



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

TÍTULO:

“LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS DEL SEPTIMO Y OCTAVO AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA”

TESIS PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, MENCIÓN: CULTURA FÍSICA.

AUTOR:

Edison Oswaldo Rojas Gonzaga

DIRECTOR

Mg. Sc. José Efraín Macao

LOJA - ECUADOR
2014

1859

CERTIFICACIÓN

Lic. José Efraín Macao Naula. Mg.Sc.

**DOCENTE DEL ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.**

CERTIFICA:

Haber dirigido la elaboración del presente trabajo investigativo, titulado: "LAS ACTIVIDADES FISICAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS DEL SEPTIMO Y OCTAVO AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA", considero que cumple con los requisitos necesarios para su análisis, estudio y sustentación como lo estipulan las Normas Generales de Graduación vigentes en el Área de la Educación el Arte y la Comunicación, por lo que autorizó su presentación para fines legales pertinentes.



Loja, 09 de Abril del 2014.

Lic. José Efraín Macao Naula Mg.Sc

DIRECTOR DE TESIS

AUTORÍA

Yo Edison Oswaldo Rojas Gonzaga declaro ser autor del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.

Autor: Edison Oswaldo Rojas Gonzaga.

Firma:



Cedula: 1104971716

Fecha: 10 de julio de 2014.

CARTA DE AUTORIZACION DE TESIS POR PARTE DEL AUTOR, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACION ELECTRONICA DEL TEXTO COMPLETO.

Yo Edison Oswaldo Rojas Gonzaga Declaro ser autor de la tesis titulada "LAS ACTIVIDADES FISICAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS DEL SEPTIMO Y OCTAVO AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA" como requisito para optar al grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención: Cultura Física, autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Digital Institucional;

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tengan convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice un tercero

Para constancia de esta autorización en la ciudad de Loja, a los 10 días del mes de julio del dos mil catorce firma el autor.

Firma: 

Autor: Edison Oswaldo Rojas Gonzaga

Cedula: 1104971716

Dirección: Cariamanga Correo electrónico Edison_f16@hotmail.es

Teléfono: 2688532 celular 0993016690

DATOS COMPLEMENTARIOS

Director de Tesis: Mg. Sc. José Efraín Macao

Tribunal de Grado: Dra. Rosa Ibelia Álvarez Tacuri Mg. Sc

Lcdo. Luis Wagner Sotomayor Armijos

Lcdo. Mg. Sc. Luis Valverde Jumbo.

AGRADECIMIENTO

Mi imperecedero agradecimiento a la Universidad Nacional de Loja, a las autoridades y Docentes del Área de Educación el Arte y la Comunicación, mi gratitud a los Docentes de la Carrera de Educación Física y Deportes de manera especial al Lic. José Efraín Macao Naula. Mg.Sc. Director de Tesis quien con su profesionalismo y de manera desinteresada me ha orientado con sus capacidades y conocimientos en el desarrollo de este trabajo de investigación el cual a finalizando llenando todas nuestras expectativas.

A las autoridades de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja por su apoyo incondicional y atención brindada, a los Docentes de Cultura Física y a los señores estudiantes por su comprensión, colaboración y apoyo permitiendo acceder a la información necesaria e indispensable para el desarrollo y culminación de esta mi anhelada meta.

EL AUTOR

DEDICATORIA

Dedico este proyecto de tesis a Dios por que ha estado conmigo a cada paso que doy, cuidándome y dándome fortaleza para continuar y por permitirme llegar a este momento tan especial en mi vida, por los triunfos y los momentos difíciles que me han enseñado a valorar cada día más.

El esfuerzo y la dedicación que hizo posible la realización del presente trabajo de investigación, dedico a mi madre y a mi padre por su apoyo constante para la superación de sus hijos por su notable apoyo y consideración con mi persona de todo corazón esta investigación de manera especial a toda mi familia.

A mi querida Universidad, de manera especial a los Docentes de la Carrera de Cultura Física, gracias por su apoyo, así como por la sabiduría que me transmitieron en el desarrollo de mi formación profesional.

EL AUTOR

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

BIBLIOTECA: Área de la Educación, el Arte y la Comunicación

TIPO DE DOCUMENTO	AUTOR / NOMBRE DEL DOCUMENTO	FUENTE	FECHA AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO						OTRAS DEGRADACIONES	NOTAS OBSERVACIONES
				NACIONAL	REGIONAL	PROVINCIA	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIOS COMUNIDAD		
TESIS	Edison Oswaldo Rojas Gonzaga/ "Las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo Psicomotriz de los niños de séptimo y octavo año de Educación general básica de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja."	UNL	2013	ECUADOR	ZONA 7	LOJA	LOJA	SAN SEBASTIAN	LA ARGELIA	CD	LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, MENCIÓN CULTURA FÍSICA Y DEPORTES

MAPA GEOGRÁFICO DE LOJA



CROQUIS DEL SITIO DE INVESTIGACIÓN



ESQUEMA DE TESIS

PORTADA

CERTIFICACIÓN

AUTORÍA

CARTA DE AUTORIZACIÓN

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

AMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

MAPA GEOGRÁFICO

ESQUEMA DE TESIS

- a. Título
- b. Resumen en castellano y traducido al inglés
- c. Introducción
- d. Revisión de literatura
- e. Materiales y métodos
- f. Resultados
- g. Discusión
- h. Conclusiones
- i. Recomendaciones
- j. Bibliografía
- k. Anexos

ÍNDICE

a. TÍTULO

“LAS ACTIVIDADES FISICAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS DEL SEPTIMO Y OCTAVO AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA”

b. RESUMEN

La presente investigación tiene como tema las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños del séptimo y octavo año de educación básica general de la unidad educativa de la universidad nacional de Loja; con el siguiente problema ¿cómo las actividades físicas inciden en el desarrollo psicomotriz de los niños de 7° y 8° año de educación básica general?; como objetivo general Determinar el grado de incidencia de los ejercicios en los niños y como objetivos específicos Realizar un diagnóstico de estado físico actual y destrezas de los niños que pertenecen a la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja, evaluando los programas de clase actuales y Comprobar el tipo de juegos o actividades físicas que aplican los docentes y el nivel de desarrollo psicomotriz en los niños de Séptimo y Octavo año de Educación Básica General de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja. Los métodos principales en los que se basó la presente investigación fueron Método Inductivo – Deductivo; El Método Analítico – Sintético.- Las técnicas e instrumentos que se aplicaron fueron Para la recolección de información se utilizará fichas de consulta bibliográfica, y elaboración de resumen así como notas de observación, en otro escenario esta la información de carácter generalizada en todos los actores y se desarrollará a través de encuestas y la entrevista. La población investigada estuvo establecida por Provincia de Loja, Cantón Loja, Parroquia el Valle de aproximadamente cien estudiantes o niños y maestro de Educación Física tomando una muestra de dirigir mi investigación enfocado en el caso específico de 50 niños de séptimo y octavo año de Educación Básica General y a los docentes de Cultura Física de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja. Finalmente se obtuvo resultados claros y relevantes entre los más importantes tenemos Concluyo que las actividades físicas si son indispensables para que los niños tengan un mejor desarrollo psicomotriz mediante estas actividades es eficaz tener un mejor desarrollo psicomotriz en los niños y es muy bueno e indispensable en beneficio de los niños permitiendo desarrollar la psicomotricidad siendo la parte evolutiva del ser humano.

SUMMARY

This research is themed physical activity and its impact on psychomotor development of children in the seventh and eighth year basic general education educational unit of the National University of Loja; with the following problem how physical activities affect the psychomotor development of children aged 7 and 8th year of general basic education?; general objective determine the degree of impact of exercise in children and specific objectives Diagnose current fitness level and abilities of the children belonging to the Education Unit of the National University of Loja, evaluating current programs and class check the type of games or physical activities that teachers apply and the level of psychomotor development in children of Seventh and eighth year of Basic Education General Educational Unit of the National University of Loja. The main methods in which this research was based were Method Inductive - Deductive; The Analytical Method - Synthetics -. Techniques and instruments were applied to the data collection sheets bibliographic research, and preparation of summary and observation notes will be used, in another scenario this information widely in character all actors and will run through surveys and interviews. The investigated population was established by Loja Province, Guangzhou Loja, Parish Valley approximately one hundred students or children and PE teacher taking a sample of directing my research focused on the specific case of 50 children of seven and eight year Basic Education General and teachers of Physical Culture Education Unit of the National University of Loja. Finally clear and relevant results are obtained among the most important we conclude that physical activities if they are essential for children to have better psychomotor development through these activities is effective to have better psychomotor development in children and is very good and indispensable benefit allowing children to develop motor skills being evolutionary part of being human.

c. INTRODUCCIÓN.

La Educación Física se considera como área obligatoria según lineamientos del Ministerio de Educación Nacional para la educación básica.

Se ha constituido como disciplina fundamental para la educación y formación integral del ser humano, especialmente si es implementada en edad temprana, por cuanto posibilita en el niño desarrollar destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su diario vivir y como proceso para su proyecto de vida.

A través de la Educación Física, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobretodo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás.

Por ello, es indispensable la variedad y vivencia de las diferentes actividades en el juego, lúdica, recreación y deporte para implementarlas continuamente, sea en clase o mediante proyectos lúdico-pedagógicos.

El desarrollo motor en los primeros años de vida de un niño y una niña es importante porque contribuye a desarrollar sus potencialidades

Según Arnold Gesell, “el desarrollo motor se debe a una gran variedad de habilidades motoras que se encuentran ligadas, y este desarrollo de movimientos complejos se vuelve cada vez más automático a medida que el sistema nervioso madura haciendo que estos movimientos que en un principio son muy complejos se vuelven cada vez más fáciles

Para llegar a conocer y comprender cuales son los elementos básicos de la psicomotricidad, se debe comenzar analizando que es la psicomotricidad. Llegar a entender el cuerpo humano de una manera global, ya que la psicomotricidad es un planteamiento global de la persona, que puede ser entendida como una función del ser humano que sintetiza psiquismo y motricidad con el fin de permitir al individuo adaptarse de manera flexible y armoniosa al medio que lo rodea.

La psicomotricidad a lo largo del tiempo ha establecido unos indicadores para entender el proceso del desarrollo humano, que son básicamente, la coordinación (expresión y control de la motricidad voluntaria), la función tónica, la postura y el equilibrio, el control emocional, la lateralidad, la orientación espacio temporal, el esquema corporal, la organización rítmica, las praxias, la grafomotricidad, la relación con los objetos y la comunicación (a cualquier nivel: tónico, postural, gestual o ambiental).

La formación de las cualidades psíquicas está en dependencia de las condiciones de vida y educación, en las que el niño mediante la acción del adulto, se apropia de la experiencia social materializada en los productos de la actividad del hombre, y que constituye la fuente de su desarrollo psíquico. Esta experiencia no se asimila en forma espontánea sino bajo la influencia del adulto, que es quien pone al niño en contacto con el mundo de los objetos y les trasmite, mediante enseñanza, todo el bagaje cultural acumulado por la humanidad.

Hablar de la formación de la personalidad de un niño es enfocar un análisis de factores necesarios e indispensables en la formación integral de la niñez, hacia la determinación de conductas saludables.

Quienes penetren en el campo clínico, pueden apreciar que estos factores obedecen a todo un proceso de acciones y direcciones que se inician desde la concepción, pues un niño adquiere habilidades desde el momento en que sus células reciban información; ante el nacimiento y las formas como se establece en su lactancia, se van creando sus bases afectivas, materia importante en la estructura psicológica a desarrollarse.

Estos aspectos afectivos emocionales centran además sus bases en maduraciones neurológicas que gobiernan sus conductas motoras, pues estas destrezas acompañadas de un adecuado lenguaje facilitará a los padres organizar la conducta del niño, la formación de afectos y la formación de hábitos que regirán su conducta pues los métodos correctivos que los padres emplean proporcionarán esa sensación de autogobierno que caracterizará su accionar.

El juego es una actividad natural e innata en todas las regiones y culturas del mundo, es una actividad recreativa que proporciona entretenimiento y diversión, aunque también puede cumplir un papel educativo; es una acción positiva que contribuye a la adquisición de destrezas o habilidades, permite establecer relaciones sociales, y es una herramienta que puede ser utilizada para la evaluación y seguimiento de los niños y las niñas, a nivel físico (crecimiento ,gatear, caminar, correr, entre otras), a nivel psicológico ya que permite evaluar la capacidad de socializar e interactuar con pares, a nivel moral ya que comprende el papel de las reglas, en el intelecto ya que mediante el juego se desarrollan habilidades como la imaginación.

El tema de tesis es “las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños del 7° y 8° año de educación básica general de la unidad educativa de la universidad nacional de Loja.”

Como problema ¿Cómo las actividades físicas inciden en el desarrollo psicomotriz de los niños de 7° y 8° año de educación básica general?

Los objetivos planteados como objetivo general Determinar el grado de incidencia de los ejercicios en los niños. Como objetivos específicos Realizar un diagnóstico de estado físico actual y destrezas de los niños que pertenecen a la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja, evaluando los programas de clase actuales y Comprobar el tipo de juegos o actividades físicas que aplican los docentes y el nivel de desarrollo psicomotriz en los niños de Séptimo y Octavo año de Educación Básica General de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Se utilizó los siguientes métodos Método Inductivo - Deductivo, este método me sirvió para las hipótesis planteadas que fueron comprobadas durante el desarrollo de la investigación para poder arribar a las conclusiones y generalizaciones; El Método Analítico – Sintético.- este método me sirio para hacer una descripción de los principales aspectos referentes y que tienen que ver con las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja, a través del estudio Teórico - Práctico se logró

analizar las diferentes variables. En las conclusiones y recomendaciones se utilizó el proceso de síntesis y el Método Descriptivo, me permitió realizar una relación detallada acerca de las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz y los criterios que dieron los docentes y alumnos donde se hizo la recolección de datos y el trabajo de investigación; es decir, interprete y evalué la realidad existente que tiene que ver con el problema elegido.

La hipótesis general fue la guía de esta investigación se sustenta en las actividades físicas inciden positivamente en el desarrollo psicomotriz de los niños. Con los resultados se verificaron las hipótesis llegando a las siguientes conclusiones: Concluyo que los docentes de Cultura Física carecen de conocimientos no conocen a profundidad lo referente a las actividades físicas como inciden en el desarrollo psicomotriz de los niños (a) limitando a enseñar y profundizar los conocimientos sobre esta temática; Que las actividades físicas si inciden en el desarrollo psicomotriz de los niños porque comprende movimientos, y ayuda a desarrollar el intelecto y habilidades de los niños y actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento; Las actividades físicas si son indispensables para que los niños tengan un mejor desarrollo psicomotriz mediante estas actividades es eficaz tener un mejor desarrollo psicomotriz en los niños y es muy bueno e indispensable en beneficio de los niños permitiendo desarrollar la psicomotricidad siendo la parte evolutiva del ser humano y Que los docentes de Cultura Física no motivan a los niños (a) a desarrollar actividades físicas siendo una parte fundamental en el desarrollo psicomotriz del mismo.

Con las siguientes recomendaciones. Recomiendo capacitar a los docentes de Educación Física de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja con la finalidad de socializar a través de un taller teórico informativo acerca de las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños a efecto de poder comprobar los conocimientos adquiridos y la eficacia de los mismos; Informar y dar a conocer directrices para planificar y Operativizar el trabajo de las actividades físicas cuyo propósito fundamental será proponer alternativas prácticas y factibles para incentivar a desarrollar periódicamente las

actividades físicas como aporte principal a los niños (a) de manera sencilla para que puedan comprender factiblemente sin problema alguno; Recomiendo que las actividades físicas deben tener mayor acogida en la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja permitiendo al niño (a) mejorar el desarrollo psicomotriz en la parte evolutiva del ser humano y Los docentes mejoren el proceso de enseñanza aprendizaje utilizando la metodología adecuada de manera eficaz, interesante y dinámica que motive a los niños (a) a desarrollar actividades físicas obteniendo excelentes beneficios dentro del desarrollo psicomotriz.

El presente trabajo se enmarca en los siguientes ámbitos de estudio:

En el apartado (a) se hace conocer el Título de la investigación; en el apartado (b) se describe el resumen en Castellano e Inglés; en el tercero (c) se hace constar la Introducción; en el cuarto (d) la Revisión de literatura; en el quinto (e) se realiza la descripción de los Materiales y Métodos utilizados así como la Población y Muestra.

En el apartado (f) se expone el análisis e interpretación de los resultados de la encuesta aplicada a los Docentes de Cultura Física y a los estudiantes la Física que constituyen sin duda la expresión del comentario a fin de llegar a demostrar y cumplir con los objetivos planteados.

En el apartado (g) se hace constar la discusión de resultados los que permiten comprobar las hipótesis planteadas, a través de un proceso de análisis e interpretación manifestados en forma cuantitativa y cualitativa lo que permitió aceptar o rechazar los supuestos teóricos; en el apartado (h) se describe las Conclusiones y en el apartado (i) se formulan las Recomendaciones a las que se establecieron pues constituyen el resultado de las experiencias logradas en la investigación de campo y en el procesamiento de la información.

Destacando la importancia de hacer constar que en el ámbito (j) se hace conocer la Bibliografía; en el apartado (k) se hace constar los anexos como el Proyecto aprobado, que constituyo la guía y orientación para la operatividad del proceso investigativo a más del Índice de contenidos respectivo.

d. REVISIÓN DE LITERATURA



La actividad física es todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere más energía que estar en reposo. Caminar, correr, bailar, nadar, practicar yoga y trabajar en la huerta o el jardín son unos pocos ejemplos de actividad física.

Según las recomendaciones sobre actividad física que el Departamento de Salud y Servicios Sociales (HHS, por sus siglas en inglés) publicó en 2008 para los estadounidenses ("2008 Physical Activity Guidelines for Americans" en inglés solamente), por lo general el término "actividad física" se refiere a los movimientos que benefician la salud.

El ejercicio es un tipo de actividad física que es planificado y estructurado. Levantar pesas, tomar una clase de aeróbicos y practicar un deporte de equipo son ejemplos de ejercicio.

La actividad física produce efectos positivos en muchas partes del cuerpo. Este artículo se concentra en los beneficios que la actividad física representa para el corazón y los pulmones. También contiene consejos para iniciar y mantener un programa de actividad física, y habla de la actividad física como parte de un estilo de vida saludable para el corazón.

<https://www.nhlbi.nih.gov/health-spanish/health-topics/temas/phys/>

La actividad física es un comportamiento complejo y difícil de definir

El término "actividad física" se refiere a una amplia variedad de actividades y movimientos que incluyen actividades cotidianas, tales como caminar, bailar, subir y bajar escaleras, tareas domésticas, de jardinería y otras, además de los ejercicios planificados.

El sedentarismo se vincula, entre otras cosas, al desarrollo de Obesidad, Diabetes, algunos tipos de cáncer, enfermedades cardiovasculares y sus factores de riesgo. La práctica regular de actividad física no solo previene su desarrollo sino que contribuye al buen control de la enfermedad cuando la misma.

Para los niños y jóvenes de este grupo de edades, la actividad física consiste en juegos, deportes, desplazamientos, actividades recreativas, educación física o ejercicios programados, en el contexto de la familia, la escuela o las actividades comunitarias.

Con el fin de mejorar las funciones cardio respiratorias y musculares y la salud ósea y de reducir el riesgo de ENT, se recomienda que:

- Los niños y jóvenes de 5 a 17 años inviertan como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa.
- La actividad física por un tiempo superior a 60 minutos diarios reportará un beneficio aún mayor para la salud.
- La actividad física diaria debería ser, en su mayor parte, aeróbica. Convendría incorporar, como mínimo tres veces por semana, actividades vigorosas que refuercen, en particular, los músculos y huesos.

Actividad física para todos

Estas recomendaciones son válidas para todos los niños sanos de 5 a 17 años, salvo que coincidan dolencias médicas específicas que aconsejen lo contrario.

Se habla de acumulación para referirse a la meta de dedicar en total 60 minutos diarios a realizar alguna actividad, incluida la opción de dedicar a distintas

actividades intervalos más cortos (por ejemplo dos sesiones de 30 minutos) y sumar esos intervalos.

Siempre que sea posible, los niños y los jóvenes con discapacidad deberán seguir también esas recomendaciones. Sin embargo, tendrán que hablar con su proveedor de salud para conocer el tipo y cantidad de actividad física adecuado para ellos teniendo en cuenta su discapacidad.

Estas recomendaciones son válidas para todos los niños y jóvenes independientemente de su sexo, raza, origen étnico o nivel de ingresos.

En el caso de los niños y jóvenes inactivos, se recomienda un aumento progresivo de la actividad para alcanzar finalmente el objetivo indicado más arriba.

Es conveniente empezar con una actividad ligera y aumentar gradualmente con el tiempo la duración, la frecuencia y la intensidad. También hay que señalar que si los niños no realizan ninguna actividad física, cualquier actividad inferior a los niveles recomendados será más beneficiosa que no hacer nada en absoluto.

http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/es/

Psicomotricidad

PSICOMOTRICIDAD



La psicomotricidad es una disciplina que, basándose en una concepción integral del sujeto, se ocupa de la interacción que se establece entre el conocimiento, la emoción, el movimiento y de su mayor validez para el desarrollo de la persona, de su corporeidad, así como de su capacidad para expresarse y relacionarse en el

mundo que lo envuelve. Su campo de estudio se basa en el cuerpo como construcción, y no en el organismo en relación a la especie.

El psicomotricista es el profesional que se ocupa, mediante los recursos específicos derivados de su formación, de abordar a la persona desde la mediación corporal y el movimiento. Su intervención va dirigida tanto a sujetos sanos como a quienes padecen cualquier tipo de trastornos y así sus áreas de intervención serán tanto a nivel educativo como reeducativo o terapéutico.

El término *psicomotricidad* constituye en sí mismo, partiendo por su análisis lingüístico, un constructo dual que se corresponde con la dualidad cartesiana mente-cuerpo. Refleja la ambigüedad de lo psíquico (psico) y de lo motriz (motricidad), así como de las complejas relaciones entre estos dos polos.

Una definición consensuada en el primer Congreso Europeo de Psicomotricistas en Alemania (1996) ha llegado a la siguiente formulación:

«Basado en una visión global de la persona, el término "psicomotricidad" integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensoriomotrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. La psicomotricidad, así definida, desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad.

Partiendo de esta concepción se desarrollan distintas formas de intervención psicomotriz que encuentran su aplicación, cualquiera que sea la edad, en los ámbitos preventivo, educativo, reeducativo y terapéutico.

Estas prácticas psicomotrices han de conducir a la formación, a la titulación y al perfeccionamiento profesionales y constituir cada vez más el objeto de investigaciones científicas.»

La psicomotricidad en los niños se utiliza de manera cotidiana, los niños la aplican corriendo, saltando, jugando con la pelota.

Se pueden aplicar diversos juegos orientados a desarrollar la coordinación, el equilibrio y la orientación del niño, mediante estos juegos los niños podrán

desarrollar, entre otras áreas, nociones espaciales y de lateralidad como arriba-abajo, derecha-izquierda, delante-atrás.

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

<http://educacionfisicaleo.blogspot.com/2008/09/psicomotricidad.html>

Desarrollo psicomotor

El desarrollo psicomotor está dado por la relación que existe entre la mente y la capacidad de hacer movimientos con el cuerpo; se destaca la motricidad fina: referida al movimiento de las manos, persigue la consecución de precisión y exactitud especialmente para la escritura, y la motricidad gruesa: es la coordinación general de movimientos y el equilibrio corporal.

Lo que aporta la psicomotricidad a los niños: ventajas, beneficios

Se trata de que el niño viva con placer las acciones que desarrolla durante el juego libre.

Esto se logra en un espacio habilitado especialmente para ello (el aula de psicomotricidad); en el que el niño puede ser él mismo (experimentarse, valerse, conocerse, sentirse, mostrarse, decirse, etcétera), aceptando unas mínimas normas de seguridad que ayudarán a su desarrollo cognitivo y motriz bajo un ambiente seguro para él y sus compañeros.

En la práctica psicomotriz se tratan el cuerpo, las emociones, el pensamiento y los conflictos psicológicos, todo ello a través de las acciones de los niños: de sus juegos, de sus construcciones, simbolizaciones y de la forma especial de cada uno de ellos de relacionarse con los objetos y los otros. Con las sesiones de

psicomotricidad se pretende que el niño llegue a gestionar de forma autónoma sus acciones de relación en una transformación del placer de hacer al placer de pensar.

Desarrollo psicomotor de niños y niñas

La actividad física es aquella que involucra movimientos significativos del cuerpo o de los miembros, que incluye todos los movimientos de la vida diaria como el trabajo, la recreación, el ejercicio físico y las actividades deportivas.

La actividad física ha transitado por diferentes etapas desde que el hombre se inició en el universo, existen evidencias relacionadas con la práctica de la actividad física del hombre prehistórico, obtenidas fundamentalmente a través de estudios arqueológicos y antropológicos.

De estos estudios se llegaron a interpretaciones y conclusiones relacionadas con la vida social de la población primitiva y el movimiento. El movimiento es imprescindible tanto para conocerse a sí mismo como para explorar y estructurar el entorno inmediato.

A través de las percepciones sensomotrices (la persona), durante su desarrollo y crecimiento, toma conciencia del propio cuerpo y del mundo que le rodea. (Hernández y Velásquez, 1996).

Teniendo en cuenta la función básica que ha cumplido y cumple la actividad física y el movimiento, diferentes autores reflexionaron sobre la utilidad del movimiento en la educación.

Rousseau (1976) planteó: “si queréis cultivar la inteligencia de vuestro alumno, cuidad bien de las fuerzas que debe gobernar.

Debéis procurar de forma continua que ejercite su cuerpo; hacerle robusto y sano, con el fin de hacerle racional y un hombre cuerdo”.

Corrientes más modernas, como la psicomotricidad, han utilizado el movimiento como un método educativo, y así Le Boulch (2000) desarrolló su “método psicocinético” como método general de educación.

A través de él propugnó la interdisciplinariedad de diferentes aspectos de la educación intelectual y física que pueden ser aprendidos, desarrollados o potenciados a través del movimiento humano, principalmente en las primeras edades, definió el esquema corporal como la imagen del cuerpo, intuición global, o conocimiento inmediato del individuo de su propio cuerpo en estado de reposo o en movimiento, en función de la interrelación de sus partes y, sobre todo, de su relación con el espacio y los objetos que le rodean.

Cualidades Psicológicas del niño.

La formación de las cualidades psíquicas está en dependencia de las condiciones de vida y educación, en las que el niño mediante la acción del adulto, se apropia de la experiencia social materializada en los productos de la actividad del hombre, y que constituye la fuente de su desarrollo psíquico.

Esta experiencia no se asimila en forma espontánea sino bajo la influencia del adulto, que es quien pone al niño en contacto con el mundo de los objetos y les trasmite, mediante enseñanza, todo el bagaje cultural acumulado por la humanidad.

Hablar de la formación de la personalidad de un niño es enfocar un análisis de factores necesarios e indispensables en la formación integral de la niñez, hacia la determinación de conductas saludables.

Quienes penetren en el campo clínico, pueden apreciar que estos factores obedecen a todo un proceso de acciones y direcciones que se inician desde la concepción, pues un niño adquiere habilidades desde el momento en que sus células reciban información; ante el nacimiento y las formas como se establece en su lactancia, se van creando sus bases afectivas, materia importante en la estructura psicológica a desarrollarse.

Estos aspectos afectivos emocionales centran además sus bases en maduraciones neurológicas que gobiernan sus conductas motoras, pues estas destrezas acompañadas de un adecuado lenguaje facilitará a los padres organizar la conducta del niño, la formación de afectos y la formación de hábitos que regirán su conducta pues los métodos correctivos que los padres emplean proporcionarán esa sensación de autogobierno que caracterizará su accionar.

La actividad motriz y los juegos de movimiento

Según García y Vidal (1999) dentro de las variedades básicas de los juegos, se encuentran los juegos motrices, que tienen un gran significado para la Educación Física. Lo más característico de estos juegos es su riqueza en movimiento y variedad; a partir de su gran cantidad de variedades, la mayoría de estos juegos son dinámicos y se ejecutan en colectivo, mediante estos se desarrollan las habilidades motrices, lo que permite la posterior formación de hábitos motores, lo que van transitando desde las edades temprana hasta la preescolar.

De igual manera esta actividad contribuye a mantener en las niñas y los niños un estado de ánimo alegre y activo, al realizar las actividades y relacionarse con los adultos y niños que lo rodean, al establecer relaciones espaciales con objetos reales tomando como punto de partida su cuerpo en movimiento y acompañar con movimientos corporales los estímulos musicales.

La organización de los niños en la actividad física, constituye un factor fundamental para cumplir eficazmente los objetivos propuestos al desarrollo de habilidades motrices básicas y para reafirmar los rasgos positivo del carácter.

Esta actividad da continuidad al desarrollo motriz alcanzado en el primer ciclo con la participación cada vez más activa e independiente del pequeño, que asegura una mayor información motriz, preparándolo para realizar acciones más complejas.

Evidentemente los juegos como medio de la Educación Física tiene una gran influencia en el mejoramiento y conservación de la salud del niño, y activan todas las funciones del organismo, mejoran el estado emocional de los niños y

contribuyen al desarrollo cognoscitivo, al jugar, reciben grandes emociones, motivaciones y vivencias, porque relacionan sus acciones con elemento de su realidad.

Una cuestión de suma importancia para que los niños disfruten sus juegos es que estos sean accesibles y deben estar acordes con sus posibilidades.

El movimiento y la alegría son factores esenciales para un desarrollo físico. Además, por medio de los juegos de movimientos se puede influir positivamente; en la postura física y fortalecer el organismo infantil, los niños ganan en destreza, corren, saltan, trepan, desarrollan los grandes y pequeños músculos, aumenta la confianza en sí mismos con respecto a sus fuerzas, se deslizan con resistencia y agilidad y aprenden a reaccionar con rapidez, la educadora propicia que en el juego participen todos las niñas y niños.

Estos son concebidos para la actividad de Educación Física, están regidos por reglas fijas, los juegos se seleccionan teniendo en cuenta las particularidades de las edades de las niñas y niños, sus posibilidades en cuanto el cumplimiento de los diferentes movimientos y de observar las reglas del juego.

Los juegos de movimiento están incluidos en la actividad programada de Educación Física, al finalizar los ejercicios principales, clasificándose según sus movimientos básicos en juegos de caminar, correr, reptar, saltar, lanzar entre otros, dentro de esta actividad se ejecutan las acciones motrices, es condición necesaria e imprescindible, guiarlos a través de un proceso de aprendizaje

<http://www.efdeportes.com/efd190/actividades-dirigidas-a-mejorar-el-desarrollo-psicomotor.htm>

En el campo de las actividades psicomotrices no es ajeno a la celeridad de los cambios que se producen en la actualidad en el campo del conocimiento en los hábitos de vida en la organización del trabajo, etc en nuestras sociedades. El reto para quienes trabajan en las áreas de educación física y el deporte implica la búsqueda de nuevas respuestas ante las nuevas demandas sociales surgidas.

En este sentido los profesionales viven el desafío diario de la creciente aceptación del ejercicio físico por parte de una sociedad sedentaria que busca estilos de vida más saludables en un contexto social y laboral cada vez más estresantes.

http://books.google.es/books?id=M5WAwaWn62wC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summy_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

Analizando el termino psicomotriz observamos que psico hace referencia a la actividad psíquica y motriz se refiere al momento corporal.

Constituye un aspecto evolutivo del ser humano es la progresiva adquisición de habilidades conocimientos y experiencias en el niño siendo la manifestación externa de la maduración del SNC y que no solo se produce por el mero hecho de crecer si no bajo la influencia del entorno en este proceso.

<http://www.slideshare.net/dietfedu/desarrollo-psicomotriz-12186903>

Los niños en edad escolar a menudo piden a gritos un poco de actividad física después de estar atrapados detrás de un escritorio todo el día.

Dales la oportunidad de gastar un poco de energía planeando algunos juegos que ejercitarán sus mentes y cuerpos. Ya sea que estén jugando al aire libre, en un gimnasio o en un espacio más pequeño, los juegos y actividades físicas para los escolares ¡son divertidos para todos!

IMPORTANCIA DEL DESARROLLO PSICOMOTOR EN EL NIÑO

EL DESARROLLO MOTOR

El desarrollo motor sigue un patrón el cual va paralelo al proceso de maduración neurológica, dicho patrón corresponde al Céfalocaudal, “que se refiere a la progresión gradual en el control del movimiento muscular de la cabeza a los pies y que está presente en la fase prenatal, fetal, y más tarde en el desarrollo postnatal” (Ministerio de Educación Pública, 1996, p.16) y al Proximodistal: “que se refiere a la progresión gradual en el control muscular del centro del cuerpo hacia las distintas partes. O sea, el niño controla primero músculos del cuerpo y la

espalda y luego los de la muñeca, manos y dedo” (Ministerio de Educación Pública, 1996, p.16).

Con base a esta definición se puede afirmar que el niño requiere primero tener control de los músculos grandes de su cuerpo para poder luego desarrollar los músculos más finos.

Es importante aclarar que dentro del desarrollo motor existe una clasificación la cual es: Desarrollo motor grueso y Desarrollo motor fino.

Por su parte la Motora fina corresponde al control de los movimientos finos (pequeños, precisos), como por ejemplo señalar de manera precisa un objeto pequeño con un dedo en lugar de mover un brazo hacia el área en general.”Abarca las destrezas que el niño va adquiriendo progresivamente en el uso de sus manos, para tomar objetos, sostenerlos, y manipularlos en forma cada vez más precisa” (Hernández y Rodríguez, 2000, p. 16).

La motora gruesa hace referencia a las habilidades que el niño va adquiriendo para mover armoniosamente los músculos del cuerpo de modo que puede, poco a poco, mantener el equilibrio de la cabeza, del tronco y extremidades para sentarse, gatear, ponerse de pie, y desplazarse con facilidad caminando y corriendo (Hernández y Rodríguez, 2000, p. 16).

<http://actividadesyjuego.blogspot.com/p/areas-de-la-psicomotricidad.html>

A través de la psicomotricidad se pretende que el niño, al tiempo que se divierte, también desarrolle y perfeccione todas sus habilidades motrices básicas y específicas

e. MATERIALES Y MÉTODOS

Para el desarrollo del trabajo investigativo fue necesario e indispensable utilizar los siguientes materiales y métodos:

Materiales.

- Cámara Fotográfica.
- Libros, revistas, documentación.
- Equipos tecnológicos. (pc, dvd etc.)
- Material de Oficina

Métodos

Método Inductivo - Deductivo, este método me sirvió para las hipótesis planteadas que fueron comprobadas durante el desarrollo de la investigación para poder arribar a las conclusiones y generalizaciones.

El Método Analítico – Sintético.- este método me sirvió para hacer una descripción de los principales aspectos referentes y que tienen que ver con las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja, a través del estudio Teórico - Práctico se logró analizar las diferentes variables. En las conclusiones y recomendaciones se utilizó el proceso de síntesis.

Método Descriptivo, me permitió realizar una relación detallada acerca de las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz y los criterios que dieron los docentes y alumnos donde se hizo la recolección de datos y el trabajo de investigación; es decir, interpreté y evalué la realidad existente que tiene que ver con el problema elegido.

INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN

Para la recolección de información se utilizó fichas de consulta bibliográfica, y elaboración de resumen así como notas de observación.

En otro escenario esta la información de carácter generalizada en todos los actores y se desarrolló a través de encuestas y la entrevista.

RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.

La guía documental y de recolección de información se resume en bancos de preguntas previamente analizados y elaborados, la toma de fotografías, grabaciones, y otros que permitieron exponer en la fase inicial el diagnóstico y en la fase final la sustentación de la propuesta.

TRATAMIENTO Y ANALISIS ESTADÍSTICO DE LOS DATOS.

Mediante la Tabulación de Datos y la Representación gráfica se elaboró el análisis de los datos de la investigación de campo.

Se utilizó cuadros comparativos de ejercicio y efecto en contraste con lo que actualmente está sucediendo.

POBLACION Y MUESTRA

POBLACIÓN

La población que se selecciono es: Provincia de Loja, Cantón Loja, Parroquia el Valle de aproximadamente cien estudiantes o niños y dos docentes de Cultura Física.

MUESTRA

He creído conveniente dirigir mi investigación enfocado en el caso específico de 50 niños de séptimo y octavo año de Educación Básica General y a los docentes de Cultura Física de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

	POBLACION	MUESTRA
NIÑOS O ALUMNOS	100	50
DOCENTES DE CULTURA FISICA	2	2
TOTAL	102	52

f. RESULTADOS

1) Análisis e interpretación de los Resultados de las encuestas aplicadas a los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

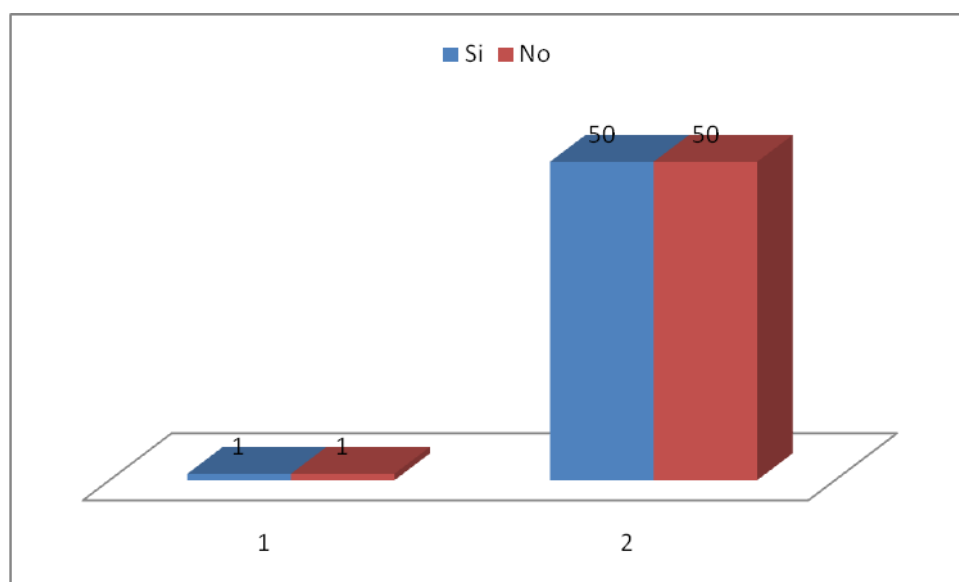
Cuadro 1

Tiene conocimientos de las Actividades Físicas

Alternativas	F	%
Si	1	50
No	1	50
TOTAL	2	100

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

De los datos obtenidos, el 50% de los Docentes opinan que si tienen conocimientos de actividades físicas porque es lo primordial en una clase y me he sabido informar; el 50% de los Docentes no tiene conocimiento de que son actividades físicas porque soy especializado en otra disciplina y no nos han dado cursos de capacitación

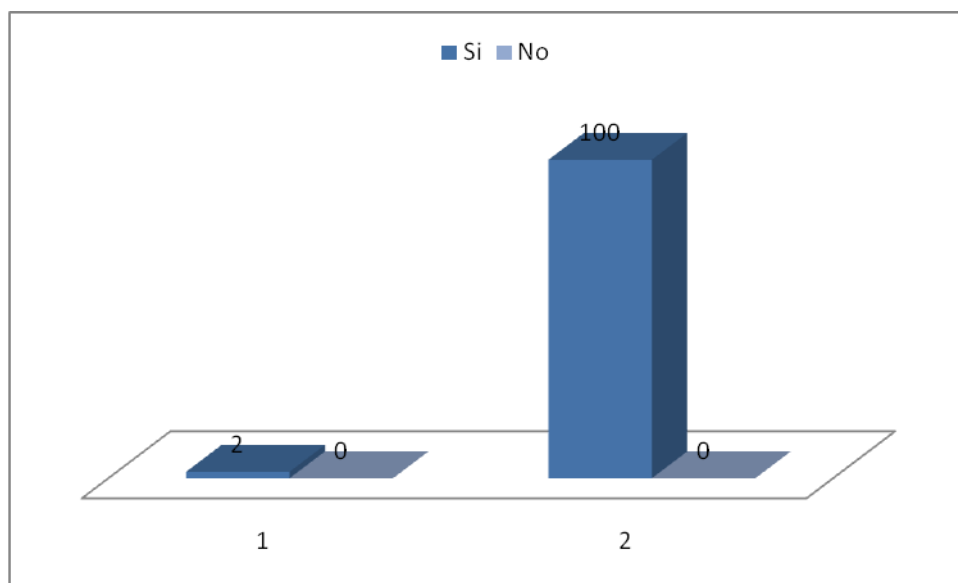
Cuadro 2

Actividades Físicas inciden en el desarrollo psicomotriz

Alternativas	F	%
Si	2	100
No	0	0
TOTAL	2	100

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

De los datos obtenidos, el 100% de los Docentes consideran que las actividades recreativas si incide en el desarrollo psicomotriz de los niños porque comprende movimientos, y ayuda a desarrollar el intelecto y habilidades de los niños.

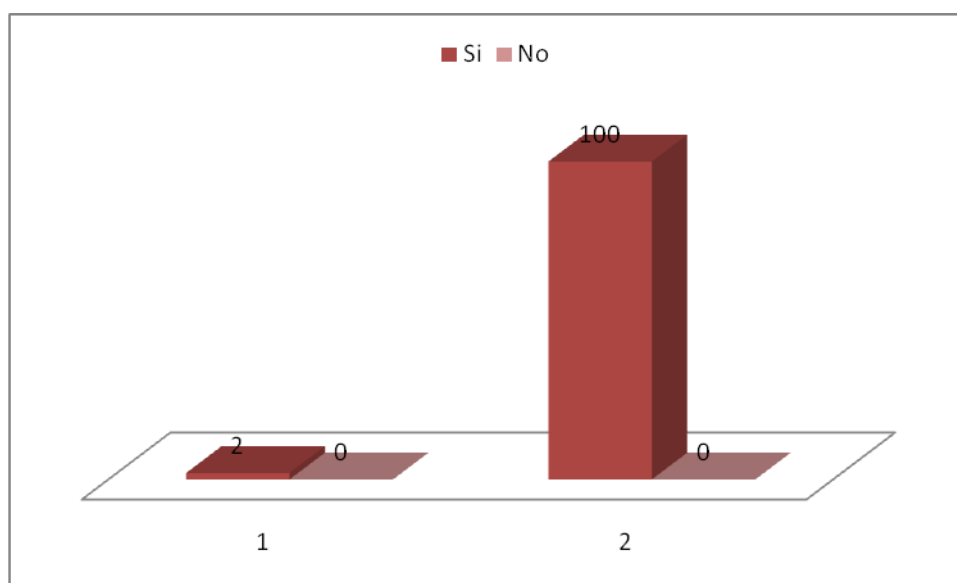
Cuadro 3

Actividades Físicas son indispensables para el desarrollo psicomotriz

Alternativas	F	%
Si	2	100
No	0	0
TOTAL	2	100

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

De los datos obtenidos, el 100% de los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja opinan que las actividades físicas si son indispensables para que los niños tengan un mejor desarrollo psicomotriz porque mediante estas actividades es eficaz tener un mejor desarrollo psicomotriz en los niños y es muy bueno e indispensable en beneficio de los niños permitiendo desarrollar la psicomotricidad siendo la parte evolutiva del ser humano.

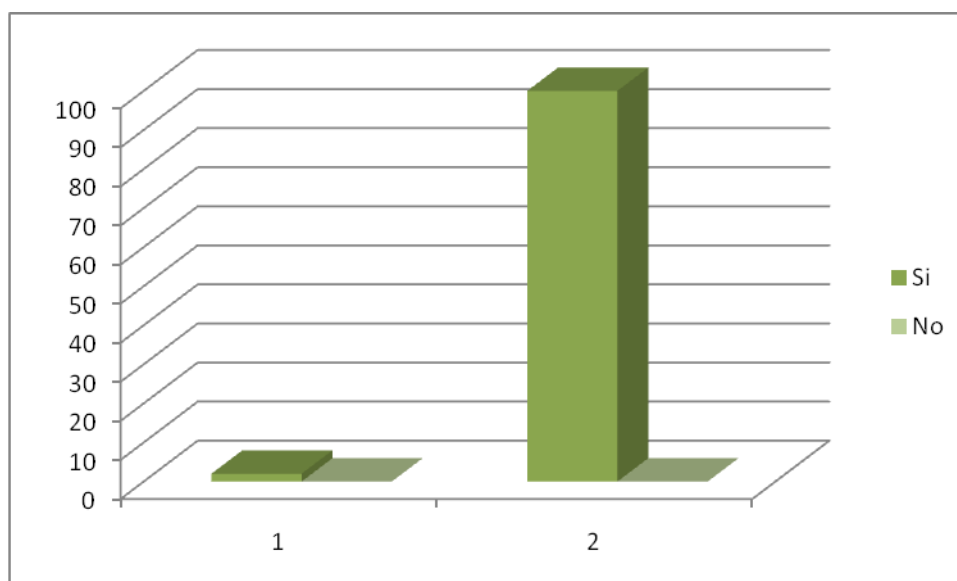
Cuadro 4

Actividades Físicas inciden positivamente en el desarrollo psicomotriz

Alternativas	F	%
Si	2	100
No	0	0
TOTAL	2	100

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

De los resultados obtenidos, el 100% de los Docentes anuncian que las actividades físicas si inciden positivamente en el desarrollo psicomotriz de los niños porque contribuye a desarrollar sus habilidades y el desarrollo psicomotriz actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento.

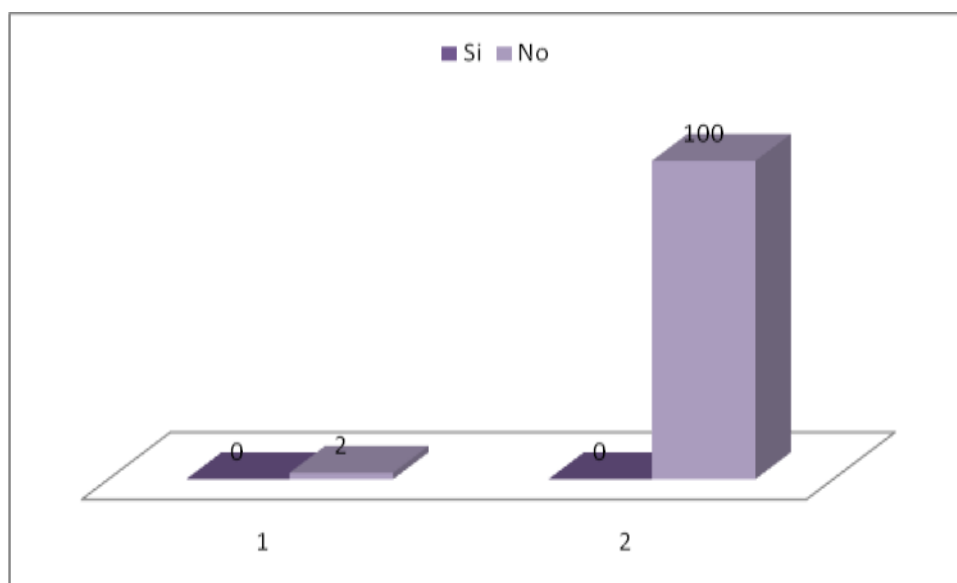
Cuadro 5

Espacios suficientes para llevar a cabo las Actividades Físicas

Alternativas	F	%
Si	0	0
No	2	100
TOTAL	2	100

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

Como resultado de los datos que anteceden, el 100% de los docentes opinan que la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja no tiene los espacios suficientes para llevar a cabo las actividades físicas porque no los espacios no son adecuados para que los niños realicen actividad física, para desarrollar la actividad física los niños necesitan de comodidad ya que es más riesgoso algún daño porque son inquietos necesitan de espacios amplios.

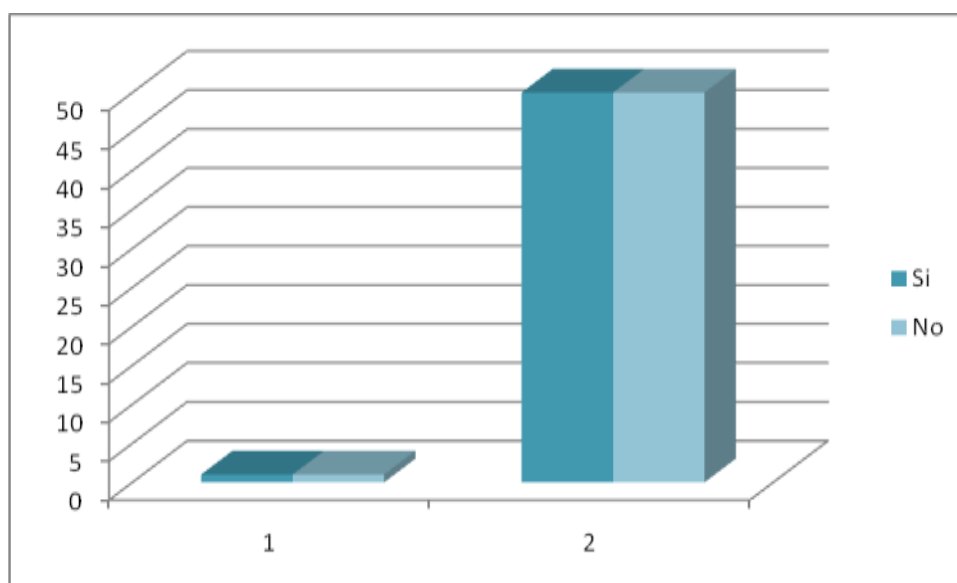
Cuadro 6

Realiza en su institución Actividades Físicas

Alternativas	F	%
Si	1	50
No	1	50
TOTAL	2	100

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

Los resultados arrojados en el presente ítem, denota que el 50% de los Docentes si realiza en su institución actividades físicas para mejorar el desarrollo psicomotriz porque es importante para los niños ya que están en una etapa donde desarrollan más el aspecto psicomotriz; el 50% anuncia que no realiza en su institución actividades físicas para mejorar el desarrollo psicomotriz porque me dedico a realizar lo que me compete de acuerdo a mi planificación de trabajo.

Resultados de las encuestas aplicadas a los niños y/o niñas de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

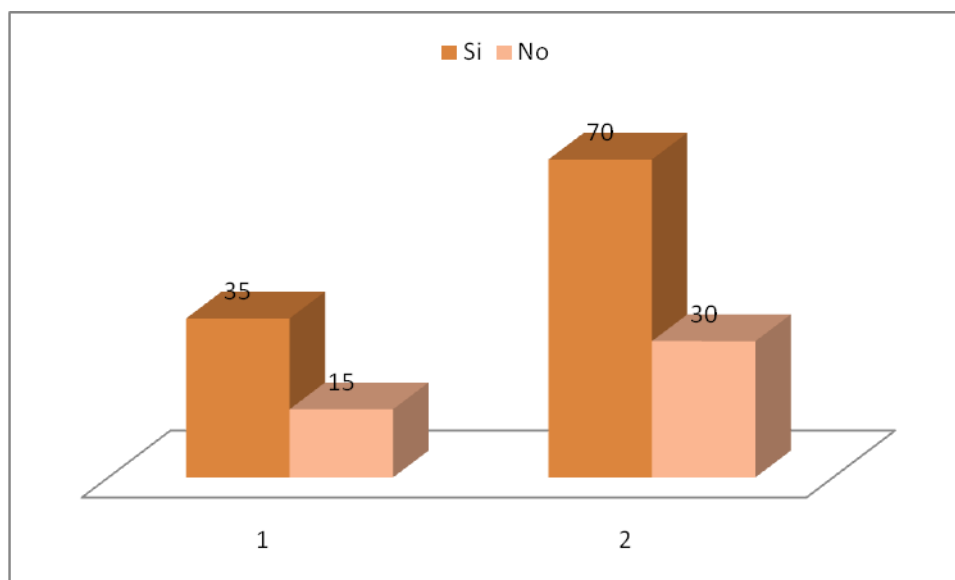
Cuadro 7

Las actividades físicas inciden en su desarrollo psicomotriz

Alternativas	F	%
Si	35	70
No	15	30
TOTAL	50	100

Fuente: Encuesta aplicada a los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

Como se aprecia en el cuadro y gráfica, el 70% de los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja opinan que las actividades físicas si inciden en su desarrollo psicomotriz porque es importante y ayuda a desarrollar nuestras habilidades destrezas, nos ayuda a ser mejores y estar aptos para cualquier disciplina; el 30% opinan que las actividades físicas no inciden en su desarrollo psicomotriz porque no me gusta realizar ninguna actividad física y no conocemos sobre las actividades físicas y sus beneficios.

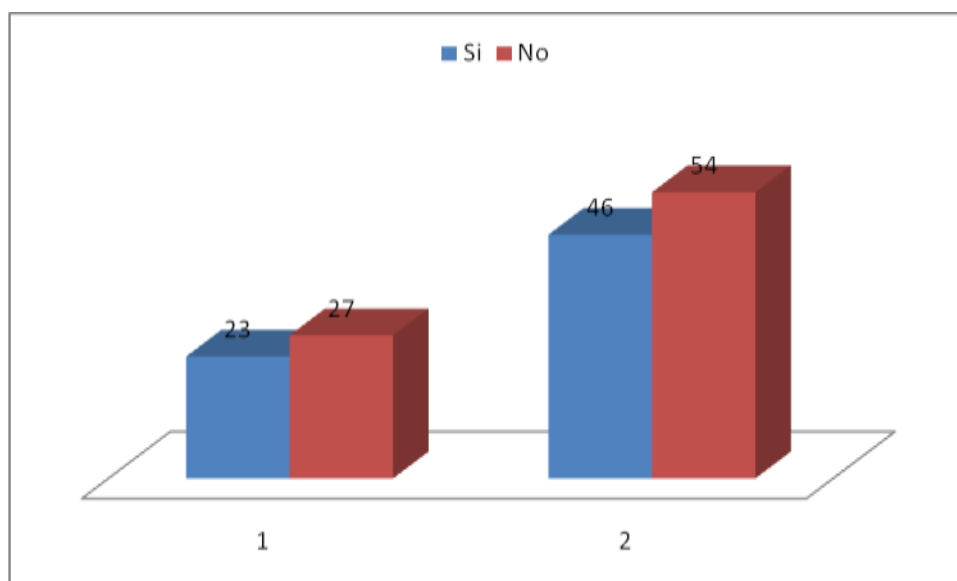
Cuadro 8

Su docente le ha hablado de Actividades físicas

Alternativas	F	%
Si	23	46
No	27	54
TOTAL	50	100

Fuente: Encuesta aplicada a los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

En cuanto a esta variable, el 46% de los niños (a) manifiestan que su Docente si hablado de las actividades físicas si inciden en tu desarrollo psicomotriz porque es importante conocer los beneficios de las actividades físicas y nos ayuda a desarrollarlas de mejor manera; el 54% de anuncian que su Docente no hablado de las actividades físicas porque se centra a realizar lo que consta en la planificación de clase y no nos motiva a desarrollar las actividades físicas.

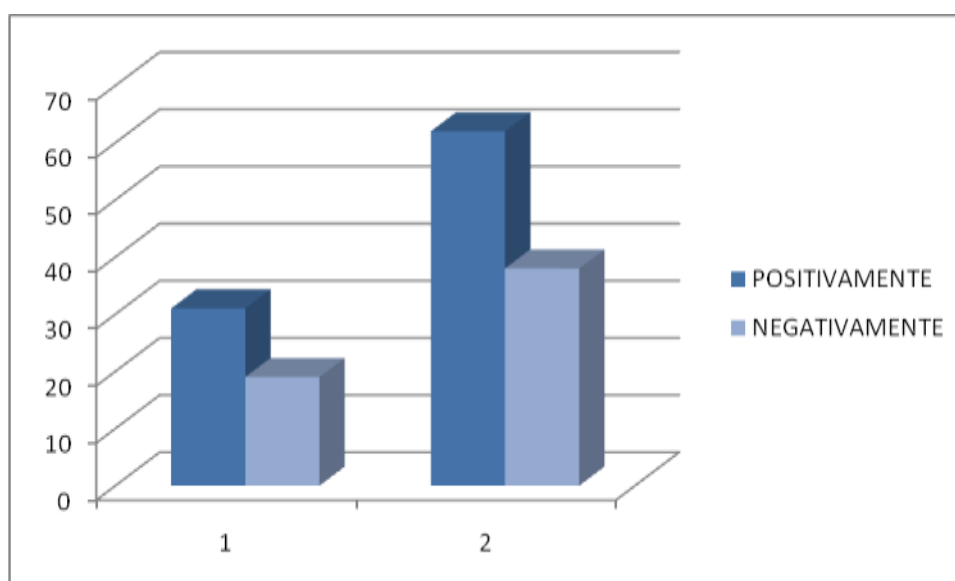
Cuadro 9

Actividades físicas inciden positivamente en el desarrollo cognitivo

Alternativas	F	%
POSITIVAMENTE	31	62
NEGATIVAMENTE	19	38
TOTAL	50	100

Fuente: Encuesta aplicada a los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

En el cuadro y grafica se observa, que el 62% de los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja consideran que las actividades físicas si inciden positivamente en tu desarrollo cognitivo nos ayudan a tener mejor desenvolvimiento y por ende a desarrollar mejor nuestro desarrollo psicomotriz; el 38% considera que las actividades físicas si inciden negativamente en tu desarrollo cognitivo porque no tengo conocimientos sobre que es el desarrollo motriz, no nos gusta realizar actividades físicas.

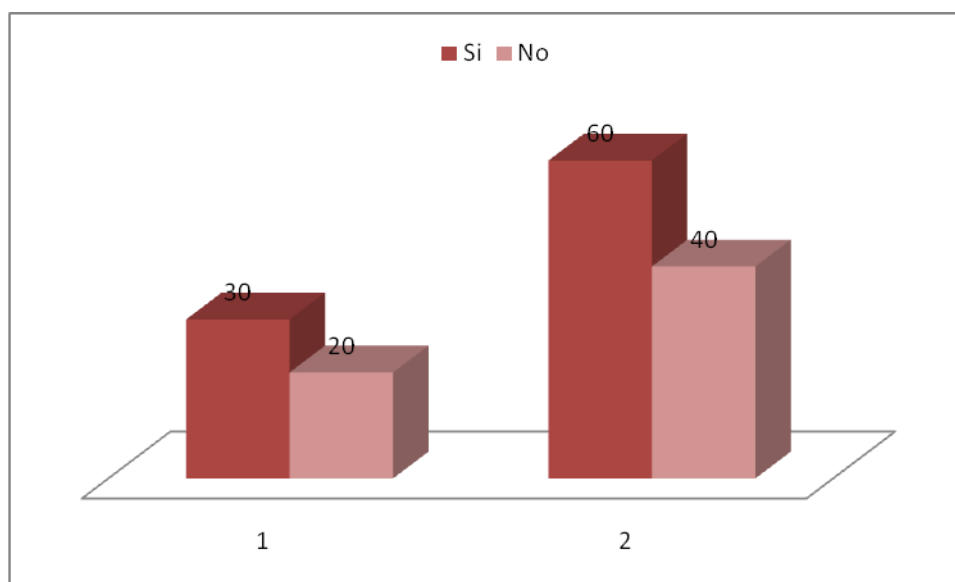
Cuadro 10

Realizas Actividades físicas

Alternativas	F	%
Si	30	60
No	20	40
TOTAL	50	100

Fuente: Encuesta aplicada a los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

Con respecto a esta variable el 60% de los niños (a) opinan que si realizan actividades físicas porque les gusta, lo realizamos en familia y es importante para nuestra salud mental como física; el 40% de los niños (a) opinan que no realizan actividades físicas porque no les gusta, no tengo tiempo para realizar porque ayudo a mi mamá y no lo considero importante.

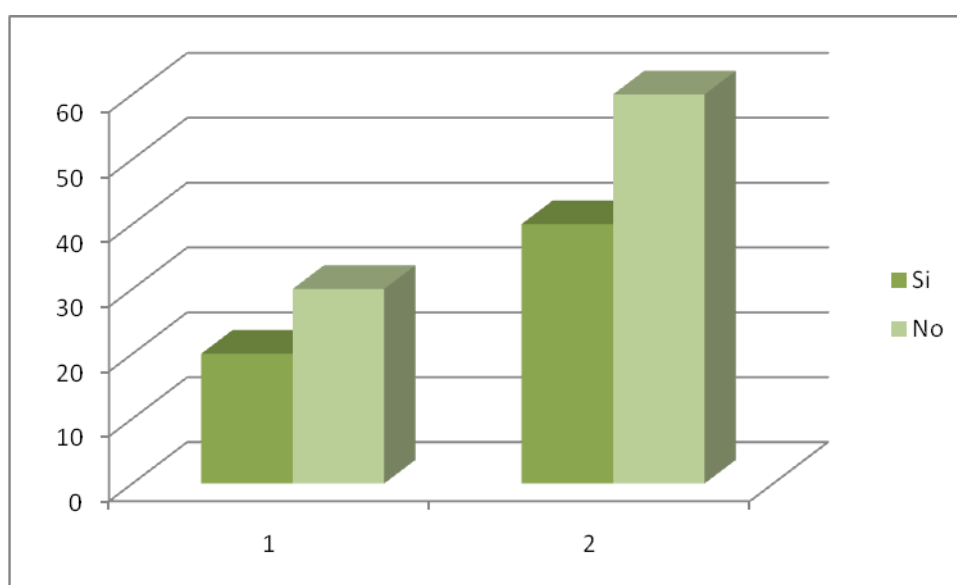
Cuadro 11

Tiene conocimiento de Desarrollo psicomotriz

Alternativas	F	%
Si	20	40
No	30	60
TOTAL	50	100

Fuente: Encuesta aplicada a los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Autor: Edison O Rojas G. 2014



Análisis e Interpretación

De los datos obtenidos el 40% de los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja anuncian que si tienen conocimientos de desarrollo psicomotriz porque hemos preguntando al docente y nos hemos informado; el 60% opinan que no tienen conocimientos de desarrollo psicomotriz porque nuestro docente no nos enseña a profundidad y no me gusta mucho las actividades físicas no ponemos interés.

g. DISCUSIÓN

VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

Discusión para verificar la Hipótesis Uno

Para la verificación de las hipótesis son el resultado de encuesta aplicada a los Docentes de Cultura Física y a los niños (a) con estos resultados y apoyado en los referentes teóricos de las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños de séptimo y octavo año de educación básica general de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

HIPOTESIS 1

LAS ACTIVIDADES FISICAS INCIDEN POSITIVAMENTE EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS

ANÁLISIS

Para el análisis de la hipótesis se utilizó los principales resultados de la investigación de campo.

En el cuadro # 4 de la encuesta aplicada a los docentes el 100% de los Docentes anuncian que las actividades físicas si inciden positivamente en el desarrollo psicomotriz de los niños porque contribuye a desarrollar sus habilidades y el desarrollo psicomotriz actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento.

En el cuadro # 9 de la encuesta aplicada a los niños (a) el 62% de los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja consideran que las actividades físicas si inciden positivamente en su desarrollo cognitivo nos ayudan a tener mejor desenvolvimiento y por ende a desarrollar mejor nuestro desarrollo psicomotriz; el 38% considera que las actividades físicas si inciden negativamente

en tu desarrollo cognitivo porque no tengo conocimientos sobre que es el desarrollo motriz, no nos gusta realizar actividades físicas.

INTERPRETACIÓN

De los resultados obtenidos el 100% de los Docentes anuncian que las actividades físicas si inciden positivamente en el desarrollo psicomotriz de los niños porque contribuye a desarrollar sus habilidades y el desarrollo psicomotriz actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento mientras que el 62% de los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja consideran que las actividades físicas si inciden positivamente en tu desarrollo cognitivo nos ayudan a tener mejor desenvolvimiento y por ende a desarrollar mejor nuestro desarrollo psicomotriz; el 38% considera que las actividades físicas si inciden negativamente en tu desarrollo cognitivo porque no tengo conocimientos sobre que es el desarrollo motriz, no nos gusta realizar actividades físicas.

DECISIÓN

De acuerdo a la interpretación de las encuestas a los Docentes de Cultura Física y a los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja anteriormente expuestos y luego de un análisis minucioso de todos los aspectos considerados posibles, para la apreciación de la hipótesis cuyo enunciado manifiesta que “LAS ACTIVIDADES FISICAS INCIDEN POSITIVAMENTE EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS” se acepta la hipótesis.

HIPÓTESIS ESPECÍFICA 2

La actividad Física incide en el desarrollo psicomotriz de los niños.

ANALISIS

Para el análisis de esta hipótesis utilizamos los resultados de los cuadros y gráficos estadísticos donde aparecen el número o frecuencias y los porcentajes de las respuestas obtenidas.

En el cuadro # 2 de la encuesta aplicada a los Docentes el 100% de los Docentes consideran que las actividades recreativas si incide en el desarrollo psicomotriz de los niños porque comprende movimientos, y ayuda a desarrollar el intelecto y habilidades de los niños.

En el cuadro # 7 de la encuesta aplicada a los estudiantes el 70% de los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja opinan que las actividades físicas si inciden en su desarrollo psicomotriz porque es importante y ayuda a desarrollar nuestras habilidades destrezas, nos ayuda a ser mejores y estar aptos para cualquier disciplina; el 30% opinan que las actividades físicas no inciden en su desarrollo psicomotriz porque no me gusta realizar ninguna actividad física y no conocemos sobre las actividades físicas y sus beneficios.

INTERPRETACIÓN

Los docentes de cultura física consideran que las actividades recreativas si incide en el desarrollo psicomotriz de los niños porque comprende movimientos, y ayuda a desarrollar el intelecto y habilidades de los niños mientras que los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja opinan que las actividades físicas si inciden en su desarrollo psicomotriz porque es importante y ayuda a desarrollar nuestras habilidades destrezas, nos ayuda a ser mejores y estar aptos para cualquier disciplina; el 30% opinan que las actividades físicas no inciden en su desarrollo psicomotriz porque no me gusta realizar ninguna actividad física y no conocemos sobre las actividades físicas y sus beneficios.

DECISIÓN

Considerando la interpretación de los resultados anteriormente expuestos y luego de un análisis minucioso de todos los aspectos considerados posibles, para la apreciación de la hipótesis cuyo enunciado manifiesta que “La actividad Física incide en el desarrollo psicomotriz de los niños”. Se acepta la hipótesis.

HIPÓTESIS ESPECÍFICA 3

“Las actividades físicas, son indispensables en el desarrollo psicomotriz de los niños”.

ANALISIS

Para el análisis de esta hipótesis utilizamos los resultados de los cuadros y gráficos estadísticos donde aparecen el número o frecuencias y los porcentajes de las respuestas obtenidas.

En el cuadro # 3 de la encuesta aplicada a los docentes el 100% de los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja opinan que las actividades físicas si son indispensables para que los niños tengan un mejor desarrollo psicomotriz porque mediante estas actividades es eficaz tener un mejor desarrollo psicomotriz en los niños y es muy bueno e indispensable en beneficio de los niños permitiendo desarrollar la psicomotricidad siendo la parte evolutiva del ser humano; en el cuadro # 6 el 50% de los Docentes si realiza en su institución actividades físicas para mejorar el desarrollo psicomotriz porque es importante para los niños ya que están en una etapa donde desarrollan más el aspecto psicomotriz; el 50% anuncia que no realiza en su institución actividades físicas para mejorar el desarrollo psicomotriz porque me dedico a realizar lo que me compete de acuerdo a mi planificación de trabajo.

En el cuadro # 8 de la encuesta aplicada a los niños (a) el 46% de los niños (a) manifiestan que su Docente si hablado de las actividades físicas si inciden en tu desarrollo psicomotriz porque es importante conocer los beneficios de las actividades físicas y nos ayuda a desarrollarlas de mejor manera; el 54% de anuncian que su Docente no hablado de las actividades físicas porque se centra a realizar lo que consta en la planificación de clase y no nos motiva a desarrollar las actividades físicas; en el cuadro # 11 el 40% de los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja anuncian que si tienen conocimientos de desarrollo físico porque hemos preguntando al docente y nos hemos informado; el 60% opinan que no tienen conocimientos de desarrollo

psicomotriz porque nuestro docente no nos enseña a profundidad y no me gusta mucho las actividades físicas no ponemos interés.

INTERPRETACIÓN

De los resultados obtenidos de los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja opinan que las actividades físicas si son indispensables para que los niños tengan un mejor desarrollo psicomotriz porque mediante estas actividades es eficaz tener un mejor desarrollo psicomotriz en los niños y es muy bueno e indispensable en beneficio de los niños permitiendo desarrollar la psicomotricidad siendo la parte evolutiva del ser humano mientras que los niños (a) manifiestan que su Docente si hablo de las actividades físicas si inciden en tu desarrollo psicomotriz porque es importante conocer los beneficios de las actividades físicas y nos ayuda a desarrollarlas de mejor manera; el 54% de anuncian que su Docente no hablo de las actividades físicas porque se centra a realizar lo que consta en la planificación de clase y no nos motiva a desarrollar las actividades físicas

DECISIÓN

Considerando la interpretación de los resultados anteriormente expuestos y luego de un análisis minucioso de todos los aspectos considerados posibles, para la apreciación de la hipótesis cuyo enunciado manifiesta que “Las actividades físicas, son indispensables en el desarrollo psicomotriz de los niños”. Se acepta la hipótesis

h. CONCLUSIONES

Culminada el proceso de investigación se llegó a las siguientes conclusiones:

- ✚ Concluyo que los docentes de Cultura Física carecen de conocimientos no conocen a profundidad lo referente a las actividades físicas como inciden en el desarrollo psicomotriz de los niños (a) limitando a enseñar y profundizar los conocimientos sobre esta temática.
- ✚ Que las actividades físicas si incide en el desarrollo psicomotriz de los niños porque comprende movimientos, y ayuda a desarrollar el intelecto y habilidades de los niños y actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento.
- ✚ Las actividades físicas si son indispensables para que los niños tengan un mejor desarrollo psicomotriz mediante estas actividades es eficaz tener un mejor desarrollo psicomotriz en los niños y es muy bueno e indispensable en beneficio de los niños permitiendo desarrollar la psicomotricidad siendo la parte evolutiva del ser humano.
- ✚ Que los docentes de Cultura Física no motivan a los niños (a) a desarrollar actividades físicas siendo una parte fundamental en el desarrollo psicomotriz del mismo.

i. RECOMENDACIONES

A continuación se propone las siguientes recomendaciones:

- ✚ Recomiendo capacitar a los docentes de Educación Física de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja con la finalidad de socializar a través de un taller teórico informativo acerca de las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños a efecto de poder comprobar los conocimientos adquiridos y la eficacia de los mismos.
- ✚ Informar y dar a conocer directrices para planificar y Operativizar el trabajo de las actividades físicas cuyo propósito fundamental será proponer alternativas prácticas y factibles para incentivar a desarrollar periódicamente las actividades físicas como aporte principal a los niños (a) de manera sencilla para que puedan comprender factiblemente sin problema alguno.
- ✚ Recomiendo que las actividades físicas deben tener mayor acogida en la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja permitiendo al niño (a) mejorar el desarrollo psicomotriz en la parte evolutiva del ser humano.
- ✚ Los docentes mejoren el proceso de enseñanza aprendizaje utilizando la metodología adecuada de manera eficaz, interesante y dinámica que motive a los niños (a) a desarrollar actividades físicas obteniendo excelentes beneficios dentro del desarrollo psicomotriz.

j. BIBLIOGRAFÍA

- Guerrero Teare, Alejandra: Desarrollo del niño durante el periodo escolar.
- Pascual Sorbías, Pablo: Como desarrollarla inteligencia de tu hijo.
Solohijos.com
- <http://www.efdeportes.com/efd190/actividades-dirigidas-a-mejorar-el-desarrollo-psicomotor.htm>
- <http://educacionfisicaleo.blogspot.com/2008/09/psicomotricidad.html>
- http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/es/
- <https://www.nhlbi.nih.gov/health-spanish/health-topics/temas/phys/>
- <http://actividadesyjuego.blogspot.com/p/areas-de-la-psicomotricidad.html>



K. ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

TEMA:

“LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS DEL SEPTIMO Y OCTAVO AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA”

PROYECTO DE TESIS PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, MENCIÓN: CULTURA FÍSICA.

AUTOR:

Edison Oswaldo Rojas Gonzaga

ASESOR

Mg. Sc. José Efraín Macao

LOJA - ECUADOR

2013

a. TEMA

“LAS ACTIVIDADES FISICAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS del 7° Y 8° AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.”

b. PROBLEMÁTICA

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

El desarrollo psicomotriz del ser humano consiste en la coordinación de las ordenes cerebrales que son ejecutadas por los músculos del cuerpo, este evento es conocido como coordinación motora y puede ser en mayor grado desarrollada o disminuida.

La actividad física es un determinante de la calidad de vida y salud en todas las etapas del ciclo vital, está influenciada por un sinnúmero de factores que se clasifican en diversas categorías, desde lo general: medio natural en el cuál se desenvuelve la persona, el medio construido artificialmente, el ambiente social, cultura, ingresos, equidad y soporte social, hasta los más específicos, como son los de nivel personal: el género, la edad, las habilidades específicas y la motivación

En los niños la actividad física es reconocida en gran parte como el juego, actividad recreativa que tiene un papel fundamental en su crecimiento y desarrollo, y es en la etapa donde mediante el juego se adquieren herramientas que definirán el desarrollo físico, psicosocial y emocional de los niños y las niñas.

Los niños que no reciben una adecuada estimulación tendrán en los años posteriores limitaciones físicas, emocionales y sociales; además del hecho de ser probablemente jóvenes y adultos poco activos, situación que suma condiciones de exposición para ser adultos afectados por enfermedades crónicas.

La mente es uno de los elementos necesarios para que se produzca el desarrollo motor, por cuanto lo coordina y lo ordena, pero si esta capacidad está limitada puede introducirse el uso de los ejercicios rehabilitadores para compensar en cierto modo el elemento disminuido y alcanzar objetivo.

La niñez es una edad en la que se debe aprovechar al máximo las técnicas y estrategias de la metodología de la enseñanza y mucho más en cuanto a la

educación física por tener incidencia directa en el bienestar corporal y mental de quien la realiza, por eso debe precisarse en este periodo de tiempo los mayores esfuerzo para superar al máximo con ejercicios la deficiencia mental del niño.

El tema también es de importancia dado que es en la etapa estudian cuando se están formando hábitos, en cuanto a socialización, alimentación, actividad física y otras que llevan al aprendizaje y formación, y es el juego el que permite el perfeccionamiento del niño; tradicionalmente al hablar del tema de actividad física en niños se concibe solo como resultados en salud, o como facilitador en la consecución de resultados positivos en deporte.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.

“¿COMO LAS ACTIVIDADES FISICAS INCIDEN EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS DE 7° Y 8° AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL?”

c. JUSTIFICACION

La importancia de poblaciones activas es indiscutible, dados los beneficios en salud, desarrollo social y económico para la comunidad ampliamente descritos, sin embargo, las prioridades inherentes al desarrollo de una comunidad no se encuentran dirigidas a la promoción de actividades sanas, lo cual limita la realización de actividades físicas al no contar con espacios para realizarla regularmente, esto conlleva entre otras a que no se genere ambiente promocional para los adultos actuales y para los adultos de mañana que son los niños y niñas de hoy.

Adicionalmente y como consecuencia de la priorización de otras necesidades sociales, se destinan pocos recursos para esparcimiento y promoción de actividades recreativas; el desarrollo urbanístico acelerado y sin planificación crea espacios no dispuestos para el fomento de este tipo de actividades en niños, subutilizando una herramienta potencial en el desarrollo de los niños.

Dentro de los beneficios de ser personas activas, se destaca su importancia en el manejo de la obesidad y en la adquisición de una mejor calidad de vida; pero hablar del juego como instrumento promocional en el desarrollo de los niños es algo nuevo y hasta el momento no existen documentos que presenten una recopilación de avances sobre este tema, es por esto que el concepto de inactividad física o sedentarismo en los niños no se ha posicionado todavía como una problemática.

Académica

Permitirá poner en práctica el proceso investigativo aprendido durante la formación en la Universidad Nacional de Loja, y contrastar los conceptos teóricos con la practica en los distintos escenarios de enseñanza de la Educación Física.

Social

Es un aporte a las personas, como vínculo social del profesional de la Cultura Física, formado no solo para la enseñanza sino en aspectos como la solidaridad, constituirá el presente trabajo un medio eficaz de consulta para quienes en el ejercicio de su profesión se toparán con escenarios de estudiantes.

Deportiva.

Será un aporte a la correcta ejecución de los ejercicios, pues se ilustrará las técnicas y métodos que deben seguirse para conseguir un buen resultado o efecto de movilidad o desarrollo de destreza.

d. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL.

- Determinar el grado de incidencia de los ejercicios en los niños.

OBJETIVOS ESPECIFICOS.

- Realizar un diagnóstico de estado físico actual y destrezas de los niños que pertenecen a la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja, evaluando los programas de clase actuales.
- Comprobar el tipo de juegos o actividades físicas que aplican los docentes y el nivel de desarrollo psicomotriz en los niños de Séptimo y Octavo año de Educación Básica General de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

ESQUEMA DEL MARCO TEÓRICO

FUNDAMENTACION TEORICA

DEFINICIONES:

- **ACTIVIDAD FISICA**
- **CONDICION FISICA**
- **SALUD**

- **ACTIVIDAD FÍSICA SEGÚN LA OMS.**
- **ACTIVIDAD FÍSICA**

- **ÁREAS DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS**
- **EL EJERCICIO FÍSICO.**

- **COORDINACIÓN PSICOMOTRIZ:**

- **PSICOMOTRICIDAD**
 - ✓ **CONCEPTO.**

- **DESARROLLO AFECTIVO Y SOCIAL**
 - ✓ **Afectividad**
 - ✓ **Social**

- **Desarrollo Afectivo-Social**

- **EL DESARROLLO MOTOR DEL NIÑOS**

- **COMO INFLUYE EL MOVIMIENTO EN EL DESARROLLO DEL NIÑO**

- **MOTIVACIÓN PARA LA COMPETENCIA**

- **ACTIVIDAD**

- **RETROALIMENTACIÓN**

- **ANÁLISIS POR ÁREAS DEL DESARROLLO EN ESTE PERIODO**
- **EL DESARROLLO COGNITIVO**
- **EL DESARROLLO AFECTIVO-EMOCIONAL**
- **EL DESARROLLO MOTOR**

e. MARCO TEORICO

FUNDAMENTACION TEORICA

DEFINICIONES:

- **ACTIVIDAD FISICA**

Se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía se trata de un término amplio que engloba el termino de ejercicio físico.

- **CONDICION FISICA**



Es un estado fisiológico de bienestar que proporciona las bases para las tareas de la vida cotidiana un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas.

Esencialmente el termino condición física describe un conjunto de atributos relativos al rendimiento de la persona en materia de actividad física.

- **SALUD**



Salud es un reflejo del bienestar global físico, mental y global de la persona.

Este término es mucho más amplio que la mera ausencia de enfermedad. La salud como todos sabemos es una característica que no se mantiene estable a lo largo del tiempo y que puede variar a lo largo de un desarrollo continuo desde situaciones próximas a la muerte.

- **ACTIVIDAD FÍSICA SEGÚN LA OMS.**



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 (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Además, se estima que la inactividad física es la causa principal de aproximadamente un 21%-25% de los cánceres de mama y de colon, el 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica.

La "actividad física" no debe confundirse con el "ejercicio". 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.

- **ACTIVIDAD FÍSICA**



La actividad física es cualquier actividad que haga trabajar al cuerpo más fuerte de lo normal. Sin embargo, la cantidad real que se necesita de actividad física depende de los objetivos individuales de salud, ya sea que se esté tratando de bajar de peso y que tan sano se esté en el momento.

La actividad física puede ayudar a:

- Quemar calorías y reducir la grasa corporal
- Reducir el apetito
- Mantener y controlar el peso

Con respecto a Actividad Física podemos definirla como movimiento corporal producido por la contracción esquelética que incrementa el gasto de energía por encima del nivel basal.

Si bien, no es la única concepción de lo que es, cabe añadir otras definiciones encontradas, como: “cualquier actividad que involucre movimientos significativos del cuerpo o de los miembros y “todos los movimientos de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio, y actividades deportivas”. Considerando cada una de estas definiciones, diríamos que la actividad física comprende diferentes dimensiones, formas y/o subcategorías.

A continuación se hará una descripción de las características de la actividad física con sus dimensiones y con su categorización. De entrada empezaremos con las dimensiones donde se desenvuelve la AF, siendo estas las actividades ocupacionales, de casa, de transporte y de tiempo libre, esta última subdividida en actividades deportivas, recreativas, de entrenamiento o de ejercicio.

Luego de estas dimensiones podemos categorizar la AF según sus propiedades sea esta mecánica o metabólica. En la primera se tiene en cuenta si la tensión de la contracción muscular genera movimiento, dicho de otra manera, si existe contracción isométrica, en la cual no hay cambio de la longitud del músculo, es decir no hay movimiento, o si por el contrario existe contracción isotónica que genera una tensión constante durante el ejercicio dinámico suponiendo la presencia de movimiento.

Por otra parte, la categoría metabólica se clasifica, según, el tipo de transferencia energética durante el ejercicio a diferentes intensidades.

En primer lugar, la categoría metabólica aeróbica, proporciona la cantidad más grande de transferencia energética, durante ejercicios de intensidades moderadas y de largo plazo, a través de 3 vías metabólicas: la glucólisis, el ciclo de Krebs y la cadena respiratoria. Por último, encontramos la categoría metabólica anaeróbica, donde predominan dos subcategorías, una de producción de energía inmediata a través del trifosfato de adenosina (ATP) y la fosfocreatina (CrP) llamada (anaeróbica aláctica), la cual se desarrolla durante pruebas de corta duración e

intensidades elevadas como el sprint; y la segunda categoría es la (anaeróbica láctica), la cual necesita de las reacciones anaeróbicas de la glucólisis para generar energía a corto plazo, esto es, durante ejercicios intensos de mayor duración (1 a 2 minutos).

- **ÁREAS DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS**

Estas áreas parten del movimiento como necesidad de supervivencia en el hombre primitivo y sucesivamente pasa por etapas que señalan caminos diferentes: preparación para la guerra, expresión del propio ser, juego, competencia, espectáculo, uso del tiempo libre, preparación para la vida, llegando hoy a la concepción científica.

Dentro del área de la recreación xxvi se encuentra una serie de actividades físicas que permiten que el individuo exprese en forma natural como ser humano en cuanto al movimiento libre y creativo; el movimiento como acción "expresa algo" o sea que comunica una necesidad que se tiene, como por ejemplo, la imitación de un caballo referente a su forma de actuar al correr, galopar o caminar.

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 trata de 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 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.

- **LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR**

Dadas las múltiples nomenclaturas y la proliferación de intentos de clasificar o diferenciar el deporte y la actividad física en la edad escolar, se ha optado por un concepto inclusivo buscando un denominador común a todas aquellas prácticas

de actividad física y deportivas que realizan los niños, niñas y jóvenes, respetando la diversidad de orientaciones, prácticas y organizaciones, pero intentando darles a todas ellas una estructura de referencia y unos objetivos compartidos, en definitiva, un marco común, el que definiremos en el Plan Integral de promoción del deporte y la actividad física.

Se considera actividad física y deporte en edad escolar aquella práctica deportiva realizada por niños y niñas y por los y las jóvenes que están en edad escolar, formándose en las diferentes etapas del actual sistema educativo: infantil, primaria, secundaria obligatoria y post-obligatoria, tanto dentro como fuera de los Centros

Escolares y una vez finalizado el horario lectivo.

Se apuesta de esta forma, por un sistema integrador, en el cual tienen cabida las diferentes modalidades que coexisten en estos momentos, es decir, la actividad física y el deporte escolar que tiene lugar en los Centros Docentes, el deporte ofrecido desde los clubes y entidades deportivas y otras actividades físico deportivas que forman parte de los programas de diferentes entidades y asociaciones del tejido social.

En este sentido, los proyectos deportivos que se ofrezcan en el marco de la actividad física y el deporte en edad escolar, deberán recoger las siguientes intencionalidades:

Ofrecer una actividad física y deportiva inclusiva que alcance los mínimos de práctica recomendados por instituciones y estudios de referencia en el ámbito de la salud para niños/as y adolescentes. Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte

Edad Escolar

Complementar, a través de la actividad física y deportiva, la labor formativa desarrollada en el centro educativo, especialmente en lo referente a los valores y los hábitos saludables.

Adaptar la práctica de la actividad física y del deporte, especialmente la competición, a las finalidades y necesidades de cada etapa educativa.

- **EL EJERCICIO FÍSICO.**

Se considera ejercicio físico, al conjunto de acciones motoras musculares y esqueléticas. Comúnmente se refiere a cualquier actividad física que mejora y mantiene la aptitud física, la salud y el bienestar de la persona.

Se lleva a cabo por diferentes razones como el fortalecimiento muscular, mejora del sistema cardiovascular, desarrollar habilidades atléticas, deporte, pérdida de grasa o mantenimiento, así como actividad recreativa.

Las acciones motoras pueden ser agrupadas por la necesidad de desarrollar alguna cualidad física como la fuerza, la velocidad, la resistencia, la coordinación, la elasticidad o la flexibilidad. El ejercicio físico puede estar dirigido a resolver un problema motor concreto.

El ejercicio físico mejora la función mental, la autonomía, la memoria, la rapidez, la "imagen corporal" y la sensación de bienestar, se produce una estabilidad en la personalidad caracterizada por el optimismo, la euforia y la flexibilidad mental.

Los programas de actividad física deben proporcionar relajación, resistencia, fortaleza muscular y flexibilidad. En la interacción del cuerpo con el espacio y el tiempo a través del movimiento, se construyen numerosos aprendizajes del ser humano.

Esta construcción se realiza a través de una sucesión de experiencias educativas que se promueven mediante la exploración, la práctica y la interiorización, estructurando así el llamado esquema corporal

http://es.wikipedia.org/wiki/Ejercicio_f%C3%ADsico

Una de los ámbitos de la salud con las que contribuye el ejercicio físico es la salud mental, la misma que contribuye en los aspectos de la vida del ser, y está

directamente relacionada con el bienestar y la productividad tanto de la sociedad como de sus integrantes, es por tal razón que su mantenimiento y su conservación ocupan las decisiones de privilegio del individuo.

Dentro de los indicadores de los niveles de calidad de vida de los individuos, la salud mental es de gran importancia, pues la misma permite avanzar en el proceso de integración social y en la intensificación de las relaciones pacíficas con los demás individuos.

La educación física con un valor de la cultura física influye en la salud mental de manera particular pues si bien la cultura lo hace a esferas comunitarias la incidencia en la persona es particularísima.

El juego promueve el desarrollo corporal y el bienestar físico y psicológico de estos niños, se usan como medio para posibilitar la cooperación, y la capacidad física de modo que eleven su nivel de salud y bienestar.

Es un estimulante maravilloso por medio del cual el niño se hace hábil, perspicaz, diestro, ligero y fuerte, alcanzando todo esto alegremente. Aprende a crear y aumenta su cultura dinámica influyendo en el desarrollo de sus movimientos.

Alimenta tu bienestar
Una buena nutrición ayuda a tu bienestar

Beneficios de practicar ejercicio físico y deporte

#alimentatubienestar

- > MEJORA LA CALIDAD DE VIDA, LA INDEPENDENCIA DE NUESTRAS ACCIONES, LA AUTOESTIMA Y NUESTRA CAPACIDAD DE SOCIALIZACIÓN.
- > MEJORA LA CAPACIDAD CARDIORRESPIRATORIA
- > MEJORA EL TONO MUSCULAR
- > RETARSA EL ENVEJECIMIENTO
- > MEJORA LA DEFENSA INMUNOLÓGICA
- > COMBATE EL ESTRÉS Y LA DEPRESIÓN
- > MEJORA LAS CAPACIDADES PSÍQUICAS DE LA PERSONA
- > MEJORA EL RIEGO SANGUÍNEO DEL CORAZÓN
- > COMBATE LA OBESIDAD
- > LOS HUESOS SE HACEN MÁS POTENTES Y FUERTES
- > FACILITA LA DIGESTIÓN Y FAVORECE EL TRÁNSITO INTESTINAL
- > MEJORA LA FLEXIBILIDAD DE NUESTRAS ARTICULACIONES
- > FAVORECE Y AUMENTA LA CIRCULACIÓN ARTERIAL EN TODO EL CUERPO
- > PROPORCIONA FLEXIBILIDAD Y UNA ADECUADA COMPOSICIÓN CORPORAL
- > PRACTICARLO CON CONSTANCIA PROLONGA NUESTRA VIDA

¡Practícalo!

Ilustración de Sicha Pongjirachit
FreeDigitalPhotos.net

www.alimentatubienestar.es/ejercicio-fisico-y-deporte

Las formas básicas y esenciales de coordinación dinámica general están representadas por correr, saltar, coger, lanzar y recibir.

A este respecto la práctica variable parece ser un poderoso factor para el desarrollo de la coordinación, íntimamente relacionada con el aprendizaje motor.

Dentro de la coordinación, también se trabaja la capacidad de equilibrio, que supone una percepción del propio peso, de las superficies y del terreno, y la propiocepción que abarca las sensaciones de cinestesia y sentido de la posición articular.

El Área Educación Física debe trabajar bajo las bases del entrenamiento deportivo moderno, no perdiendo de vista quien es la persona que se entrena respetando la individualidad orgánica, y es así que se desarrollan ejercicios olímpicos en sus variantes, de fuerza explosiva, y excéntricos, que no son más que una forma de complejizar la tarea didáctica según la evolución en el rendimiento de los alumnos.

[http://www.monografias.com/trabajos82/influencia-juegos-juegos-Prentice WE; "Técnicas de en la Medicina Deportiva", Editorial Paidotribo, 1999](http://www.monografias.com/trabajos82/influencia-juegos-juegos-Prentice WE;)

- **COORDINACIÓN PSICOMOTRIZ:**

- ✓ Motricidad gruesa (coordinación dinámica global, equilibrio, respiración, relajación).
- ✓ Motricidad fina (coordinación óculo manual, coordinación óculo motriz).
- ✓ Otros aspectos motores (fuerza muscular, velocidad, control del movimiento, reflejos, resistencia, precisión, confianza en el uso del cuerpo,...).

PSICOMOTRICIDAD

Relación entre las funciones motoras del organismo humano y los factores psicológicos que intervienen en ellas condicionando su desarrollo por medio de un conjunto de técnicas que facilita la interacción

sensorio -motriz, cognitiva y emocional, permitiendo al niñ@ reconocer su cuerpo, relacionarse con el medio a su alrededor y desarrollar nociones y destrezas de cada etapa de su vida.

- **PSICOMOTRICIDAD**

Los primeros años de vida de un niño /a son importantes ya que en ellos se da el desarrollo de las capacidades sensitivas y receptoras, además de las habilidades motoras dentro de un período realmente corto, en este tiempo logrará que sus reflejos innatos se conviertan en actos totalmente voluntarios dirigidos a un propósito.

Así el desarrollo motor está íntimamente relacionado con la evolución psicológica y su desarrollo efectivo va a depender del conocimiento que se tenga de los primeros años de vida de los pequeños /as.

Para Piaget e Inhelder “la primera infancia de fundamental importancia para todo el desarrollo psíquico. Constituye al mismo tiempo la base de toda actividad psíquica constructiva.

Los conocimientos adquiridos posteriormente están, si no preformados en ella, ampliamente condicionados por las operaciones psíquicas de la primera fase de la vida”.

CONCEPTO.

Para la definición de psicomotricidad existen algunos conceptos dados por algunos estudiosos, que se han dedicado a examinar la importancia que tiene esta para obtener un buen desarrollo, entre los cuales tenemos que:

- ✓ Bucher “ la psicomotricidad es el estudio de los diferentes elementos que requieren datos perceptivo-motrices, en el terreno de la representación simbólica, pasando por toda la organización corporal tanto a nivel práctico y esquemático, así como la integración progresiva de las coordenadas temporales y espaciales de la actividad.
- ✓ R. Lecoyer (1991) considera "la Psicomotricidad como el conjunto de comportamientos motores en función de su relación con el psiquismo".
- ✓ Muniáin: "La Psicomotricidad es una disciplina educativa, reeducativa y terapéutica, concebida como diálogo, que considera al ser humano como una unidad psicosomática y que actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento, en el ámbito de una relación cálida y descentrada, mediante métodos activos de mediación principalmente corporal, con el fin de contribuir en su desarrollo integral”.
- ✓ Lagrange: “la Psicomotricidad es la educación del niño en su globalidad, porque actúa conjuntamente sobre sus diferentes comportamientos: intelectuales, afectivos, sociales y motores”.
- ✓ Ramos: “la Psicomotricidad es una técnica que tiende a favorecer, por el dominio corporal, la relación y la comunicación que el niño va establecer con el mundo que lo rodea”

Según todos ellos, la psicomotricidad es el desarrollo de todo el cuerpo, permitiendo al niño y niña de esta manera su relación y comunicación con su mundo circundante; además considera la totalidad en que está formado cada individuo ya que su fin es el desarrollo integral.

Así, la psicomotricidad es la madurez motora de un niño o niña la que ha alcanzado dentro de un período determinado, esta madurez va ligada con la coordinación de los movimientos para lo cual necesita la intervención de estructuras sensoriales, motoras e intelectuales, para que con ellas el niño o niña pueda actuar adecuadamente frente a las acciones que se presentan en su vida, esto se da siempre y cuando exista un dominio total de su cuerpo y una adecuada estimulación.

Oscar; La Psicomotricidad y el niño

LO QUE APORTA LA PSICOMOTRICIDAD A LOS NIÑOS VENTAJAS, BENEFICIOS

Se trata de que el niño viva con placer las acciones que desarrolla durante el juego libre. Esto se logra en un espacio habilitado especialmente para ello (el aula de psicomotricidad); en el que el niño puede ser él mismo (experimentarse, valerse, conocerse, sentirse, mostrarse, decirse, etc.) aceptando unas mínimas normas de seguridad que ayudarán a su desarrollo cognitivo y motriz bajo un ambiente seguro para él y sus compañeros.

En la práctica psicomotriz se tratan el cuerpo, las emociones, el pensamiento y los conflictos psicológicos, todo ello a través de las acciones de los niños: de sus juegos, de sus construcciones, simbolizaciones y de la forma especial de cada uno de ellos de relacionarse con los objetos y los otros.

Con las sesiones de psicomotricidad se pretende que el niño llegue a gestionar de forma autónoma sus acciones de relación en una transformación del placer de hacer al placer de pensar.

- **DESARROLLO AFECTIVO Y SOCIAL**

La vida emocional y social que se le ofrezca a un niño /a es de gran importancia, ya que de ello va a depender poder impulsar, frenar o retrasar su desarrollo.



Afectividad

La afectividad es un estado que nos afecta ya sea de forma agradable o desagradable. Así, los estados afectivos están dados por: las emociones, que son los estados emotivos que tienen una duración corta; los sentimientos, estos en cambio son estados donde su duración es más prolongada y están influenciados por los recuerdos, las ideas y los contenidos.

Social

Los aprendizajes sociales adquiridos en la niñez y las experiencias que estos transmitan son importantes para que se establezcan las conductas adecuadas que serán manifestadas con algunas modificaciones en las edades posteriores.

- **Desarrollo Afectivo-Social**

Se va consolidando el sentido de autonomía. La capacidad para expresar sus necesidades y pensamientos a través del lenguaje les ayuda a ser más "independientes".

Los niños comienzan a jugar con parejas a esta edad, pero si consideramos que su pensamiento es muy egocéntrico, y que tienen dificultad para distinguir entre una acción física y la intención psicológica que hay detrás de esa acción, podemos observar que estos juegos se producen junto a otros, no con otros. Si bien, a finales de la etapa comienzan a establecer relaciones de amistad verdadera, las relaciones fundamentales son con sus padres.

Los niños absorben valores y actitudes de la cultura en la que los educan, generalmente con el padre del mismo sexo. Se produce así en estos años, un

proceso de tipificación sexual en el cual los niños van captando mensajes de la sociedad acerca de cómo se deben diferenciar niños y niñas.

El niño va aprendiendo a través de la obediencia y el castigo, aprende a evaluar de acuerdo a las consecuencias y va formando sus primeros criterios morales

- **EL DESARROLLO MOTOR DEL NIÑOS**

El desarrollo motor que se refleja a través de la capacidad de movimiento, depende esencialmente de dos factores básico la maduración del sistema nervioso y la evolución del tono.

El desarrollo psicomotor de los niños



Realizado por:
Miriam Urrea Herranz

La maduración del sistema nervioso, siguen dos leyes: la cefalocaudal (de la cabeza al glúteo) y el próximo distante (del eje a las extremidades). Durante los primeros años, la realización de los movimientos precisos depende de maduración

La evolución del tono muscular: El tono permite las contracciones musculares y los movimientos; por tanto, es responsable de toda acción corporal y, además, es el factor que permite el equilibrio necesario para efectuar diferentes posiciones.

COMO INFLUYE EL MOVIMIENTO EN EL DESARROLLO DEL NIÑO

El movimiento influye en el desarrollo del niño, en su personalidad y en sus comportamientos, en los niños de edad temprana es uno de los principales medios de aprendizaje.

La actividad física y la mente se conectan mediante el movimiento, estimulando su desarrollo intelectual, su capacidad para resolver problemas.

Por ejemplo, si un bebé desea alcanzar un objeto que está lejos, realizará todo un plan para obtenerlo, gateará e ideará la forma de atravesar los obstáculos que pueda encontrar o irá en busca de la mamá y señalará el juguete que desea para que se lo alcancen.

Las destrezas motrices que adquiere el infante, como correr, saltar también favorecen los sentimientos de confianza y seguridad en él ya que se sentirá orgulloso de sus logros y de sus capacidades.

Por estas razones la psicomotricidad cumple un rol importante en la educación y formación integral de todo niño.

Los elementos de la psicomotricidad se desarrollan paralelamente a las funciones afectivas e intelectuales (pensamiento, lenguaje, memoria, atención), están interrelacionadas y son indispensables para la adquisición de habilidades cada vez más complejas en todas las etapas del niño.

Así por ejemplo, el equilibrio, la orientación espacial son elementos de la psicomotricidad necesarios para que el niño aprenda a sentarse, gatear, caminar.

La coordinación visomotriz el esquema corporal, la orientación espacio temporal la atención percepción y memoria son áreas pre requisito para el proceso de lectura, escritura y cálculo y son consideradas habilidades básicas para el aprendizaje.

Por ello, nuestra ayuda debe ir encaminada a dotar al niño o niña de mayor número de actividades que permitan vivencias tanto en un plano motriz global (caminar, correr, saltar, desplazarse libremente) como en un plano de coordinación manual (coger objetos pequeños, punzar, pintar, escribir).

Es importante que estas actividades se brinden en un marco afectivo donde los niños puedan sentirse seguros y los ayuden a encontrar nuevas formas de descubrir el mundo.

- **MOTIVACIÓN PARA LA COMPETENCIA**

La motivación para la competencia es entendida como la necesidad de logro para sentirse eficiente, por ello los niños sufren dos tipos de motivaciones diferentes: la motivación intrínseca y la motivación extrínseca.

La motivación intrínseca en los niños y niñas es entendida como la necesidad de saltar, correr, trepar por el simple placer y reto de hacerlas.

La motivación extrínseca son aquellos premios o elogios dados por realizar bien una tarea.

Las mejores motivaciones que los padres pueden proporcionar pueden hacerse con juegos durante todo el año. Las investigaciones muestran que el nivel de actividad física de los niños está significativamente relacionado con la cantidad de tiempo que sus padres dedicaron al ejercicio físico (Poest, Williams, Witt y Atwood, 1989).

Por ello, también la participación sensible de los adultos en el juego infantil puede ser muy benéfica para los niños y niñas.

Las investigaciones han sugerido 3 modelos básicos de la participación de los adultos en los juegos de los niños y niñas:

- ✓ Juego paralelo: implica que un adulto juegue al lado de un niño y niña sin interactuar de manera directa, como cuando cada uno construye su propio objeto con bloques de madera.
- ✓ Juego compartido: implica que un adulto se una a un niño y niña en el transcurso del juego en el cual el participante mantiene el control. El adulto interactúa con el niño y niña pero sólo provee una guía indirecta a través de preguntas.

- ✓ Juego dirigido: implica que un adulto enseñe al niño y niña nuevas formas de jugar.
- ✓ La aplicación del juego en el campo educativo hace imprescindible la intervención del educador y la educadora, propiciando a través de su participación una determinada motivación en el participante. Ello implica una serie de inconvenientes respecto al juego libre por parte del niño y la niña. En un intento de clarificar cuál puede ser más apropiado, el juego libre o el juego dirigido, para la motivación óptima del participante, en el cuadro 1 se esquematizan las ventajas e inconvenientes de cada uno.

- **ACTIVIDAD**

La actividad es imprescindible para el desarrollo motor, es decir, es necesario que se practique una actividad para conseguir hacerlo bien. Los niños y niñas criados en ambientes de hacinamiento muestran a menudo un retraso en la adquisición de las habilidades de los músculos grandes.

Les falta fuerza, coordinación y flexibilidad al correr, saltar, trepar, equilibrarse y otras acciones.

- **RETROALIMENTACIÓN**

La retroalimentación motiva la evolución del aprendizaje de las habilidades motoras. La retroalimentación extrínseca se da en forma de premios (recompensas) o elogio por una tarea bien ejecutada.

La retroalimentación intrínseca es un importantísimo factor en la adquisición de habilidades y destrezas. Los niños y niñas se dan cuenta de que existen ciertas consecuencias naturales de sus actos y de que pueden ser más fuertes que la retroalimentación extrínseca arbitraria.

- **ANÁLISIS POR ÁREAS DEL DESARROLLO EN ESTE PERIODO**

Los juegos en esta etapa deben contribuir al logro de los objetivos generales como son la autonomía, autoconfianza, aprendizajes instrumentales básicos, mejora de las posibilidades expresivas, cognoscitivas, comunicativas, lúdicas y de movimiento.

Para ello es necesario recurrir a un análisis de las cuatro áreas evolutivas concernientes al desarrollo del ser humano en esta etapa crucial: desarrollo cognitivo, social, afectivo-emocional y motriz.

- **EL DESARROLLO COGNITIVO**



Está sometido a los procesos de globalismo, simbolismo y egocentrismo, lo cual da lugar a comportamientos poco ajustados que impiden que su cognición se desarrolle en toda su potencia, y se adapte al sistema conceptual y procesual adulto. Por ello Piaget (1959) lo denomina, período preoperatorio.

En cuanto a la percepción y el uso de conceptos básicos relacionales (arriba/abajo, derecha/izquierda) aún no se ajusta al parámetro espacio-temporal matizado, necesitando usar términos polares muy marcados como muy lejos y muy cerca.

La memoria y la atención son aún demasiado inestables. El pensamiento es fantasioso y simbólico, mezclando los sueños con la realidad, uniendo caprichosamente los datos de ésta y simbolizándolos sin regla definida. Se manifiesta en las siguientes formas enunciadas por Piaget (1959):

Animismo

Creencia de que los objetos que rodean al niño y la niña están animados y dotados de intención (tropiezan con una piedra y dice que es "mala").

Realismo

Creencia de que todo lo que siente (sueños, imágenes, cuentos) tiene una realidad objetiva. Confunde la realidad física con la psicológica (cree en la existencia de Superman o los reyes magos).

Artificialismo:

Creencia de que los fenómenos físicos son producto de la creación de los seres humanos (el humo del cigarro hace las nubes).

Sus conceptos, llamados preconceptos por Piaget (1959), fluctúan entre la generalidad y la singularidad, contaminándose de imágenes.

A partir de los 6 años aparece un cambio marcado, fundamentalmente con lo que Piaget (1959) denomina las "operaciones concretas".

El ajuste a lo real marca el atributo fundamental de esta área. El sujeto va a utilizar los procesos y elementos de la cognición adulta (operatoria), pero aún sin un total grado de eficacia, al no poder explotar los procesos formales.

Va a comenzar el desarrollo de su capacidad analítica por superación del globalismo, que supone separar los hechos (incluido su propio comportamiento) o las categorías de lo "real" en sus enlaces clave y contextualizándolo bajo un sentido de conjunto, todo ello con el fin de comprenderlo mejor, relacionarlo con otros hechos o para actuar más adecuadamente.

La percepción se ajusta a los parámetros espacio-temporales y a los conceptos básicos operativos que la sustentan.

Con ello emprende el tiempo y se adapta a sus consecuencias prácticas, conecta varias conductas (por ejemplo, se adapta a la trayectoria del balón) y su montante conceptual (funcionamiento del reloj, el calendario). Con respecto al espacio, sabe organizar los objetos y diferenciar distancias, áreas y volúmenes. Desarrolla las

relaciones topológicas y proyectivas que distingue Piaget (1959). Igualmente afronta la interacción temporoespacial usando y comprendiendo la idea de velocidad, aceleración, etc.

Domina los conceptos básicos operativos que organizan los datos de la realidad y procesamiento. Siguiendo a Piaget e Inhelder (1969), destacamos de ellos:

Conservación:

El niño y la niña descubrirán la conservación de la sustancia hacia los 7-8 años, el peso hacia los 9-10 años y el volumen hacia los 11-12 años.

Seriación

Consiste en ordenar los elementos según sus dimensiones crecientes o decrecientes.

Clasificación

Será hacia los 8 años cuando se consiga una clasificación racional operativa.

Número

La construcción de los números estará ligada de forma estrecha a las seriaciones y a las clases. Adquirir el concepto de número, la capacidad de ordenar escalonadamente un grupo de elementos.

Espacio:

Un conjunto de operaciones, que podemos denominar infralógicas, en el sentido de que afectan a otro nivel de realidad, se construyen paralelamente a las operaciones lógico-aritméticas y sincrónicamente con ellas en particular, por lo que atañe a las operaciones espaciales.

El manejo del lenguaje y las ideas le permite ir formando su propia visión del mundo. Desarrolla su capacidad para utilizar símbolos en pensamientos y acciones, y comienza a manejar conceptos como edad, tiempo, espacio. Sin embargo, aún no logra separar completamente lo real de lo irreal, y su lenguaje es

básicamente egocéntrico. Todavía le cuesta aceptar el punto de vista de otra persona.

En esta etapa, los niños comienzan a entender identidades, funciones y algunos aspectos de clases y relaciones, pero todo se ve limitado por el egocentrismo. Se produce un desarrollo de la función simbólica, la capacidad para representar mentalmente imágenes visuales, auditivas o cinestésicas que tienen alguna semejanza. La comprensión de identidades hace que las cosas sigan siendo iguales aunque cambien de forma, tamaño o apariencia.

Respecto a la comprensión de funciones, el niño comienza a establecer relaciones básicas entre dos hechos de manera general y vaga, no con absoluta precisión. Esto apunta a que su mundo ya es más predecible y ordenado, pero aún existen características que hacen que el pensamiento preoperacional esté desprovisto de lógica.

- **EL DESARROLLO AFECTIVO-EMOCIONAL**

El niño y la niña en esta etapa van desarrollando progresivamente una mayor diferenciación de sus emociones, aunque falte todavía una cierta conciencia y racionalización de las mismas.

Le motivan la actividad y el ejercicio, pero no existe un sistema de motivaciones organizado.

El avance se produce a partir de los 6 años en la dirección ya emprendida de estabilidad, control y matización, consiguiéndose un gran salto en cada aspecto.

Los intereses y motivaciones son mucho más variados que en la etapa anterior, descentrándose de sí mismo para compartirlos y ajustarlos al entorno.

Se agrupan y ordenan en sistemas, siendo ahora las motivaciones secundarias las organizadoras de los demás. Tanto las sociales (comunicación e interacción) y las del logro (competición, resultados), como las de conocimiento (disonancia, evaluación, curiosidad).

- **EL DESARROLLO MOTOR**

Dentro del análisis de la motricidad diversos autores coinciden en considerar las habilidades motrices bajo la siguiente perspectiva:

- ✓ Habilidades motrices básicas cuya característica primordial es la locomoción.
- ✓ Habilidades motrices cuya característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio, sin una locomoción comprobable.
- ✓ Habilidades motrices caracterizadas por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos.

Las relaciones entre el juego y el desarrollo motor o psicomotor, nos permite establecer variadas relaciones, que han quedado demostradas en diferentes investigaciones. A través del estudio de varios trabajos se observa que las funciones psicomotrices básicas se sirven de forma espontánea para su desarrollo de las actividades lúdicas “de” y “con” movimiento del niño y la niña.

Pero es necesario señalar que el desarrollo psicomotriz no es algo dissociado del resto de las dimensiones del desarrollo infantil, sino más bien algo conjunto, donde se entremezclan las mejoras psicomotrices con las socio-afectivas de forma directa y continua.

El desarrollo físico aumenta rápidamente durante la etapa infantil. Los sistemas muscular y nervioso y la estructura ósea están en proceso de maduración, lo que permitirá al niño moverse de manera más coordinada. Los niños muestran progreso en la coordinación de los músculos grandes y pequeños y en la coordinación óculo- manual.

Este desarrollo hará que el niño sea cada vez más autónomo, cada vez realizará más cosas sin la ayuda de un adulto, como por ejemplo vestirse.

<http://www.altorendimiento.com/congresos/educacion-fisica/4709-desarrollo-motor-cognitivo-y-afectivo-social-a-traves-de-la-educacion-fisica-en-la-educacion-infantil-formato-poster>

• EL MOVIMIENTO Y SU RELACIÓN CON LOS ÁMBITOS DE DESARROLLO

El ser humano tiene un desarrollo motriz, cognoscitivo y psicosocial que evoluciona conforme madura su sistema nervioso. Enseguida se describe brevemente la aportación del movimiento en cada uno de los ámbitos.

- Motor. El niño es un ser activo por naturaleza, siempre está en constante movimiento e interacción con su entorno.

Las experiencias adquiridas a través del contacto con su medio (casa, mamá, papá, hermanos, primos, vecinos, animales, forma de vida, etcétera) le ayudan a integrar sus movimientos y sensopercepciones.

- Cognoscitivo. La experimentación del niño en su entorno deriva en la adquisición de nuevos aprendizajes y su pensamiento se vuelve más complejo y organizado.

La acción motora interviene en todos los niveles del desarrollo cognoscitivo, incluso el lenguaje. A través del movimiento, el niño desarrolla la lateralidad, el esquema corporal, la orientación derecha-izquierda, la noción y estructura del tiempo, el espacio y la causalidad.

Todos estos conceptos son fundamentales en el proceso de la lectoescritura y de la lógica matemática.

- Psicosocial. El control del movimiento puede llevar a un mejor control de la conducta en general. El trabajo psicomotriz en el niño logra un mejor control del pensamiento, la percepción, la emoción y la conducta.

En el trabajo psicomotriz tendrás la oportunidad de favorecer el trabajo en equipo bajo diversas

circunstancias o situaciones, lo que le aporta a cada niño elementos para constituir su propia identidad.

El desarrollo del niño debe ser equilibrado en sus tres ámbitos: motriz, cognoscitivo y psicosocial. Si alguno de éstos no se estimula, habrá deficiencias en los demás, ya que cada uno de ellos se desarrolla en conexión con los otros.

<http://www.conafe.gob.mx/educacioncomunitaria/programainclusioneducativa/guia-edu-primaria.pdf>

- **EL JUEGO EN EL DESARROLLO DE SUS CAPACIDADES MOTRICES**

El desarrollo en sus capacidades motrices teniendo como punto de referencia el juego pretende lograr que se vayan cubriendo las necesidades motrices que se van surgiendo en cada una de las etapas evolutivas del niño/a facilitándoles los aprendizajes motrices ayudándole a alcanzar una autonomía cada vez más real y una aceptación y conocimiento de sí mismo, dando respuesta a los problemas de movimiento que se le plantean al individuo en la vida real.

En este sentido el desarrollo de las habilidades motrices se va a orientar principalmente hacia la creación de la base de la motricidad así no hay que olvidar que sobre ellas se van a construir las habilidades motrices se va a orientar principalmente hacia la creación de la base de motricidad; así no hay que olvidar que sobre ellas se van a construir las habilidades que tan importante papel van a jugar en la enseñanza de los deportes.

HIPÓTESIS.

LAS ACTIVIDADES FÍSICAS INCIDEN POSITIVAMENTE EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS.

HIPOTESIS ESPECÍFICAS

- La actividad Física incide en el desarrollo psicomotriz de los niños.
- Las actividades físicas, son indispensables en el desarrollo psicomotriz de los niños.

OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES

Para poder acceder a información que permita medir de manera correcta las variables, es necesario recordar que estamos frente a la administración pública, por lo que es medibles desde los dos puntos de vista, el del servidor público y el del beneficiario, no estando cubierta este tipo de información como en el caso de las empresas que podrían reservarse por celo o por factores de mercado, pero cuando nos adentramos al escenario publico constituye información libre.

Indicadores. Los indicadores de las variables están dados por el tipo de actividad que se realiza de acordó a los programas actuales, así podría seleccionarse al momento de la observación tres tipos de ejercicios y contrastar la teoría de los mismos con lo que está sucediendo en realidad

f. METODOLOGÍA

TIPO DE INVESTIGACIÓN

Métodos

Método Inductivo - Deductivo, ya que partimos de las hipótesis planteadas que serán comprobadas durante el desarrollo de la investigación para poder arribar a las conclusiones y generalizaciones.

El Método Analítico – Sintético.- Porque se realizará una descripción de los principales aspectos referentes y que tienen que ver con las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja, a través del estudio Teórico - Práctico se logrará analizar las diferentes variables. En las conclusiones y recomendaciones se utilizará el proceso de síntesis.

Método Descriptivo, ya que haremos una relación detallada acerca de las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz y los criterios que darán docentes y alumnos donde se hará la recolección de datos y el trabajo de investigación; es decir, interpretaremos y evaluaremos la realidad existente que tiene que ver con el problema elegido.

POBLACIÓN Y MUESTRA.

POBLACIÓN

La población seleccionada es: Provincia de Loja, Cantón Loja, Parroquia el Valle de aproximadamente cien estudiantes o niños y maestro de Educación Física.

MUESTRA

He creído conveniente dirigir mi investigación enfocado en el caso específico de 50 niños de séptimo y octavo año de Educación Básica General y a los docentes de Cultura Física de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN

Para la recolección de información se utilizará fichas de consulta bibliográfica, y elaboración de resumen así como notas de observación.

En otro escenario esta la información de carácter generalizada en todos los actores y se desarrollará a través de encuestas y la entrevista.

RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.

La guía documental y de recolección de información se resume en bancos de preguntas previamente analizados y elaborados, la toma de fotografías, grabaciones, y otros que permitan exponer en la fase inicial el diagnóstico y en la fase final la sustentación de la propuesta.

TRATAMIENTO Y ANALISIS ESTADÍSTICO DE LOS DATOS.

Mediante la Tabulación de Datos y la Representación gráfica se elaborará el análisis de los datos de la investigación de campo.

Se utilizará cuadros comparativos de ejercicio y efecto en contraste con lo que actualmente está sucediendo.

g. CRONOGRAMA

ACTIVIDADES	2013 - 2014											
	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABRIL	MAY	JUN	JUL
Selección del tema.	X	X										
Elaboración del Perfil del Proyecto.			X	X								
Elaboración del Proyecto definitivo.					X	X						
Aplicación de Instrumentos.							X	X				
Tabulación de datos.									X	X		
Elaboración del Borrador.											X	
Sustentación											X	X

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

Ingresos:

Fondos Propios. 1000.00 usd.

Egresos

- Movilización Talento Humano.	250.00
- Impresiones.	200.00
- Bibliografía.	150.00
- <u>Equipos y Materiales.</u>	<u>400.00</u>
- TOTAL	1000.00 usd.

Talento Humano.

- Edison Rojas. Investigador.
- Director de Tesis.
- Niños de séptimo y octavo año de Educación Básica General de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

Recursos Económicos.

- Movilización Talento Humano.	250.00
- Impresiones.	200.00
- Bibliografía.	150.00
- <u>Equipos y Materiales.</u>	<u>400.00</u>
- TOTAL	1000.00 usd.

Equipos y Materiales.

- Cámara Fotográfica.
- Libros, revistas, documentación.
- Equipos tecnológicos. (pc, dvd etc.)
- Material de Oficina,

i. BIBLIOGRAFIA

Libros.

1. Guerrero Teare, Alejandra: Desarrollo del niño durante el periodo escolar.
2. Pascual Sorbías, Pablo: Como desarrollarla inteligencia de tu hijo.
Solohijos.com
3. Posada, Ana. El niño de 3 años. Pedagogíaysalud.com
4. Posada, Ana. El niño de 4 años. Pedagogíaysalud.com
5. Posada, Ana. El niño de 5 años. Pedagogíaysalud.com
6. Vergara S., M.: Desarrollo Psicológico en Edad Escolar.

Links.

- http://search.incredibar.com/search.php?q=LAS+ACTIVIDADES+FISICAS+Y+SU+INCIDENCIA+EN+EL+DESARROLLO+PSICOMOTRIZ+DE+LOS+Niños_de+escuela&lang=spanish&cid=1&source=365&u=92261899370984645&a=6Oy pia.galeon.com
- <http://www.altorendimiento.com/congresos/educacion-fisica/4709-desarrollo-motor-cognitivo-y-afectivo-social-a-traves-de-la-educacion-fisica-en-la-educacion-infantil-formato-poster>
- <http://www.um.es/univefd/juegoinf.pdf>

ANEXO 2

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
 ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
 LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CARRERA DE CULTURA FÍSICA
 MATRIZ DE CONSISTENCIA

TEMA	PROBLEMATICA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	METODOLOGIA
“LAS ACTIVIDADES FISICAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS DEL SEPTIMO Y	“¿COMO LAS ACTIVIDADES FISICAS INCIDEN EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS DE 7° Y 8° AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL?”	<p style="text-align: center;">Objetivo General</p> <p>- Determinar el grado de incidencia de los ejercicios en los niños.</p> <p>Objetivos Específicos.-</p> <p>_Realizar un diagnóstico de estado físico actual y destrezas de los niños que pertenecen a la Unidad</p>	<p style="text-align: center;">Hipótesis general</p> <p>LAS ACTIVIDADES FISICAS INCIDEN POSITIVAMENTE EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS?”</p>	<p style="text-align: center;">Método Inductivo</p> <p>- Deductivo, ya que partimos de las hipótesis planteadas que serán comprobadas durante el desarrollo de la investigación para poder arribar a las</p>

<p>OCTAVO AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA</p>		<p>Educativa de la Universidad Nacional de Loja, evaluando los programas de clase actuales.</p> <p>Comprobar el tipo de juegos o actividades físicas que aplican los docentes y el nivel de desarrollo psicomotriz en los niños de Séptimo y Octavo año de Educación Básica General de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.</p>	<p>Hipótesis Específicas</p> <p>Hipótesis 1</p> <p>La actividad Física incide en el desarrollo psicomotriz de los niños.</p> <p>Hipótesis 2</p> <p>Las actividades físicas, son indispensables en el desarrollo psicomotriz de los niños.</p>	<p>conclusiones y generalizaciones.</p> <p>El Método Analítico – Sintético.- Porque se realizará una descripción de los principales aspectos referentes y que tienen que ver con las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños de la Unidad Educativa de la Universidad</p>
---	--	--	--	--

				<p>Nacional de Loja, a través del estudio Teórico - Práctico se logrará analizar las diferentes variables. En las conclusiones y recomendaciones se utilizará el proceso de síntesis.</p> <p>Método Descriptivo, ya que haremos una relación detallada acerca de las actividades físicas y su incidencia en el desarrollo</p>
--	--	--	--	--

				<p>psicomotriz y los criterios que darán docentes y alumnos donde se hará la recolección de datos y el trabajo de investigación; es decir, interpretaremos y evaluaremos la realidad existente que tiene que ver con el problema elegido.</p>
--	--	--	--	---

ANEXO 3 Encuesta aplicada a los Docentes de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

CARRERA DE CULTURA FISICA



ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Dirigiéndome a ustedes de la manera más cordial me permitan la contestación a las preguntas formuladas que se encuentran en la siguiente encuesta con el fin de elaborar el proyecto de tesis denominado “LAS ACTIVIDADES FISICAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS del 7° Y 8° AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA”

1. ¿Tiene conocimiento de que son actividades físicas?

SI ()

NO ()

Que es.....

.....

2. ¿Cree usted que las actividades físicas inciden en el desarrollo psicomotriz de los niños?

SI ()

NO ()

Porque.....

.....

3. ¿Considera usted que las actividades físicas son indispensables para que los niños tengan un mejor desarrollo psicomotriz?

SI ()

NO ()

Porque.....
.....

4. ¿Las actividades físicas inciden positivamente en el desarrollo psicomotriz de los niños?

SI ()

NO ()

Porque.....
.....

5. ¿La Unidad educativa tiene los espacios suficientes para llevar a cabo las actividades físicas?

SI ()

NO ()

Porque.....
.....

6. ¿Usted realiza en su institución actividades físicas para mejorar el desarrollo psicomotriz?

SI ()

NO ()

Porque.....
.....

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.

ANEXO 4 Encuesta aplicada a los niños (a) de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
CARRERA DE CULTURA FISICA**



**ENCUESTA DIRIGIDA A LOS NIÑOS (a) DE LA UNIDAD
EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

Dirigiéndome a ustedes de la manera más cordial me permitan la contestación a las preguntas formuladas que se encuentran en la siguiente encuesta con el fin de elaborar el proyecto de tesis denominado “LAS ACTIVIDADES FISICAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS del 7° Y 8° AÑO DE EDUCACION BASICA GENERAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA”

1. ¿Crees tú que las actividades físicas inciden en tu desarrollo psicomotriz?

SI ()

NO ()

Por qué.....

.....

2. ¿tu profesor te ha hablado de las actividades físicas si inciden en tu desarrollo psicomotriz?

SI ()

NO ()

Porque.....

.....

3. ¿crees tú que las actividades físicas inciden negativamente o positivamente en tu desarrollo cognitivo?

NEGATIVAMENTE ()

POSITIVAMENTE ()

Porque.....
.....

4. ¿Realizas actividad física?

SI ()

NO ()

Porque.....
.....

5. ¿Tienes conocimiento acerca de que es desarrollo psicomotriz?

SI ()

NO ()

Porque.....
.....

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.

ANEXO 4 Instalaciones de la Unidad Educativa de la Universidad Nacional de Loja.

CON EL DOCENTE DE CULTURA FISICA DESARROLLANDO LA CLASE



**CON LOS ALUMNOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD
NACIONAL DE LOJA**



DESARROLLANDO LA CLASE



INDICE

PORTADA	i
CERTIFICACIÓN	ii
AUTORÍA	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
ÁMBITO GEOGRAFICO DE LA INVESTIGACIÓN	vi
MAPA GEOGRÁFICO	vii
ESQUEMA DE TESIS	viii
a. Título.....	1
b. Resumen en castellano y traducido al inglés.....	2
c. Introducción	4
d. Revisión de literatura.....	10
e. Materiales y métodos.....	21
f. Resultados.....	23
g. Discusión.....	34
h. Conclusiones.....	39
i. Recomendaciones.....	40
j. Bibliografía.....	41
k. Anexos.....	42