porque la que se realice en esa edad será fundamental en la que sea el futuro adulto.

Objetivos de la cultura física en el nivel de inicial

Que el niño y la niña avancen progresivamente en la adquisición de las habilidades motrices básicas enfocadas en pequeños y grandes movimientos a través de la cultura física mediante juegos y actividades de expresión corporal y creativa.

Aprendizajes a ser alcanzados:

1. Realizar movimientos a diferentes ritmos (correr, saltar y lanzar).
2. Manipular objetos que le permitan mover y desplazar su propio cuerpo.
3. Controlar el equilibrio y la coordinación global de su cuerpo.

BLOQUE Nº 1

PLAN MICROCURRICULAR PARA CULTURA FISICA EN EL NIVEL DE EDUCACION INICIAL		
Unidad Educativa Ceslao Marín	Nivel: Inicial	Año :
Fecha de inicio:	Fecha de culminación:	Nº Estudiantes: 30
Plan de bloque:	Movimientos a diferentes ritmos	Tiempo: 32 periodos / 30 min
Eje transversal:	El cuidado de su salud y los hábitos de recreación de los estudiantes	
Eje curricular integrador:	Desarrollar las capacidades físicas y destrezas motrices, cognitivas y socioafectivas para mejorar la calidad de vida.	
Ejes del aprendizaje:	Habilidades motrices básicas	
Objetivo educativo: Reconocer los segmentos corporales y relacionarlos con el movimiento con el fin de desarrollar las habilidades motrices básicas mediante actividades lúdicas, para desempeñarse adecuadamente en distintas actividades.		
Indicadores esenciales de evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> • Caminar y correr sobre un espacio determinado, realizando cambios de dirección y velocidad. • Demuestra distintas formas de desplazamiento • Salta con impulso y sobre obstáculos • Lanza un objeto a la dirección deseada • Practica hábitos de aseo y normas de comportamiento en las actividades diarias 	

6.6.1 ACTIVIDAD N° 1

MOVIMIENTO DE NUESTRO CUERPO (CORRER, SALTAR Y LANZAR).

Correr:



Datos:

Nivel:	Educación Inicial
Edad promedio:	5-6 años.
Participantes:	30 estudiantes
Contenido:	Habilidades motrices básicas en "la Carrera".
Tiempo:	8 periodos de 30 minutos c/u

Objetivo: Desarrollar las habilidades motrices básicas para la carrera: gatear, cuadrupedia, caminar, saltar a través de juegos de recorridos.

Estrategias metodológicas: Actividades lúdicas

PLAN DE ACTIVIDAD N° 1

DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO	RECURSOS	ACTIVIDADES	EVALUACION									
<p>Coordinar diversas formas de desplazamiento (gatear, cuadrupedia, caminar, correr, saltar), según la dirección del movimiento: adelante, atrás, a un lado a otro</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Patio •Planos inclinados •Espacios verdes •Conos •Pelotas •Globos 	<ul style="list-style-type: none"> • Conversar y explicar sobre el contenido a trabajar en la clase explicando las normas generales que se debe seguir. • Acondicionamiento neuromuscular mediante un juego • Describir y demostrar diversas formas de desplazamiento con movimientos de animales adoptando varias posturas. • Ejecutar juegos de caminar y correr, con cambios de ritmo, parejas, obstáculos, entre otros. • Corregir posibles errores atendiendo a las diferencias individuales 	<p>Técnica: Observación</p> <p>Instrumento: Lista de cotejo</p> <table border="1" data-bbox="1406 772 1980 1150"> <thead> <tr> <th data-bbox="1406 772 1848 852">DESTREZA</th> <th data-bbox="1848 772 1906 852">SI</th> <th data-bbox="1906 772 1980 852">NO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="1406 852 1848 1023">Maneja direcciones espaciales básicas como adelante, atrás un lado a otro</td> <td data-bbox="1848 852 1906 1023"></td> <td data-bbox="1906 852 1980 1023"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="1406 1023 1848 1150">Adapta los juegos de caminar a los de correr con facilidad</td> <td data-bbox="1848 1023 1906 1150"></td> <td data-bbox="1906 1023 1980 1150"></td> </tr> </tbody> </table>	DESTREZA	SI	NO	Maneja direcciones espaciales básicas como adelante, atrás un lado a otro			Adapta los juegos de caminar a los de correr con facilidad		
DESTREZA	SI	NO										
Maneja direcciones espaciales básicas como adelante, atrás un lado a otro												
Adapta los juegos de caminar a los de correr con facilidad												

Inicio:

Acondicionamiento neuromuscular:

**Juego “Yo imito a los animales”

Todos los niños en forma dispersa por el área de trabajo imitarán a los animalitos como ellos caminan, en el orden que nombre el maestro.

- Como caminan los perros.
- Como caminan los patos.
- Como caminan los monos.
- Como caminan los cangrejos, etc.

Variante 1: Hacerlo en diferentes velocidades: rápido, despacio, lento.

Variante 2: Hacerlo en diferentes direcciones: adelante, atrás, izquierda, derecha.



Desarrollo:

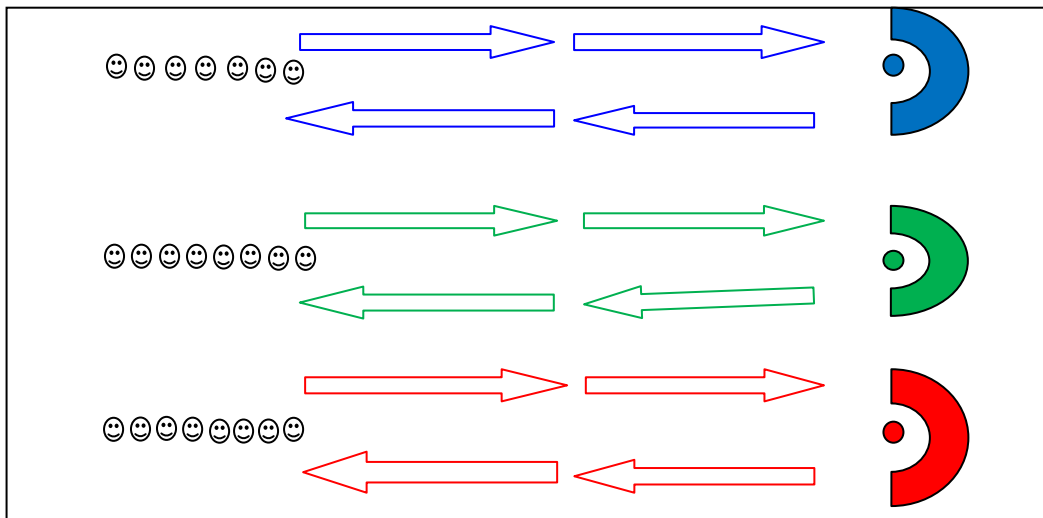
Dinámica “Carreras de relevos”.

Organización:

Formar 3 equipos en columnas, cada equipo con un globo.

Descripción:

A la orden de salida (señales, silbido, palmada, etc.), del profesor los primeros de cada equipo o columna se desplazarán en carrera hacia un obstáculo o delimitación ubicada a unos 10 metros, lo bordearán y regresarán para entregar el globo al segundo participante y así sucesivamente hasta pasar todos.



Variante 1: Aumentar la distancia del obstáculo o delimitación.

Variante 2: Hacer la salida en diferentes posiciones: de pie, de rodillas, sentados, acostados.

Variante 3: Correr en diferentes posturas: adelante, atrás, de lado, sentados.



Vuelta a la calma:

- **Recuperación:** Caminar sobre las líneas laterales de la cancha, respirando y expirando aire.
- **Sobre la clase:** Conversar sobre las actividades realizadas para conocer sus inquietudes y poder corregir errores para el desarrollo de la misma.
- **Orden:** Recoger el material entre todos ordenadamente.
- **Salida:** Formación del trencito para ir asearse ordenadamente y poder regresar al aula.

Materiales: Espacios recreativos, conos, pelotas, globos.

Saltar:



Datos:

Nivel:	Educación Inicial
Edad promedio:	5-6 años.
Participantes:	30 estudiantes
Contenido:	Habilidades motrices básicas "Saltar".
Tiempo:	8 periodos de 30 minutos c/u

Objetivo: Desarrollar las habilidades motrices básicas para saltar: dos pies, un pie, a través de juegos de recorridos.

Estrategias metodológicas: Actividades lúdicas

PLAN DE ACTIVIDAD Nº 2

DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO	RECURSOS	ACTIVIDADES	EVALUACION																					
<p>Saltar de diferentes forma:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Con impulso • Sin impulso • Sobre obstáculos 	<ul style="list-style-type: none"> •Patio •Espacios verdes •Conos •Bastones •Ulas •Otros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Explicar sobre el contenido a trabajar en la clase sobre las normas generales a seguir. • Acondicionamiento neuromuscular mediante un juego • Describir y demostrar el procedimiento con y sin impulso demostrando el movimiento. • Proponer y ejecutar juegos de saltos utilizando distintos elementos, con reglas sencillas. • Crear nuevas posibilidades de obstáculos y saltos. • Corregir posibles errores atendiendo a las diferencias individuales 	<p>Técnica: Observación</p> <p>Instrumento: Lista de cotejo</p> <table border="1" data-bbox="1406 770 1980 1190"> <thead> <tr> <th>DESTREZA</th> <th>SI</th> <th>NO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Coordina los movimientos correr saltar</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Encuentra variantes al realizar los saltos con y sin impulso</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ejecuta saltos sobre los obstáculos con iniciativa</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Compara sus capacidades y habilidades para saltar obstáculos</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ejecuta varias formas de saltar con creatividad</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Comparte con entusiasmo y autonomía los juegos de saltar</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	DESTREZA	SI	NO	Coordina los movimientos correr saltar			Encuentra variantes al realizar los saltos con y sin impulso			Ejecuta saltos sobre los obstáculos con iniciativa			Compara sus capacidades y habilidades para saltar obstáculos			Ejecuta varias formas de saltar con creatividad			Comparte con entusiasmo y autonomía los juegos de saltar		
DESTREZA	SI	NO																						
Coordina los movimientos correr saltar																								
Encuentra variantes al realizar los saltos con y sin impulso																								
Ejecuta saltos sobre los obstáculos con iniciativa																								
Compara sus capacidades y habilidades para saltar obstáculos																								
Ejecuta varias formas de saltar con creatividad																								
Comparte con entusiasmo y autonomía los juegos de saltar																								

Inicio:

Acondicionamiento neuromuscular

Juego “El canguro inteligente”

Todos los niños en forma dispersa caminarán por el área de trabajo al escuchar un silbido comenzarán a saltar y avanzarán saltando como los canguros hacia un punto indicado, cuando escuchen 2 silbidos seguidos se acostarán en el lugar que estén como engaño a los cazadores de canguros, sin moverse, hasta escuchar nuevamente el silbido para seguir avanzando saltando a su punto de salvación.

Variante 1: Cambiar la orden de indicación: aplauso, grito, etc.

Variante 2: Colocar diferentes puntos de salvación indistintamente o coordinadamente según la necesidad.



Desarrollo:

Dinámica: Desplazamientos sobre obstáculos

Organización:

Formar 3 o más equipos en columnas.

Colocar diferentes obstáculos en el recorrido indicado, (bastones, ulas, cuerdas, etc.)

Descripción:

A la orden de salida (señales, silbido, palmada, etc.), del profesor los primeros de cada equipo o columna se desplazarán en carrera saltando los obstáculos colocados en el recorrido, al llegar al final podrá salir el siguiente participante y así sucesivamente hasta pasar todos.



Variante 1: Saltar las ulas o bastones colocados en secuencia con un solo pie, (derecho, izquierdo).

Variante 2: Saltar las ulas o bastones colocados en secuencia con dos pies.

Variante 3: Saltar las ulas o bastones colocados en secuencia alternadamente: con un solo pie, (derecho, izquierdo), luego dos y así sucesivamente hasta terminar los obstáculos.



Vuelta a la calma

- **Recuperación:** Caminar sobre las líneas laterales de la cancha, respirando y expirando aire.
- **Sobre la clase:** Conversar sobre las actividades realizadas para conocer sus inquietudes y poder corregir errores para el desarrollo de la misma.
- **Orden:** Recoger el material entre todos ordenadamente.
- **Salida:** Formación del trencito para ir asearse ordenadamente y poder regresar al aula.

Materiales: Espacios recreativos, bastones, ulas, conos.

Lanzar:



Datos:

Nivel:	Educación Inicial
Edad promedio:	5-6 años.
Participantes:	30 estudiantes
Contenido:	Habilidades motrices básicas en "Lanzar".
Tiempo:	8 periodos de 30 minutos c/u

Objetivo: Desarrollar las habilidades motrices básicas para lanzar.

Estrategias metodológicas: Actividades lúdicas

PLAN DE ACTIVIDAD Nº 3

DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO	RECURSOS	ACTIVIDADES	EVALUACION									
<p>Lanzar diversos objetos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Varias formas • Diferentes distancias 	<ul style="list-style-type: none"> •Patio •Espacios verdes •Globos •Pelotas de •Otros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Explicar sobre el contenido a trabajar en la clase sobre las normas generales a seguir. • Acondicionamiento neuromuscular mediante un juego • Demostrar las diferentes posibilidades de lanzar diferentes objetos • Encontrar en forma individual y grupal nuevas formas de lanzamiento con creatividad. • Ejecutar lanzamientos de diferentes posiciones y diferentes objetos. • Corregir posibles errores atendiendo a las diferencias individuales 	<p>Técnica: Observación</p> <p>Instrumento: Lista de cotejo</p> <table border="1" data-bbox="1406 772 1980 963"> <thead> <tr> <th>DESTREZA</th> <th>SI</th> <th>NO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Domina el objeto a lanzar</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Lanza y recibe objetos de compañeros ubicados a diferentes distancias</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	DESTREZA	SI	NO	Domina el objeto a lanzar			Lanza y recibe objetos de compañeros ubicados a diferentes distancias		
DESTREZA	SI	NO										
Domina el objeto a lanzar												
Lanza y recibe objetos de compañeros ubicados a diferentes distancias												

Inicio:

Acondicionamiento neuromuscular

Juego “El cachorro herido”

Todos los niños formados en línea se colocarán en posición cúbito ventral (boca abajo), el maestro narrará una historia de un cachorrito que sufrió un accidente y como él se movilizaba para poder alimentarse, al escuchar la orden el estudiante debe realizar el gesto del cachorro para avanzar algún punto indicado, tratando de llegar lo más rápido. Ejm: el cachorrito no tenía sus dos patitas traseras y tenía que avanzar apoyándose en sus dos patitas delanteras, el estudiante tiene que avanzar apoyándose solo en sus manos arrastrando todo su cuerpo como lo haría el cachorrito.

Variante 1: Hacerlo en diferentes velocidades: rápido, despacio, lento.

Variante 2: Hacerlo en diferentes direcciones: adelante, atrás, izquierda, derecha.



Desarrollo:

Dinámica: Lanzamientos con implementos suaves (globos, pelotas de hule, bolas de papel, etc.).

Organización:

Colocar al grupo en línea, tratando de obtener el mayor espacio posible para su desplazamiento.

Entregar a cada uno de los estudiantes un globo mediano inflado.

Descripción:

Caminar indistintamente por el área de trabajo golpeando el globo con la palma de la mano hacia arriba sin dejar caerlo haciéndolo cada vez más fuerte y alto.



Variante 1: Caminamos hacia adelante golpeando el globo hacia arriba.

Variante 2: Caminamos hacia atrás golpeando el globo hacia arriba.

Variante 3: Nos colocamos en posición cubito dorsal (boca arriba), y lanzamos el globo con ambas manos y nos movilizamos rápidamente donde vaya antes de que este caiga al piso.



Vuelta a la calma

- **Recuperación:** Caminar sobre las líneas laterales de la cancha, respirando y expirando aire.
- **Sobre la clase:** Conversar sobre las actividades realizadas para conocer sus inquietudes y poder corregir errores para el desarrollo de la misma.
- **Orden:** Recoger el material entre todos ordenadamente.
- **Salida:** Formación del trencito para ir asearse ordenadamente y poder regresar al aula.

Materiales: Espacios recreativos, globos.

BLOQUE Nº 2

PLAN MICROCURRICULAR PARA CULTURA FISICA EN EL NIVEL DE EDUCACION INICIAL		
Unidad Educativa Ceslao Marín	Nivel: Inicial	Año :
Fecha de inicio:	Fecha de culminación:	Nº Estudiantes: 30
Plan de bloque:	Manipular objetos que permiten y desplazar nuestro cuerpo	Tiempo: 32 periodos / 30 min
Eje transversal:	Formación de una sociedad democrática	
Eje curricular integrador:	Desarrollar las capacidades físicas y destrezas motrices, cognitivas y sociafectivas para mejorar la calidad de vida.	
Ejes del aprendizaje:	Habilidades motrices básicas	
Objetivo educativo: Desarrollar habilidades expresivas, imitativas y creativas a través del movimiento con diferentes objetos, mediante actividades lúdicas con el fin de comunicarse y participar en las diferentes actividades diarias.		
Indicadores esenciales de evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta acciones prácticas de caminar, correr, saltar y lanzar con diferentes objetos • Combina movimientos de correr saltar y saltar correr en actividades lúdicas • Practica juegos de forma individual y grupal • Practica juegos de conducción y transportación de objetos hacia diferentes direcciones • Practica hábitos de aseo y normas de comportamiento en las actividades diarias 	

ACTIVIDAD Nº 2

MOVIMIENTO Y DESPLAZAMIENTO DEL CUERPO CON AYUDA DE DIFERENTES OBJETOS



Datos:

Nivel:	Educación Inicial
Edad promedio:	5-6 años.
Participantes:	30 estudiantes
Contenido:	Habilidades motrices básicas "Movimientos corporales".
Tiempo:	8 periodos de 30 minutos c/u

Objetivo: Desarrollar las habilidades motrices básicas para realizar movimientos naturales corporales de nuestro cuerpo con y sin objetos a través de juegos de recorridos.

Estrategias metodológicas: Actividades lúdicas

PLAN DE ACTIVIDAD Nº 4

DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO	RECURSOS	ACTIVIDADES	EVALUACION																		
<p>Experimentar diferentes formas de desplazamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forma individual • Forma grupal 	<ul style="list-style-type: none"> •Patio •Espacios verdes •Otros 	<ul style="list-style-type: none"> • Explicar sobre el contenido a trabajar en la clase sobre las normas generales a seguir. • Acondicionamiento neuromuscular mediante un juego • Describir y demostrar diversas formas de desplazamiento adoptando varios elementos en diferentes posturas • Proponer movimientos y ejercicios experimentando según el objeto a desplazar ya sea individual o en parejas • Corregir posibles errores atendiendo a las diferencias individuales 	<p>Técnica: Observación</p> <p>Instrumento: Lista de cotejo</p> <table border="1" data-bbox="1406 772 1980 1158"> <thead> <tr> <th>DESTREZA</th> <th>SI</th> <th>NO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Diferencia en que terreno es más apropiado trabajar</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Se desplaza trabajando en todo el espacio indicado</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ejecuta las actividades físicas con interés</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Combina los movimientos con creatividad</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Compara su rendimiento con el de sus compañeros mediante pequeñas competencias</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	DESTREZA	SI	NO	Diferencia en que terreno es más apropiado trabajar			Se desplaza trabajando en todo el espacio indicado			Ejecuta las actividades físicas con interés			Combina los movimientos con creatividad			Compara su rendimiento con el de sus compañeros mediante pequeñas competencias		
DESTREZA	SI	NO																			
Diferencia en que terreno es más apropiado trabajar																					
Se desplaza trabajando en todo el espacio indicado																					
Ejecuta las actividades físicas con interés																					
Combina los movimientos con creatividad																					
Compara su rendimiento con el de sus compañeros mediante pequeñas competencias																					

Inicio:

Acondicionamiento neuromuscular

Juego “El trencito”

Se formarán 4 equipos de estudiantes formados en columnas, los mismos que estarán ubicados en las esquinas del área de trabajo, el primer niño será el capitán del tren y será quien lleve al tren a su meta sin sufrir ningún accidente.

A la orden de salida los trenes deberán cruzarse de norte a sur y de este a oeste de acuerdo a la orden del profesor, sin que ningún vagón se suelte en este caso los niños que representan a los vagones no deberán soltarse, el equipo que quede con más vagones hasta llegar al punto indicado será el ganador.

Variante 1: Cambiar la orden de indicación: aplauso, silbido, palabras claves, señalizaciones, etc.

Variante 2: Colocar diferentes puntos de cruce y de llegada del tren.



Desarrollo:

Desplazamiento con materiales: Saltos, carreras, giros

Organización:

Formamos 3 o más grupos en columnas, realizando diferentes pruebas con obstáculos como: el costal, globos, pelotas de goma, etc.

Descripción:

Se realizará pruebas competitivas de acuerdo al objeto a dominar, siendo estas de ida y vuelta y en forma de relevos para que el grupo trabaje en forma competitiva con los demás grupos.



Variante 1: Carrera de ensacados.

Variante 2: Saltos con globos entre las piernas.

Variante 3: Carrera de relevos con cambios de chalecos.



Vuelta a la calma:

- **Recuperación:** Caminar sobre las líneas laterales de la cancha, respirando y expirando aire.
- **Sobre la clase:** Conversamos sobre las actividades realizadas para conocer sus inquietudes y poder corregir errores para el desarrollo de la misma.
- **Orden:** Recogemos el material entre todos ordenadamente.
- **Salida:** Formación del trencito para ir asearse ordenadamente y poder regresar al aula.

Materiales: Espacios recreativos, sacos, globos, chalecos, cuerdas, conos.

BLOQUE N° 3

PLAN MICROCURRICULAR PARA CULTURA FISICA EN EL NIVEL DE EDUCACION INICIAL		
Unidad Educativa Ceslao Marín	Nivel: Inicial	Año :
Fecha de inicio:	Fecha de culminación:	Nº Estudiantes: 30
Plan de bloque:	Control, coordinación y equilibrio del cuerpo	Tiempo: 32 periodos / 30 min
Eje transversal:	La interculturalidad	
Eje curricular integrador:	Desarrollar las capacidades físicas y destrezas motrices, cognitivas y socioafectivas para mejorar la calidad de vida.	
Ejes del aprendizaje:	Habilidades motrices básicas	
Objetivo educativo: Ejecutar movimientos corporales, en función del desarrollo de la coordinación de las habilidades motrices y reconocimiento corporal, mediante actividades lúdicas con el fin de realizar movimientos a manos libres.		
Indicadores esenciales de evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> • Coordina los movimientos en diferentes escenarios • Rueda su cuerpo hacia un lado y luego hacia el otro • Ejecuta juegos con diferentes propósitos • Coordina movimientos de las extremidades superiores e inferiores a través de juegos • Demuestra diferentes formas de equilibrio corporal utilizando apoyos 	

ACTIVIDAD Nº 3

CONTROLAR EL EQUILIBRIO Y LA COORDINACIÓN GLOBAL DE SU CUERPO



Datos:

Nivel:	Educación Inicial
Edad promedio:	5-6 años.
Participantes:	30 estudiantes
Contenido:	Habilidades motrices básicas “equilibrio y coordinación de nuestro cuerpo”.
Tiempo:	8 periodos de 30 minutos c/u

Objetivo: Desarrollar las habilidades motrices básicas para realizar movimientos coordinados desarrollando las diferentes destrezas para dominar nuestro equilibrio a través de actividades planificadas.

Estrategias metodológicas: Actividades lúdicas

PLAN DE ACTIVIDAD Nº 5

DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO	RECURSOS	ACTIVIDADES	EVALUACION																		
<p>Rolar y rodar en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diferentes posiciones • Direcciones • Planos <p>Aplicar movimientos en situaciones lúdicas para percibir diferentes experiencias</p> <p>Coordinar movimientos de equilibrio en diferentes escenarios</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Patio •Espacios verdes •Colchoneta •Otros 	<ul style="list-style-type: none"> • Explicar sobre el contenido a trabajar en la clase sobre las normas generales a seguir. • Acondicionamiento neuromuscular mediante un juego • Ejecutar roles partiendo desde diferentes posiciones • Crear nuevas formas de rolar • Ejecutar rodadas libremente • Realizar ejercicios de equilibrio • Corregir posibles errores atendiendo a las diferencias individuales 	<p>Técnica: Observación</p> <p>Instrumento: Lista de cotejo</p> <table border="1" data-bbox="1406 772 1980 1114"> <thead> <tr> <th>DESTREZA</th> <th>SI</th> <th>NO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Realiza el rol partiendo de diferentes direcciones</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Aplica variaciones de rodar</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Realiza los ejercicios de equilibrio con cuidado y protección</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Participa en juegos con creatividad</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Valora las ideas y opiniones de los demás</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	DESTREZA	SI	NO	Realiza el rol partiendo de diferentes direcciones			Aplica variaciones de rodar			Realiza los ejercicios de equilibrio con cuidado y protección			Participa en juegos con creatividad			Valora las ideas y opiniones de los demás		
DESTREZA	SI	NO																			
Realiza el rol partiendo de diferentes direcciones																					
Aplica variaciones de rodar																					
Realiza los ejercicios de equilibrio con cuidado y protección																					
Participa en juegos con creatividad																					
Valora las ideas y opiniones de los demás																					

Inicio:

Acondicionamiento neuromuscular

Calentamiento y estiramiento previo:

Se realizará movimientos de calistenia moderados como: movimientos de cabeza adelante – atrás, izquierda – derecha, movimiento de brazos hacia adelante, atrás, arriba, izquierda, derecha, movimiento de cintura, flexiones en las extremidades inferiores, estiramientos prudentiales de piernas y brazos, etc.

Variante 1: Cambiar la orden de arriba hacia abajo o de abajo hacia arriba de nuestro cuerpo.

Variante 2: Los ejercicios pueden ser en forma estática (en el mismo puesto), o en movimiento (de un lado a otro indistintamente).



Desarrollo:

Desplazamiento con materiales:

Organización:

Formamos al grupo en columna, y vamos realizando diferentes trabajos de equilibrio progresivos, como: trepar, subir, caminar, saltar, etc.

Descripción: Estos trabajos se realizarán de forma ordenada y de acuerdo al avance del grupo, tomando las medidas necesarias para que el estudiante no sufra ningún accidente y permitirle tener confianza en sí mismo.



Variante 1: Caminar sobre las líneas de la cancha tratando de no salirse de ellas.

Variante 2: Caminar con los ojos vendados para poder adquirir confianza.

Variante 3: Caminar sobre objetos de poca altura como: mesas, sillas, etc.

Variante 4: Realizar circuitos cortos con diferentes obstáculos en altura.



Vuelta a la calma:

- **Recuperación:** Caminar sobre las líneas laterales de la cancha, respirando y expirando aire.
- **Sobre la clase:** Conversar sobre las actividades realizadas para conocer sus inquietudes y poder corregir errores para el desarrollo de la misma.
- **Orden:** Recoger el material entre todos ordenadamente.
- **Salida:** Formación del trencito para ir asearse ordenadamente y poder regresar al aula.

Materiales: Espacios recreativos, colchonetas.

PLAN DE ACCIÓN

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
<p>Habilidades motrices básicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Carreras • Saltos • Lanzamientos • Movimiento con material • Equilibrio 	<p>Mando directo</p> <p>Juego</p> <p>Descubrimiento guiado</p>	<p>Ejecución del acondicionamiento neuromuscular a través del juego.</p> <p>Practica de juegos motrices de recorridos con diferentes obstáculos</p> <p>Ejecución de ejercicios de respiración</p> <p>Conversatorio de los temas tratados</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pelotas • Conos • Ulas • Cuerdas • Sillas • Listón de madera para equilibrios • Globos • Cuerdas elásticas 	<p>La ejecución de cada una de las actividades motrices se realizará durante 32 periodos distribuidos en 4 semanas.</p>

PLAN DE EVALUACIÓN

APRENDIZAJE A SER ALCANZADO	INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTO
<p>Ejecuta diferentes formas de desplazamiento:</p> <p>Carrera.</p> <p>Reptada.</p> <p>Cuadrupedia.</p> <p>De una manera espontánea y divertida.</p> <p>Practica actividades motrices de lanzamiento.</p>	<p>Realiza carreras con diferentes obstáculos</p> <p>Participa en los diferentes juegos</p> <p>Muestra interés por los juegos</p> <p>Se socializa con los compañeros</p> <p>Ejecuta la habilidad básica del lanzamiento</p> <p>Participa en los juegos motrices</p>	<p>Observación directa</p>	<p>Lista de cotejo</p>

6.7 Metodología.- Modelo Operativo

FASES	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLE	RESULTADO
Socialización	Socializar la guía de actividades lúdicas para la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la Unidad educativa Ceslao Marín	Charlas y demostraciones de los beneficios de esta guía	Materiales Humanos	Abril 2015	Investigador Autoridades Docentes de educación inicial y cultura física Estudiantes	Guía de actividades lúdicas realizada en la fecha provista
Planificación	Planificar los contenidos de cada una de las guías didácticas para un mejor desarrollo de la actividad	Reuniones de trabajo Planificación de actividades	Materiales Humanos	Abril 2015	Investigador Autoridades Docentes ciclo inicial y cultura física Estudiantes	Presentación de las varias actividades distribuidas en la guía
Capacitación	Capacitar y organizar sobre las actividades lúdicas y su necesidad	Actividades planificadas para ejecutar la guía de actividades lúdicas	Materiales Humanos	Abril 2015	Investigador Autoridades Docentes educación inicial y cultura física Estudiantes	Capacitación y organización de actividades
Ejecución	Ejecutar la guía de actividades lúdicas para la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la Unidad educativa Ceslao Marín	Práctica de las actividades propuestas y su respectiva aplicación de sus actividades	Materiales Humanos	Abril a Julio 2015	Investigador Autoridades Docentes educación inicial y cultura física Estudiantes	Actividades lúdicas relacionadas con la cultura física
Evaluación	Evaluar la guía de actividades lúdicas para la cultura física en las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial	Actividades relacionadas con la aplicación a la evaluación de la propuesta	Materiales Humanos Tecnológicos	Agosto 2015	Investigador Autoridades Docentes de educación inicial y cultura física	Grado de satisfacción a la aplicación de la guía actividades lúdicas propuesta

Tabla Nº 42

Elaborada por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

6.8 Administración de la propuesta

La aplicación de la Guía didáctica de actividades lúdicas para la Cultura física en las Habilidades Motrices de los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín realizada por el Lic. Franklin Gustavo Gusqui Arroba la misma que consta de cinco partes bien definidas como son: la socialización, planificación, capacitación, ejecución y evaluación; con lo cual se desea implementar esta guía de actividades lúdicas para dar paso firme a la cultura física y su desarrollo de las habilidades motrices básicas en los niños de educación inicial.

Los involucrados en la administración de esta propuesta son:

Autor: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

-Su diseño, planificación, socialización, y ejecución de la propuesta.

Autoridades de la Institución

- Estudio y aplicación de la propuesta
- Evaluación de resultados y plan de mejoramiento

Docentes del nivel de educación inicial y cultura física

- Apoyo a las diferentes actividades de la propuesta

6.9 Previsión de la Evaluación.

El monitoreo y evaluación sobre la aplicación de la guía didáctica de actividades lúdicas para la cultura física se lo hará en forma continua, para poder comprobar el desempeño alcanzado por los estudiantes de educación inicial en sus habilidades motrices básicas mediante la cultura física, lo cual podrá ayudar a tomar decisiones oportunas en cuanto a su efectividad o posibles cambios de ser necesarios poder realizarlos.

Tabla Nº 43: Previsión de la Evaluación











PREGUNTAS	DESCRIPCIÓN
¿Quiénes solicitan evaluar?	- Equipo de trabajo de la propuesta
¿Por qué evaluar?	- Para conocer la eficacia de la guía propuesta en el desempeño de los estudiantes de educación inicial
¿Para qué evaluar?	- Para dar cumplimiento a las actividades propuestas - Comprobar el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial mediante la cultura física
¿Qué evaluar?	- El desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial de la Unidad Educativa Ceslao Marín mediante la cultura física
¿Quiénes evalúan?	- Personal encargado a evaluar

Elaborado por: Lcdo. Franklin Gustavo Gusqui Arroba

BIBLIOGRAFÍA

- Arte P. (2006); innovaciones metodológicas para la enseñanza de la educación física, Bogotá. Pág. 46, 47
- Batalla A. (2002); inde: habilidades motrices, España. Pág. 52
- Díaz B. y Estrada A. (2006); procedimientos metodológicos para el desarrollo de la motricidad en la edad preescolar, La Habana. Pág. 43, 44
- Blázquez D. (1984); la actividad motriz en el niño de 3 a 6 años; editorial cincel, España. Pág. 42
- Cabrera P. (2001); artes plásticas, Ecuador. Pág. 27, 30
- Cavaria X. (1993); la educación física en la enseñanza primaria, del diseño curricular base a la programación de las sesiones. Pág. 34
- Córdova E. (2003); dificultades de aprendizaje. Quito. Pág. 35, 36
- García F. (1997); ed. Marfil, expresión corporal como medio de interacción y relación, Madrid. Pág. 56
- Generelo L. (1998); el desarrollo de las habilidades motrices básicas, Barcelona. Pág. 48
- Jiménez L. (1994); ed. Nueva luz, el esfuerzo de los profesores; Guayaquil. Pág. 33
- Luz de América editorial, (2001); guía didáctica del área de cultura física; Quito. Pág. 39, 40
- Lleixa T. (2003); 5ta. Edición; la educación física de 3 a 8 años. Pág. 32
- Martínez R. (2007); la educadora, México. Pág. 58
- Mausel H. (1971); editorial kapelusz, juegos de carrera con la pelota y juegos de competencia; Buenos Aires. Pág. 60, 61
- Mec. Cne. (2002); reforma curricular para la educación básica. Pág. 33
- Muñoz A. (2002); planificación curricular de cultura física; Quito. Pág. 38
- Ortega E. (2002); editorial pila Teleña, juegos de expresión corporal en educación física; Madrid. Pág. 54
- Serramano Ll. (2006); Actividad física y salud. Elsevier. España. Pág. 21
- Zevi S. (2000); Aprendizaje motor, maduración y desarrollo. Ed. Indugruf. Buenos Aires. Pág. 53, 54

LINKOGRAFIA

-  <http://www.cosasdelainfancia.com/biblioteca-psico-g.htm>
-  [http://www. Efdeportes.com](http://www.Efdeportes.com)
-  <http://www.revistamotricidad.es/openja/index.php>
-  <http://www.zircolika.com>
-  <http://www.wikipedia.org/wiki/psicomotricidad>
-  <http://www.eljuegoinfantil.com/psicología evolutiva/motor>
-  <http://html.rincondelvago.com/motricidad-fina-en-la-escritura.html>
-  <http://www.edufuturo.com/educación.php?c=2615>
-  http://www.educatour.printcast/es/galileo/documento/esc_Bach.doc
-  <http://sites.google.com/site/evidencias2/educacion-fisica>

ANEXO

ANEXO Nº 1
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

FICHA DE OBSERVACIÓN APLICADA A LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA “CESLAO MARÍN” DE LA PARROQUIA VERACRUZ.

OBJETIVO: Conocer el desempeño de los estudiantes de educación inicial de la unidad educativa “Ceslao Marín”, sobre ciertos ámbitos de identidad, expresión corporal y motricidad, en la cultura física y su influencia en el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

MOTIVACIÓN: Esta observación es de gran importancia porque podemos a través de esta se podrá obtener la información necesaria para la correcta realización de nuestro trabajo investigativo.

FICHA DE OBSERVACIÓN

FECHA:.....

DIRIGIDO: A los estudiantes del ciclo de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín.

OBJETIVO: Obtener información de primera mano

INDICACIONES GENERALES:

La observación se realizará a los 60 estudiantes de educación inicial que representan al 100% de la población a observar, quienes realizarán diferentes actividades tanto en grupo como individualmente donde se podrá apreciar y visualizar en que parámetros se ubican , colocando el número respectivo de estudiantes en los parámetros designados tanto positivos, como negativos.

1.- ¿Pueden los niños de educación inicial caminar y correr en línea recta manteniendo el equilibrio?

Si
No

2.- ¿Pueden los niños de educación inicial caminar de espaldas manteniendo el equilibrio?

Si
No

3.- ¿Los niños de educación inicial pueden saltar de un pie a otro alternadamente, de manera autónoma?

Si
No

4.- ¿Los niños de educación inicial pueden saltar en dos pies manteniendo el equilibrio?

Si
No

5.- ¿Pueden los niños de educación inicial controlar su fuerza al ejecutar lanzamientos?

Si
No

6.- ¿Los niños de educación inicial controlan sus posturas de equilibrio en posiciones estáticas?

Si

No

7.- ¿Pueden los niños de educación inicial subir y bajar escaleras alternando los dos pies?

Si

No

8.- ¿Los niños de educación inicial demuestran interés en las actividades realizadas?

Si

No

9.- ¿Los niños de educación inicial demuestran respeto en las diferentes actividades realizadas?

Si

No

10.- ¿pueden los niños de educación inicial identificar situaciones de riesgo y cuidarse?

Si

No

ÁMBITOS DE IDENTIDAD EXPRESIÓN CORPORAL Y MOTRICIDAD	PARÁMETROS		
	SI	NO	TOTAL
Caminar y correr en línea recta manteniendo el equilibrio			
Caminar de espaldas manteniendo el equilibrio			
Saltar en un pie hasta la distancia indicada			
Saltar en dos pies manteniendo el equilibrio			
Controla su fuerza al ejecutar lanzamientos			
Controla sus posturas de equilibrio en posiciones estáticas			
Puede rodar manteniendo su ubicación			
Demuestra interés en las actividades realizadas			
Demuestra respeto en las diferentes actividades realizadas			
Identifica situaciones de riesgo y se cuida			

ANEXO II

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “CESLAO MARÍN” DE LA PARROQUIA VERACRUZ.

OBJETIVO: Conocer la opinión de los padres de familia de la unidad educativa “Ceslao Marín” de la parroquia Veracruz sobre la cultura física y su influencia en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial.

MOTIVACIÓN: Este trabajo es importante porque a través de esta encuesta se obtendrá la información necesaria para la realización de nuestra investigación.

ENCUESTA N: 02

FECHA:.....

DIRIGIDO: Para los padres de familia de educación inicial de la unidad educativa Ceslao Marín.

OBJETIVO: Obtener información de primera mano

INDICACIONES GENERALES:

Marque con una x en el casillero correspondiente a su respuesta.

1.- ¿Cree usted que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial?

Si

No

2.- ¿Con el trabajo de la cultura física se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial?

Si

No

3.- ¿Piensa usted que con la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices?

Si

No

4.- ¿Cree usted que la cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial?

Si

No

5.- ¿Cree usted que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial?

Si

No

6.- ¿Los niños de educación inicial podrían lograr más flexibilidad mediante sus habilidades motrices básicas en la cultura física?

Si

No

7.- ¿Podrían los niños de educación inicial desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física?

Si

No

8.- ¿Cree usted que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física acrecentarán sus capacidades y habilidades físicas y motrices básicas?

Si

No

9.- ¿Piensa usted que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física?

Si

No

10.- ¿Usted como padre de familia está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual?

Si

No

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO III

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**ENCUESTA DIRIGIDA A DOCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA
“CESLAO MARÍN” DE LA PARROQUIA VERACRUZ.**

OBJETIVO: Conocer la opinión de los docentes de la unidad educativa “Ceslao Marín”, sobre la cultura física y su influencia en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de educación inicial.

MOTIVACIÓN: Este trabajo es de importancia ya que a través de esta encuesta se podrá obtener la información necesaria para la correcta realización de nuestro trabajo investigativo.

ENCUESTA N: 03

FECHA:.....

DIRIGIDO: Para los docentes que laboran en la unidad educativa Ceslao Marín.

OBJETIVO: Obtener información de primera mano

INDICACIONES GENERALES:

Marque con una x en el casillero correspondiente a su respuesta.

1.- ¿Cree usted como docente que la práctica de la cultura física mejoraría la coordinación y agilidad en los niños de educación inicial?

Si
No

2.- ¿Piensa usted como docente de la institución que con el trabajo de la cultura física se mejoraría la flexibilidad de los niños de educación inicial?

Si
No

3.- ¿Cree usted como docente de la institución que con la cultura física los niños de educación inicial podrían mejorar sus capacidades motrices?

Si
No

4.- ¿Cree usted como docente de la institución que la cultura física podrá cambiar el comportamiento en los niños de educación inicial?

Si
No

5.- ¿Piensa usted como docente de la institución que con un correcto trabajo de las habilidades motrices básicas en la cultura física mejoraría la velocidad y resistencia de los niños de educación inicial?

Si
No

6.- ¿Considera usted como docente de la institución que los niños de educación inicial podrían lograr más flexibilidad con el desarrollo de sus habilidades motrices básicas mediante la cultura física?

Si

No

7.- ¿Cree usted como docente de la institución que los niños de educación inicial podrían desarrollar su fuerza mediante el trabajo de sus habilidades motrices básicas en la cultura física?

Si

No

8.- ¿Cree usted como docente de la institución que los niños de educación inicial mediante la práctica de la cultura física acrecentarán sus capacidades y habilidades físicas y motrices básicas?

Si

No

9.- ¿Piensa usted como docente de la institución que los niños del ciclo de educación inicial deben practicar la cultura física?

Si

No

10.- ¿Usted como docente de la institución está de acuerdo de que los niños de educación inicial reciban las horas clases de cultura física dentro de su planificación anual?

Si

No