

**REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
COMISIÓN DE MEMORIA DE GRADO**

**HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS
DE CINCO AÑOS DE EDAD DEL JARDÍN DE INFANCIA ELOY
PAREDES**

**(Memoria de Grado para optar por el Título de Licenciado
en Educación Mención Educación Física)**

Autor:

Br. Sergio Rodríguez

Tutora:

Lic. Tamara Ramírez

Mérida, Febrero de 2007



UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

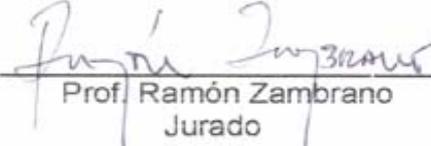


VEREDICTO DE DEFENSA DE MEMORIA DE GRADO

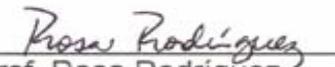
Hoy, 05 de Febrero de dos mil siete, siendo las 3:30 pm, reunidos en el Departamento de Educación Física de la Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Los Andes, los Profesores: Tamara Ramírez (Tutora), Ramón Zambrano (Jurado) y Rosa Rodríguez (Jurado), designados para conocer de la Memoria de Grado titulada: **"HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO AÑOS DE EDAD DEL JARDÍN DE INFANCIA ELOY PAREDES"**, presentada por el Br:

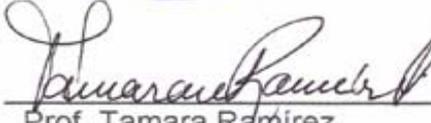
Sergio José Rodríguez Peña

Titular de la Cédula de Identidad N° **8.029.197**, en un todo de acuerdo a lo expuesto en el Artículo 25 del Reglamento de Memorias de Grado vigente y una vez cumplida la exposición pública del trabajo, este Jurado decide calificarlo con: **Dieciocho Puntos (18 Pts.)**.


Prof. Ramón Zambrano
Jurado




Prof. Rosa Rodríguez
Jurado


Prof. Tamara Ramírez
Tutora

DEDICATORIA

La vida es maravillosa, no importa lo que hagas, cada persona en la tierra está siempre representando el papel principal. Mientras estés vivo lucha por las cosas que quieres alcanzar, si tropiezas y caes, levántate, mira hacia delante, no desmayes, vive, aprende que la vida y su camino están llenos de señales, es por ello que quiero dedicar mi logro:

A mi Dios Todo poderoso, por iluminarme en el camino y ser mi fiel acompañante. Por permitirme disfrutar al lado de personas luchadoras con un gran corazón, dándome a conocer que para todas las cosas y casos primeramente está Él; que hace posible todo lo que una persona pueda obtener en la vida, es por ello que hoy te doy las gracias mi Dios.

A mi Papá y a mi Mamá, el tesoro más grande que Dios me ha dado, por sus incansables oraciones para poder superar los distintos obstáculos a lo largo de mi carrera, por ser ambos pilares fundamentales en mi crecimiento como persona y futuro profesional. “Los Amo”.

A mis hermanos, por su cariño, amor y respeto de auténticos hermanos, gracias por apoyarme siempre.

A Rubén y María, grandes amigos, ausentes, siempre iluminando mi camino y cada uno de los triunfos que he obtenido.

A mis sobrinos que les sirva de estímulo para sus desenvolvimientos en sus formaciones como estudiantes.

A mis ahijados, que con esfuerzo y dedicación se logran las metas propuestas.

A mis tíos y primos, gracias por el apoyo y estímulos en el desarrollo de mi formación profesional.

A mis compañeros de clase: Jonathan, Aírol, José Luís, Rosario, Daniel, Oswaldo, Carlos, Luís Eduardo, Morán, Edwar; gracias por compartir su amistad y contar con ustedes cuando más los necesitaba; de verdad Gracias.

A todos mis amigos que son infinitos de nombrar, gracias por estar conmigo en todo momento. Se les quiere.

A todo el personal Directivo, Docente, Administrativo y Obrero del Jardín de Infancia "Eloy Paredes" por su amistad y valiosa colaboración, permitiéndome cumplir mis metas; sin su ayuda no lo hubiera logrado, Gracias.

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mis más sinceros agradecimientos:

A la ilustre Universidad de Los Andes por permitirme crecer como persona y Profesional para lograr esta meta tan importante en mi vida.

Mis más sinceras palabras de agradecimiento a la Profesora **TAMARA RAMÍREZ**, por su gran orientación, paciencia y enseñanza para conmigo en el desarrollo del trabajo. Que Dios le siga bendiciendo siempre.

A los alumnos del Jardín de Infancia Eloy Paredes, por facilitarme su valiosa colaboración en el desarrollo de mi trabajo.

A mi Amigo Daniel, que sin su ayuda no lo hubiese logrado, Gracias de Verdad, Gracias.

A todas aquellas personas, que de alguna u otra manera han colaborado durante todo el proceso de formación de mi carrera como profesional.

Sergio J. Rodríguez

ÍNDICE GENERAL

p-p

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iv
ÍNDICE GENERAL	v
INDICE DE TABLAS	vii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	vii
RESUMEN	x
INTRODUCCIÓN	11
CAPITULO	
I. EL PROBLEMA	13
Planteamiento del Problema.....	13
Justificación.....	16
Delimitación.....	17
Objetivos.....	18
II. MARCO TEÓRICO	19
Antecedentes de la investigación.....	19
Bases teóricas.....	21
III. METODOLOGÍA	56
Tipo de Estudio.....	56
Participantes.....	56
Instrumento de recolección de la información.....	57
IV. RESULTADOS	60
Análisis e interpretación de los resultados	60

V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	74
REFERENCIAS.....	77
ANEXOS.....	80
A Test de Habilidades Motrices Básicas	81
B Instrumento de Evaluación.....	93
C Hoja de Vida	94
D Actividades Metodológicas propuestas para el desarrollo de las habilidades motrices básicas.....	95

Índice de Tablas

Tabla		p.p
Nº		
1	Caracterización de las habilidades motrices básicas.....	...55

Índice de Gráficos

Gráfico		p.p
Nº		
1	Modelo del desarrollo Motor de Gallahue (1982).....	34
2	Circuito de rotación para la aplicación del test.....	58
3	Distribución porcentual en la Habilidad motriz andar en los niños y niñas de 5 años de edad.....	61
4	Distribución porcentual en la Habilidad motriz carrera en los niños(as) de 5 años de edad.....	62
5	Distribución porcentual en la Habilidad motriz salto en los niños(as) de 5 años de edad.....	63
6	Distribución porcentual en la Habilidad motriz lanzar en los niños(as) de 5 años de edad.....	64
7	Distribución porcentual en la Habilidad motriz atajar en los niños(as) de 5 años de edad.....	65
8	Distribución porcentual en la Habilidad motriz pateo en los niños(as) de 5 años de edad.....	66
9	Distribución porcentual grupo en general en la habilidad motriz de andar.....	67
10	Distribución porcentual grupo en general en la habilidad motriz de carrera.....	68
11	Distribución porcentual grupo en general en la habilidad motriz de salto.....	69
12	Distribución porcentual grupo en general en la habilidad motriz de lanzar.....	70
13	Distribución porcentual grupo en general en la habilidad motriz de atajar.....	71
14	Distribución porcentual grupo en general en la habilidad motriz de pateo.....	72

	p.p
15	Comparación de los resultados en el grupo en total de todas las pruebas..... 73
16	Estadio Inicial de la Habilidad de Carrera..... 81
17	Estadio Elemental de la Habilidad de Carrera..... 82
18	Estadio Maduro de la Habilidad de Carrera..... 83
19	Estadio Inicial de la Habilidad de Salto..... 84
20	Estadio Elemental de la Habilidad de Salto..... 84
21	Estadio Maduro de la Habilidad de Salto..... 85
22	Estadio Inicial de la Habilidad de Lanzar..... 86
23	Estadio Elemental de la Habilidad de Lanzar..... 87
24	Estadio Maduro de la Habilidad de Lanzar..... 88
25	Estadio Inicial de la Habilidad de Atajar..... 88
26	Estadio Elemental de la Habilidad de Atajar..... 89
27	Estadio Maduro de la Habilidad de Atajar..... 90
28	Estadio Inicial de la Habilidad de Patear..... 91
29	Estadio Elemental de la Habilidad de Patear..... 91
30	Estadio Maduro de la Habilidad de Patear..... 92
31	Pasos de gigantes y enanos..... 95
32	Caminando en el espacio..... 96
33	Caminando sobre la raya..... 97
34	A tener cuidado..... 98
35	Caminar llevando las llantas..... 99
36	Atrapando las pelotas..... 100
37	¿Quién la atrapa?..... 100
38	Encestar en las llantas..... 101
39	A tumbar el obstáculo..... 102
40	Juego con mi pelota..... 103
41	Persiguiendo la pelota..... 103
42	El canguro..... 104

43	Saltando los obstáculos.....	105
----	------------------------------	-----

Universidad de Los Andes
Facultad de Humanidades y Educación
Escuela de Educación
Departamento de Educación Física

**HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO
AÑOS DE EDAD DEL JARDÍN DE INFANCIA ELOY PAREDES**

Autor: Sergio José Rodríguez P.

Tutora: Tamara Ramírez

Fecha: Febrero de 2007

Resumen

El objetivo fundamental de la investigación consistió en analizar el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños y niñas de 5 años de edad de educación preescolar del jardín de infancia "Eloy Paredes", ubicado en el municipio Libertador del Estado Mérida. La investigación se desarrolló en el año escolar 2005-2006. La misma se enmarca en una investigación de campo de tipo descriptiva-transversal, estableciendo para ello una muestra de 24 niños (12 niñas y 12 niños) de dicha institución. A los mismos se les aplicó como instrumento de observación directa, el test de evaluación de patrones motores de Mc Clenaghan y Gallahue (1985); con cinco (5) habilidades: carrera, salto, atajar, lanzar y patear y la habilidad de andar de Wickstrom (1993), se evaluaron tres intentos en cada prueba para determinar el desempeño psicomotor de los niños y niñas. Los resultados obtenidos se tabularon e interpretaron en base a frecuencias y porcentajes de acuerdo a la base de datos obtenidos, los cuales permitieron concluir que: los niños se encuentran en un estadio elemental hacia maduro en las habilidades manipulativas: patear y atajar, en comparación con las habilidades locomotoras encontrando estadios iniciales hacia elementales en andar, carrera, salto y en lanzar. Al mismo tiempo que la actuación de las niñas superan levemente a los niños en las habilidades de: lanzar y andar. Del mismo modo, las niñas se encuentran en las habilidades manipulativas en los estadios inicial y elemental hacia maduro; en las locomotoras (andar) se encuentran en el estadio elemental hacia maduro; en la carrera, salto y atajar se encuentran en un estadio inicial hacia elemental. Finalmente se recomendaron algunas actividades para desarrollar, estimular y mejorar la motricidad en el niño de la educación inicial.

Palabras claves: habilidades básicas motrices, desarrollo motor, psicomotricidad, motricidad.

INTRODUCCIÓN

Las habilidades motrices que el individuo hoy día conoce y ejecuta son el producto de una evolución milenaria. Desde el momento mismo que el espermatozoide fecunda al óvulo se produce el milagro de la vida para la formación de un ser humano, ya desde ese momento los procesos de división celular que suceden llevan implícitos un conjunto de movimientos que en forma muy rudimentaria serán los primeros comienzos del desarrollo motor del individuo, claro ésta que estos van perfeccionándose paulatinamente en función de una serie de estímulos que del mundo exterior provienen y que permiten desarrollarlos.

La educación del movimiento entonces, no es algo que se desarrolla en los niños y las niñas de forma espontánea y que, por tanto, se aprende sólo y con el tiempo. Es necesario potenciar en todo niño y niña su conducta motriz, sus habilidades y destrezas para poder tener mayor independencia sobre el medio y poder así actuar con bases más sólidas en la etapa adulta.

Por lo anteriormente descrito, la presente investigación, va dirigida a analizar el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños y niñas de 5 años de edad preescolar del Jardín de Infancia “Eloy Paredes” del Municipio Libertador del Estado Mérida.

Para formarnos una base teórica sobre este tópico, se consideraron diversos autores cuyos análisis pueden satisfacer la solución del problema planteado, de tal forma que se le aplicó a la muestra seleccionada el instrumento seleccionado para la recolección de la información necesaria sobre el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas en edad preescolar.

En consideración de todo lo antes expresado, el trabajo se estructuró por capítulos de la siguiente manera:

En el primer capítulo se establece la problemática planteada como objeto de estudio, dando a conocer la importancia de esta investigación a través de la justificación y estableciendo los objetivos que se proponen alcanzar con el desarrollo de dicha investigación.

En el segundo capítulo de este trabajo se muestra una serie de antecedentes, donde se recolectan datos relacionados al instrumento a aplicar, luego se desarrolla una serie de tópicos con el fin de aclarar y tener una base teórica firme, que ayude al análisis de los resultados obtenidos.

En el tercer capítulo, se propone un trabajo exploratorio descriptivo siendo esta una investigación de campo, en la cual se diagnosticó el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

En el cuarto capítulo se presentan los resultados obtenidos de la aplicación del test de habilidades motrices locomotoras y manipulativas, con sus respectivos análisis y gráficos descriptivos de cada una de las habilidades estudiadas, divididos por sexo.

Para finalizar, en el quinto capítulo se establecen las conclusiones y recomendaciones las cuales son tomadas de los análisis que se le hicieron a los resultados, al igual que se plantean una serie de actividades dirigidas a mejorar y consolidar las habilidades motrices básicas locomotoras y manipulativas.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Según Giráldez (2002) la educación física en el nivel preescolar concebida también como educación corporal o educación para el movimiento resulta un elemento inseparable de otros aspectos con los que, interactuando, conforman la educación de una persona. Es por ello que las actividades motrices, no sólo proporcionan un mejoramiento funcional del individuo, sino que también abren un abanico de posibilidades para el abordaje y manejo del conocimiento en general, influenciando tanto la organización psíquica e intelectual, como también el plano práctico e instrumental. Es por ello que las experiencias motrices básicas, juegan un papel importante para el enriquecimiento del área motora, pues supone que los niños y niñas aprendan a relacionarse con el propio cuerpo y el propio movimiento ya que las mismas constituyen actividades significativas para la construcción de la identidad personal del niño y la niña en su vida futura.

La educación física en el Nivel Inicial aborda el desarrollo del cuerpo y de sus capacidades motrices y expresivas. Si bien el cuerpo y el movimiento están presentes en la totalidad de la experiencia del niño y de la niña, el trabajo en esta disciplina se orienta específicamente a enriquecer el proceso mediante el cual el niño y la niña van a adquirir el acervo motor propio de su edad y la formación de un cuerpo hábil y expresivo que les permita su individuación e integración al medio.

Un buen desarrollo físico es la base de una buena expresión motriz y constituye uno de los primeros eslabones de una cadena de aprendizajes. La educación física se propone mejorar la salud, desarrollar una adecuada

capacidad motora, la formación física y la adquisición de destrezas y habilidades propias de la edad, mejorar la calidad de vida, prestigiando en este proceso las vivencias corporales y motrices con sus connotaciones socio afectivas, ya que el desarrollo motriz es la unidad de la persona.

Por ello, la adquisición y desarrollo de las habilidades motrices básicas, es fundamental en el nivel preescolar, al respecto Wickstrom (1993) sostiene que:

El proceso se puede explicar por el aumento de la capacidad que acompaña al crecimiento y desarrollo y en parte, a un proceso natural dirigido, que se produce por imitación, ensayo y error, y libertad de movimiento. Este proceso natural es importante, pero si no se le apoya, se puede perder la oportunidad de progresos de orden superior. De ahí la importancia que tiene la educación motriz en la educación física infantil. (pág. 95)

Por lo tanto, es importante la participación del niño y la niña en actividades que le permitan descubrir sus posibilidades de movimiento principalmente a través del juego y las experiencias motrices básicas que contribuirán con el desarrollo motor como base para el fortalecimiento intelectual, afectivo y social.

Por todo lo anteriormente expuesto, la investigación busca indagar sobre el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas de 5 años de edad preescolar.

Para coadyuvar con el desarrollo del trabajo, se plantearon las siguientes interrogantes de estudio:

¿Cuál será el nivel de desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas cursantes del Jardín de Infancia "Eloy Paredes"?

¿Influirá la edad y el sexo al momento de determinar el desarrollo de las habilidades motrices básicas?

JUSTIFICACIÓN

La intención principal con que se realizó este trabajo fue la de saber en que nivel se encuentran los alumnos del nivel inicial con respecto a las habilidades motrices locomotoras y manipulativas y de allí encontrar formas de ayuda en el área de educación física tanto para el profesor y la profesora como para el crecimiento integral del niño y la niña.

Por otra parte se quiere abrir paso a aquellas personas que estén interesadas en aprender un poco más de este tema e incitarlos a que realicen trabajos que realcen la calidad de vida.

A medida que pasa el tiempo, se deben medir ciertas características influyentes en el desarrollo motor de niños y niñas escolares. Las habilidades motrices básicas (locomotoras y manipulativas) son importantes debido que ellas encierran todos los movimientos básicos que por muy sencillos que parezcan son de vital importancia para el ser humano.

Esta investigación busca aportar a los profesores una herramienta más de trabajo en el momento de la planificación de las clases ya que los resultados sirven para aplicar las estrategias necesarias para el desarrollo o perfeccionamiento de las habilidades de suma importancia para los niños y niñas.

Mediante este diagnóstico se busca actualizar el campo educativo de alguna manera y hacer hincapié de que se debe tomar en cuenta aquellas dificultades que puedan presentar los escolares para llevarlos progresivamente a través de diversas actividades adecuadas, a un desarrollo no solo físico sino integral.

DELIMITACIÓN

En lo teórico se circunscribe a analizar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas en edad preescolar con la finalidad de aportar herramientas fundamentales en el desarrollo integral del niño y la niña.

Los actores principales para esta investigación son niños (12) y niñas (12) del Jardín de Infancia “Eloy Paredes” del Municipio Libertador del Estado Mérida- Venezuela.

Para la ejecución de esta investigación se manejó el test sobre las Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas según el libro “Movimientos Fundamentales” de Bruce A. Mc Clenaghan y David L. Gallague (1985), además se empleó la habilidad de andar de Patrones Motores Básicos de Ralph L. Wickstrom (1993), y así razonar y comparar en sexo y edad los resultados obtenidos.

OBJETIVOS

General

- Analizar el desarrollo de las habilidades motrices básicas existentes en niños y niñas de 5 años de edad de Educación Inicial del Jardín de Infancia “Eloy Paredes” del Municipio Libertador del Estado Mérida.

Específicos

- Diagnosticar las habilidades motrices básicas a través del test de Habilidades Motrices básicas Locomotoras y Manipulativas de Mc Clenaghan y Gallahue (1985) y la habilidad de andar de Wickstrom (1993) en niños y niñas de 5 años de edad.
- Establecer la relación de las habilidades motrices básicas locomotoras y manipulativas y el género.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

Antecedentes de la Investigación

Wild citado por Mc. Clenaghan y Gallahue (1985), condujo un estudio en profundidad del patrón de lanzar y su desarrollo en los niños. Sirvieron como sujetos 32 niños; fueron agrupados de acuerdo con el sexo y la edad: un niño y una niña de 6 meses entre los 2 y los 7 años de edad y a nivel de un año entre 7 y los 12 años. Se determinó que algunos patrones para el brazo, cuerpo y componentes generales del acto de lanzar son característicos para cada edad.

Por otra parte, los estudios realizados por Briceño y Vergara (1986), citado por Carmona y Dugarte (2001), relacionados con el comportamiento, la edad y el sexo en el marco de la influencia de algunos juegos pedagógicos sobre el desarrollo motriz del niño preescolar, se encontró en esta edad una predominancia de la conducta motriz gruesa, con respecto a los movimientos manipulativos (motricidad fina), así como la participación homogénea en los juegos de niños y niñas de la misma edad incrementando la frecuencia a medida que la misma aumenta.

En un trabajo realizado por el autor Giráldez (2002) en un grupo de niños de edad preescolar en Buenos Aires, sobre la Importancia del trabajo psicomotriz y predeportivo en los niños de edad preescolar (4-7 años) para una óptima especialización deportiva futura, en las cuales se enseñan de forma lúdica los contenidos de la motricidad general, habilidades y destrezas básicas y simples, como pueden ser los saltos, coordinaciones,

desplazamientos, se observó que la flexibilidad está en su mejor desarrollo entre los 3 y 8 años y es a estas edades cuando se debe trabajar las diferentes capacidades como el ritmo, equilibrio, la orientación espacial, para lograr unos altos niveles de dichas capacidades que le permitan al niño en un futuro gozar de un buen desarrollo psicomotriz.

Así mismo, la investigación realizada por Franco (2005), relacionado con el Desarrollo de Habilidades Motrices Básicas en Educación Inicial, donde la metodología empleada en el estudio fue una investigación de campo de tipo exploratorio – descriptiva, utilizando una muestra de 20 niños y niñas del Preescolar U.E. “Juan de Arcos” ubicado en la parroquia Jacinto Plaza del Municipio Libertador. En esta investigación se utilizó el test de Mc Clenaghan y Gallahue, obteniendo como resultado, tendencias favorables con respecto a las pruebas evaluadas, ya que en la prueba de atajar se obtuvo un resultado favorable del 60% en el nivel maduro; y las tendencias favorables corresponden al salto con un 75% en el nivel inicial.

Del mismo modo, Reyes (2006), llevó a cabo una investigación que consistió en analizar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas de cinco años de edad, de educación inicial; del preescolar Unidad Educativa “La Salle Hermano Luís”, del Estado Mérida. Tomó una muestra de 27 niños de dicha institución, a los que se les aplicó como instrumento de observación directa el test de evaluación de patrones motores de Mc Clenaghan y Gallahue, con cinco habilidades: carrera, salto, atajar, arrojar y patear; y la habilidad de andar de Wickstrom (1993). Se obtuvieron como resultados que los niños en general se encuentran en un estadio elemental hacia el estadio maduro en las habilidades manipulativas: patear, atajar y lanzar en comparación con las habilidades locomotoras, encontrando estadios iniciales hacia elementales en la carrera y en el salto.

Bases Teóricas

Motoricidad

Rodríguez (2003), describe la motricidad como el control que el niño o niña es capaz de ejercer sobre su propio cuerpo.

De acuerdo con el desarrollo espontáneo de los movimientos, la motricidad se divide en: gruesa y fina.

a. Motricidad gruesa: es el desarrollo, conciencia y control de la actividad muscular grande, especialmente la referida a la coordinación de movimientos amplios, como: rodar, saltar, caminar, correr, bailar, etc.

b. Motricidad fina: es el desarrollo, conciencia y control de la actividad muscular requerida para la coordinación de movimientos más finos y diferenciados, especialmente los requeridos en tareas donde se utilizan combinadamente el ojo, mano, dedos, ejemplo: rasgar, cortar, pintar, colorear, enhebrar, escribir, etc. (pág 34)

Aprendizaje motor

Gallahue citado por Escribá (2002), plantea que el aprendizaje motor está definido por elementos que coadyudan a abrir, multiplicar y potencializar caminos neuronales o redes nerviosas, para proporcionarle al niño la percepción y conciencia del movimiento muscular y de la posición de las partes de su propio cuerpo en el espacio, que de no estar atravesadas por la genética, el medio ambiente, el crecimiento y la maduración, más las prácticas diversas, creativas y enriquecedoras, no podrá hablarse de un acervo infantil óptimo y adecuado.

Además de las leyes del desarrollo, el aprendizaje motor tiene en cuenta las leyes del crecimiento, así mismo, asume fases de lo fácil a lo difícil,

presentando un nivel de estadio inicial caracterizado por movimientos rudimentarios con alguna descoordinación, un estadio elemental donde la característica fundamental es el dominio de dicho movimiento y finalmente un estadio maduro, el cual persigue el perfeccionamiento, potencialización y mecanización de la acción motriz en cuestión.

El aprendizaje motor también presenta otras características paralelas a las antes enunciadas: la exploración de los movimientos, pertenecientes a una tarea de un relativo aislamiento, entre ellos:

- El alumno no tiene control de los movimientos, pero consigue usar una estructura global del patrón o habilidad.
- El descubrimiento de caminos y formas de ejecutar cada vez mejor éstos movimientos, a través de medios indirectos (imágenes, libros, demostraciones).
- Combinar los movimientos aislados con otros y experimentarlos de diferentes formas.
- Seleccionar mejor los modos de combinar cada uno de estos movimientos, a través de una variedad de actividades (juegos, presentaciones, fogueos).
- Refinar los movimientos seleccionados en un alto grado de dificultad, a través de medios formales e informales, es decir de diversificación.

Principios básicos para el aprendizaje motor.

Según Gallahue citado por Escribá (2002), los principios básicos para el aprendizaje motor:

- **Aprestamiento:** Un aprendizaje motor dependerá en gran parte de la capacidad de estar listo y el tiempo apropiado para que el niño aprenda (interacción entre maduración y aprendizaje).

- **Motivación:** el niño aprende más, cuando conoce el por qué de las actividades.
- **Forma y Técnica:** la adaptación progresiva en el aprendizaje y su ejecución gradual, dará como resultado una práctica estructurada, precisa y afectiva; exigir habilidad y ejecución al mismo tiempo en su totalidad, como también en su forma, desalentará el aprendizaje motor.
- **Práctica:** orientar y ayudar en el niño las múltiples tentativas para aprender una destreza, son elementos que de acuerdo con la disponibilidad de materiales, enfoques y habilidades, ayudarán al alumno a que su práctica sea eficiente. Una práctica insuficiente puede retardar el desarrollo general y posteriormente los aprendizajes motores más complejos.
- **Progresión:** en el aprendizaje motor, las progresiones van de lo simple a lo complejo, de lo grueso a lo refinado. Las progresiones son elementos que posibilitan la confianza y el éxito en la adquisición de niveles más altos.
- **Meta:** el aprendizaje comienza con la exploración y experimentación; presentar un menú de metas, posibilitará razones convenientes con relación a las expectativas.
- **Transferencias de Aprendizajes:** las prácticas previas o adquisiciones de habilidades y conceptos, tiene efecto sobre la capacidad de aprender otras, la transferencia no es automática y ocurrirá más prontamente cuando la habilidad se asemeje más al patrón aprendido inicialmente.

Las habilidades específicas, son el resultado de la diferenciación, sutileza progresiva y control de la función; esto implica tiempo, exploración y práctica. La práctica no necesariamente significa la perfección.

- **Tensión y Ansiedad:** observaciones inadecuadas, malos tratos, subestimación, entre otras, pueden causar efecto emocional negativo sobre el aprendizaje motor. Los problemas motores deben ser colocados a los alumnos como medio para obtener de ellos reflexiones y posibles soluciones.
- **Retroalimentación y Refuerzo:** los procesos de ida y vuelta tanto en la ejecución como en la comunicación, son efectos positivos y serán definitivos para el aprendizaje.

Etapas para el proceso del aprendizaje motor, Según Gallahue citado por Escribá (2002):

1. **Primera etapa pre-motora.** Fase preparatoria del movimiento correspondiente a las actividades perceptivas de selección y localización de las informaciones para la elaboración de un plan general de acción. Es una tarea simple de precisión.
2. **Segunda etapa.** Especificaciones de los parámetros de la respuesta motora (dirección y amplitud del movimiento) que deben ser ejecutados sobre la base de actividades perceptivas de la primera fase. Estas dos primeras fases constituyen la etapa preparatoria del movimiento que por función no es motriz, pero durante el cual muchos aspectos del movimiento han sido previamente determinados.
3. **Tercera etapa.** Fase de ejecución del movimiento, ejecución de la respuesta motora, secuencia de contracciones musculares coordinadas correspondiente al programa preseleccionado, que podrá, si es necesario, ser modificada en el curso de la ejecución sobre la base de la representación del movimiento y las informaciones exteroceptivas y propioceptivas.

Motricidad en edades infantiles

El autor, Meinel (1978) citado por Escribá (2002) expone que la capacidad de rendimiento motor de una persona queda determinada por el nivel de las cualidades motrices implicadas. A través de la maduración y el aprendizaje se desarrollan los diferentes sistemas de una persona, todo ello unido a un mecanismo funcional expresado por la coordinación global del cuerpo.

Según las exigencias motrices en las diferentes edades, los esquemas motores quedarán almacenados en la memoria estática infantil de una forma muy completa y diferenciada o en caso contrario muy rudimentaria y superficial. Mientras se desarrollan las capacidades motrices con diferente rapidez de desarrollo e independientemente entre si. Se van relevando períodos de relativa baja influencia con etapas de desarrollo rápido.

Dentro de este proceso de aprendizaje, el rendimiento motor se ve influenciado por diferentes cualidades las cuales le dan forma a esta capacidad de rendimiento del niño. Estas cualidades son:

1. **Coordinación:** La coordinación es el efecto conjunto entre sistema nervioso central y la musculatura esquelética dentro de un movimiento determinado, constituyendo la dirección de una secuencia de movimientos. Como evento de dirección, la coordinación no tiene carácter innato, sino más bien se desarrolla por la confrontación activa con las tareas que vienen dadas por el entorno social y material. El grado y la calidad de las funciones de coordinación influyen sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizaje de destrezas y técnicas deportivas. Estas capacidades permiten el grado de adaptación rápida a condiciones variables y aseguran de esta manera superar las múltiples situaciones de actuación. En la fase entre el nacimiento y el cuarto año, el desarrollo de las cualidades decide

sobre la calidad del comportamiento motriz. La mayoría de las perturbaciones coordinativas se inician en esta fase. El repertorio de posibilidades crece con los estímulos, que le llegan al niño. Por recibir el niño pocos estímulos, determinadas cualidades se forman menos. Las mejoras coordinativas experimentan su mayor grado de crecimiento entre los 4 y 7 años. Las necesidades expansivas, la curiosidad y los impulsos lúdicos exigen cada vez más nuevas formas motoras. El lujo motriz disminuye, los movimientos se convierten en más claros y orientados. No se modifican espontáneamente, sino sistemáticamente. La etapa escolar da buenas posibilidades para mejorar los rendimientos coordinativos. Meinel (1978), citado por Escribá (2002).

2. **Flexibilidad:** Por flexibilidad (movilidad) se entiende la capacidad de aprovechar las posibilidades de movimiento de las articulaciones lo más óptimamente posible. Es dependiente del tipo de articulación, de la longitud y elasticidad de los ligamentos, de la resistencia del músculo contra el cual se ha de trabajar en el estiramiento y de las partes blandas situadas alrededor de la articulación. Los niños pequeños poseen una elasticidad elevada a causa del aparato esquelético que aún no está solidificado. Se pueden producir daños si las articulaciones se entrenan de forma poco económica, desequilibrada o con sobrecarga.

3. **Resistencia:** La resistencia se entiende en el deporte como la capacidad del ser humano de soportar la fatiga por el mayor tiempo posible. Para realizar ejercicios de resistencia motriz de diferentes tipos, según la especialidad de la tarea, el ser humano es capaz de agotar o bien de utilizar diferentes sistemas de capacidades de su organismo. Los sistemas importantes relativos a este contexto quedan

representados con el concepto de capacidades aeróbicas y anaeróbicas. En la edad preescolar, los niños pueden trabajar aeróbicamente entrenándose con la motivación correspondiente y sin cambios de velocidad ni límites de tiempo. Las fuentes esenciales de peligro parten del aparato infantil locomotor y de sostén que aun no está del todo desarrollado. Teniendo en cuenta estas limitaciones, los niños pequeños ya pueden conseguir rendimientos de resistencia.

Las necesidades motrices del niño

Gallahue, citado por Escribá (2002) nos dice que las habilidades motrices básicas son puestas en acción a través de la función lúdica, factor importante del desarrollo motor infantil. Del mismo modo que otras áreas de la conducta infantil son sometidas a un bombardeo incesante de informaciones que permiten al niño enriquecer sus estructuras nerviosas y acumular experiencia, en el ámbito motor sucede de igual manera. La motricidad del adolescente y el adulto tiene sus orígenes en estas edades de intenso desarrollo y crecimiento, de deseo de aventura y de toma de contacto con el medio, de autonomía motriz.

Hay que proveer a los niños de la máxima libertad de movimientos y promoverla con espacios, equipamientos adecuados. En palabras de los especialistas en psicomotricidad, el niño ante este enriquecimiento psicomotor desarrollará el conocimiento de su propio cuerpo, las nociones de espacio, evolucionando de lo topológico hacia niveles superiores: la noción de tiempo, la coordinación, entre otros. Si estas necesidades naturales del niño se tienen en cuenta (la motivación), que actúa como reductora de los impulsos, se produce en el niño el deseo marcado de comprobar sus capacidades hasta los límites de sus posibilidades. A partir de entonces, no existirá en el entorno del niño ningún árbol que sea demasiado alto, ningún

muro que sea demasiado estrecho, ningún terreno que sea demasiado aventurado para no ser incluidos dentro de las vivencias motrices y lúdicas.

En el campo del entrenamiento deportivo no existirá acrobacia que sea demasiado arriesgada ni ejercicio demasiado raro para no comparar las fuerzas en ello. Los límites de las capacidades parecen estar situadas en la imaginación y no en lo biológico.

Esta necesidad de movimiento se aumenta por las tendencias individuales de mejora y perfección. El miedo tiene una importancia relativamente baja, el niño no es aún consciente de la envergadura de su actuación, va experimentando hasta llegar a los límites de lo posible. Se despierta el deseo de comparación, se miden los rendimientos propios con los progresos de los demás. En cuanto ve una posibilidad el niño está dispuesto a competir. Los niños viven y aprenden de ideales, en su afán aún inconsciente de llegar a ser adulto.

Igualmente son capaces de integrarse en programas de entrenamiento que a primera vista significan una fuerte carga o sobrecarga. Ello refuerza la imagen de una disposición francamente ilimitada de los niños para el esfuerzo. No solo existe entrenamiento en el ámbito deportivo, el aprender a tocar un instrumento, el cruzar la calle, el atarse los zapatos, o el aprender a leer son programas de entrenamiento que se aplican a corto o largo plazo, para desarrollar o perfeccionar determinadas destrezas. Todos se basan en planes de entrenamiento y estaciones de control fijados mentalmente o por escrito. Desde el punto de vista biológico se realizan para ello estímulos motores por encima del umbral de excitación que se repiten sistemáticamente con el fin de establecer adaptaciones morfológicas y funcionales.

Psicomotricidad

Según Escribá (1999):

“La psicomotricidad es la técnica o conjunto de técnicas que tienden a influir en el acto intencional o significativo, para estimularlo o modificarlo, utilizando como mediadores la actividad corporal y su expresión simbólica. El objetivo, por consiguiente, de la psicomotricidad es aumentar la capacidad de interacción del sujeto con el entorno.” (pág.78)

La Psicomotricidad según Romero (2003) es “la relación entre los movimientos y las funciones mentales, es la que indaga la importancia del movimiento en la formación de la personalidad y el aprendizaje”.

En los primeros años de vida, la Psicomotricidad juega un papel muy importante, porque influye valiosamente en el desarrollo intelectual, afectivo y social del niño y la niña favoreciendo la relación entre el educando y su entorno, permitiendo el desarrollo de actividades perceptivas, motrices del conocimiento del esquema corporal, lateralidad, espacio-tiempo, tomando en cuenta las diferencias individuales, necesidades e intereses de los niños y las niñas.

El docente debe ser cuidadoso y sobre todo muy creativo para seleccionar la metodología adecuada para que el niño y la niña puedan desarrollar su imaginación y su creatividad a través de actividades variadas en donde conozcan su cuerpo, su potencial de movimientos y puedan tener contacto directo con los objetos y así poder observar, descubrir y conocer; clasificar, ordenar y seriar: formas, tamaños, colores, texturas, pesos, olores, sonidos, etc. Todo esto, se logra con actividades que ejerciten los movimientos gruesos y finos, que más adelante le servirá al niño y a la niña para el aprendizaje de la lectura, escritura, matemática y a su incorporación plena a la Educación Básica.

Objetivos y Áreas de la Psicomotricidad

Objetivos:

Según el autor Romero (2003), la Psicomotricidad permite el logro de aprendizajes motores dentro del proceso educativo, algunos de éstos son:

- Asegurar una óptima organización e integración de las funciones del desarrollo del niño y la niña;
- Mantener la integralidad de las capacidades psicomotrices del sujeto en la interacción con el medio que le rodea;
- Detectar tempranamente trastornos físicos y neurológicos y sus repercusiones en el resto de actividades globales;
- Crear espacios y desarrollar actividades que favorezcan la expresión motriz y el desarrollo armónico del niño y la niña;
- Desarrollar habilidades y destrezas motrices que favorezcan su ingreso con éxito a la Educación Básica.

Áreas:

La Psicomotricidad desarrolla la personalidad del niño y la niña, su capacidad de adaptación intelectual y motriz, a través de la interacción de su cuerpo con el medio.

Las áreas de la Psicomotricidad son:

- Esquema Corporal
- Lateralidad
- Espacio
- Tiempo–ritmo
- Motricidad:
 - motricidad gruesa
 - motricidad fina.

Esquema corporal: se define como la representación que una persona tiene de su cuerpo. El desarrollo del esquema corporal logra que el niño y la niña se identifiquen con su propio cuerpo, que se expresen a través de él, que lo utilicen como medio de contacto; estos aspectos se potencian por la aplicación de conceptos como: adelante-atrás, adentro-afuera, arriba-abajo referidos a su cuerpo; es decir, que ejerce un dominio sobre el espacio horizontal y vertical que se logra con sus propias experiencias y la orientación del docente.

Lateralidad: se define como el predominio funcional de un lado del cuerpo, determinado por la supremacía de un hemisferio cerebral sobre el otro. Es decir que desarrollando la lateralidad en el niño y la niña se está formando la noción de derecha e izquierda partiendo de su propio cuerpo; este conocimiento se logra plenamente entre los 5 y 7 años de edad, siendo de gran importancia su afirmación, pues fortalece la ubicación, como concepto básico y necesario para el proceso de lecto-escritura.

Espacio: es el lugar que ocupa cada cuerpo y la distancia entre dos o más personas u objetos. El concepto de espacio tiene su punto de partida en el movimiento del cuerpo del niño y niña, por lo que los del esquema corporal y los de lateralidad contribuyen a su desarrollo.

Tipos de actividades espaciales:

- a. **Adaptación espacial:** corresponde a la etapa del espacio vivido o sea el desplazamiento de acuerdo a los espacios que el niño y la niña conocen. Ejemplo: pasar debajo de una mesa o de un túnel.
- b. **Nociones espaciales:** palabras que designan el espacio, por ejemplo: saltar adelante o atrás de un obstáculo.

- c. **Orientación espacial:** se desarrolla con ejercicios de localización, espacial, agrupaciones y reducción de trayectorias, por ejemplo: desplazarse solo a un determinado lugar: su cuarto, la tienda, el patio de la escuela y otros, sin que el adulto le oriente.
- d. **Estructuración espacial:** es la organización del espacio sin mencionar su cuerpo, es aquí donde se forman conceptos de distancia, volumen y estructuración espacio-tiempo, por ejemplo: ¿En cuántos pasos cruzas el corredor? Se refiere a cuántos pasos realizó, sin tomar en cuenta si son cortos o largos.
- e. **Espacio gráfico:** es la capacidad de representar en el plano gráfico los objetos o elementos que se observan; pasando de la tridimensional a la bidimensional por ejemplo: dibujar un objeto, trazar líneas o curvas entre dos líneas.

Tiempo y ritmo: Las nociones de tiempo y de ritmo se elaboran a través de movimientos que por su automatización introducen cierto orden temporal debido a la contracción muscular, esto implica la regularización de los movimientos debido al ensayo o ejercitación de éstos, permitiendo adquirir un determinado ritmo al realizar el movimiento. También se desarrollan nociones temporales como: rápido, lento; orientación temporal como: antes-después y la estructuración temporal que se relaciona mucho con el espacio, es decir la conciencia de los movimientos, ejemplo: cruzar un espacio al ritmo de una pandereta, según lo indique el sonido. El ritmo es un elemento innato en el ser humano, es la base indispensable en las nociones temporales y en la realización de diferentes actividades como: correr, saltar, rebotar, etc.

Desarrollo Motor

Lopategui (2001), define el desarrollo motor como el estudio del aprendizaje y desarrollo de las destrezas motoras básicas y deportivas. El desenvolvimiento y crecimiento de las destrezas motoras ya sean finas o

gruesas para un mejor desplazamiento del cuerpo de un lado a otro, además indica que el desarrollo motor forma parte del proceso total del desarrollo humano. Se suele definir como los cambios producidos con el tiempo en la conducta motora que reflejan la interacción del organismo humano con el medio. Este proceso supone el desarrollo de capacidades que son esenciales para el movimiento y la posterior adquisición de habilidades motoras. Los cambios progresivos, como el aprendizaje de una habilidad motora nueva o la mejora de una adquirida se deben considerar como integrantes del desarrollo motor.

Según Escribá (2002) el niño sano posee al nacer un repertorio motriz y conductual determinado ontogenéticamente (durante la evolución fetal del individuo). A la vez podemos partir de la base de que este repertorio puede variar cuantitativa y cualitativamente en diferentes personas. La intensidad, volumen y la dirección de las diferentes manifestaciones motrices se adjudican a la necesidad de movimiento en busca de la tan apreciada adaptación al medio en el que se encuentra. El potencial motriz existente en el momento del nacimiento se va estructurando, orientando y diferenciando de varios procesos evolutivos. El desarrollo motriz queda determinado por períodos de crecimiento que se entienden como el incremento de la osificación del sistema esquelético y la consecuente limitación de la movilidad del cuerpo, o como fases sensitivas para determinadas tareas coordinativas, o como serie de modificaciones de las proporciones corporales entre sí. La superación de una fase es necesaria para alcanzar la siguiente. A nivel motor esto queda demostrado por la jerarquía en los modelos motores conductuales.

Hasta el segundo cambio estructural, que se inicia con la pubertad, el niño se encuentra, desde el punto de vista físico, en la fase de forma armónica infantil, en la que tiene éxito la formación motriz.

Gallahue (1982), citado por Muñoz (2003), propone un modelo de desarrollo motor el cual es citado para la educación física normal, que contiene características de desarrollo en los niños(as) con etapas que van desde los 4 hasta los 14 años de edad englobando periodos con factores del tipo físico (fuerza muscular, resistencia muscular, la flexibilidad, entre otras) así como los factores de mecanismos (equilibrio, el centro de gravedad, las leyes de inercia, etc.), con el fin de experimentar y observar los cambios y posibles combinaciones de las habilidades básicas así como el refinamiento de las mismas, es importante señalar que Gallahue aplica el concepto de estadio de desarrollo en su modelo, en cierta forma como un principio de planeación de la organización secuencial. (Ver gráfico 1).

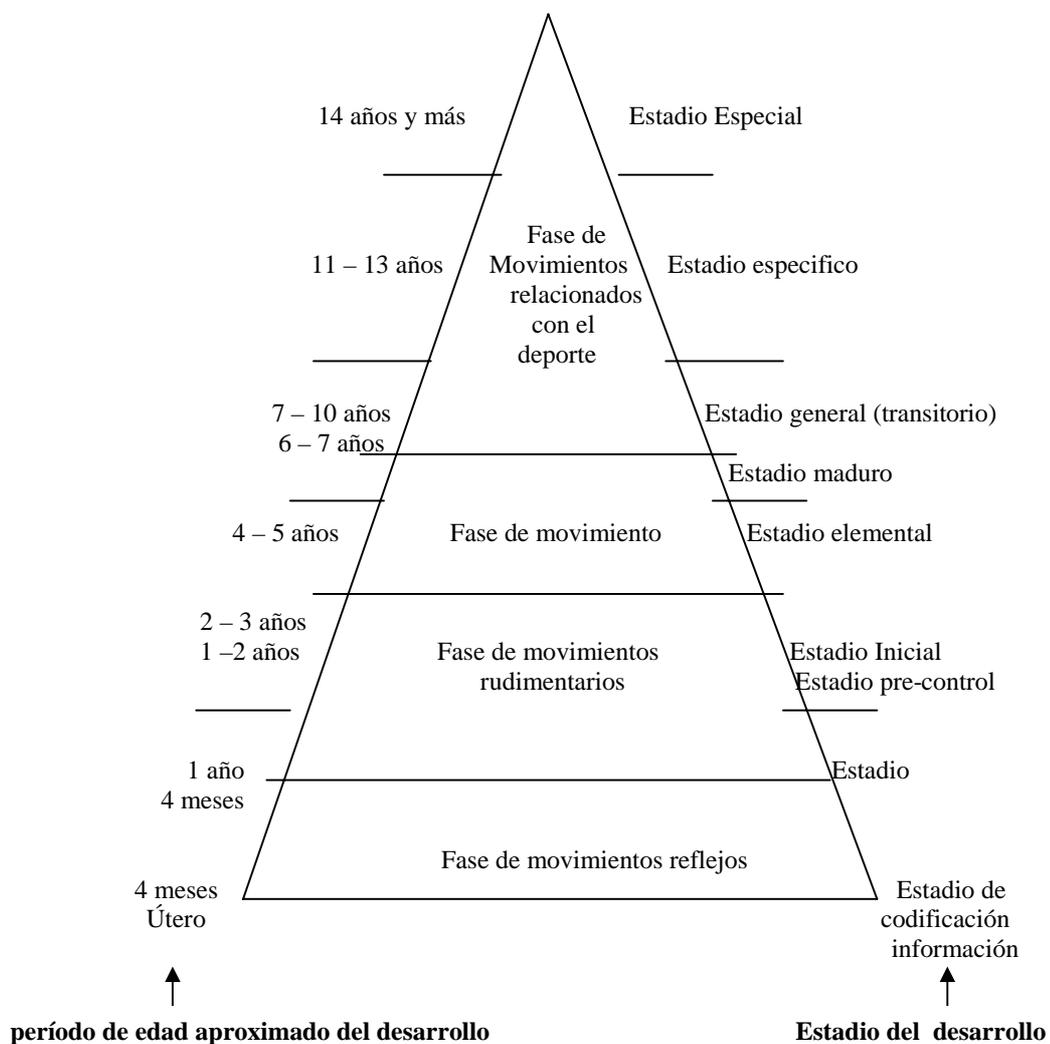


Gráfico 1: Modelo del desarrollo Motor de Gallahue (1982).

Lopategui (2001), expone que el desarrollo motor se suele definir como un conjunto de cambios producidos por el tiempo en la conducta motora que reflejan la interacción del organismo humano con el medio. Este proceso supone el desarrollo de capacidades que son esenciales para el movimiento y la posterior adquisición de habilidades motoras.

Desde los años sesenta del siglo XX, se considera al desarrollo motor como un proceso que dura toda la vida, que no ha alcanzado la madurez. Cuando se interpreta este concepto, se encuentra que en él se hace alusión a los cambios evolutivos progresivos, sin detenernos a pensar que también los cambios se producen después de la etapa de maduración. Las que se encuentran relacionadas con la disminución del nivel de actuación se deben considerar dentro del concepto de desarrollo motor.

Los cambios progresivos, como el aprendizaje de una habilidad motora nueva o la mejora de una adquirida, se deberían considerar como integrantes del desarrollo motor sin tener en cuenta si el cambio se produce en la primera etapa, en la intermedia o en la final.

El desarrollo motor, que tiene lugar en la infancia, es la base de lo que será un proceso abierto. Conocer lo que ocurre en esta etapa nos permite valorar los procesos que se originan en las próximas.

El proceso de desarrollo motor según el autor Gallahue, citado por Escrivá (2002) contempla las siguientes etapas:

1. Movimiento de reflejos, de 0 a 1 año.
2. Movimientos rudimentarios, de 1 a 2 años.
3. Movimientos fundamentales, de 2 a 7 años.
4. Movimientos deportivos, de 7 a 14 años.

La primera etapa, de los movimientos reflejos, de 0 a 1 año, comienza con un periodo arcaico que comprenden los primeros 4 meses y evoluciona hasta el logro de la bipedestación.

La segunda etapa, de 1 a 2 años, implica la vinculación de los reflejos y la manifestación del movimiento voluntario.

La tercera etapa, de 7 a 14 años, comprende la evolución del deporte en sus niveles de transición, especificidad y especialidad.

El desarrollo motor, que se refleja mediante la capacidad de movimiento, depende de dos factores básicos:

- Maduración del sistema nervioso
- Evolución del tono.

La maduración del sistema nervioso, o mielización de las fibras nerviosas, sigue las leyes cefalocaudal y próximodistal.

La evolución del tono, sirve de fondo sobre el cual surgen 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.

El tono evoluciona de la siguiente manera: Después del nacimiento se manifiesta por una hipertonia de los miembros y una hipotonía del tronco. Progresivamente el tono se modifica, aunque todavía los movimientos siguen frenados por falta de regulación tónica. Se destacan dos aspectos a través de los cuales continúa la evolución del tono: uno ligado a la tipología del niño y el otro ligado a la edad.

En la interrelación de estas dos leyes suceden los procesos del tono, postura, equilibrio, motricidad y precisión.

Desde el rol del educador no se debe olvidar la evolución del tono, postura, equilibrio, motricidad y precisión, ya que este fenómeno se presenta ante cualquier proceso de aprendizaje. Por ejemplo, un niño en la etapa de aprendizaje de la escritura normalmente se manifiesta de la siguiente forma:

1. Descarga tónica con una fuerte presión
2. Alteración de la postura de sentado
3. Alteración del grafismo.

Cualquier acción motora pasa por las etapas enunciadas, la motricidad, a través de la totalidad expresiva que la caracteriza intrínsecamente, es el medio por el cual la conciencia se construye y manifiesta. La motricidad misma conduce el desarrollo del cerebro, siendo esto el pre-requisito de la mielinización. Sin movimiento no hay desarrollo del pensamiento. Motricidad sin cognitivdad es posible, pero la cognitivdad sin la motricidad no lo es.

Por alguna razón el desarrollo adecuado de la motricidad constituye la vía para un adecuado desarrollo intelectual. Los trastornos en el desarrollo motor comprometen generalmente el desarrollo del lenguaje y la cognitivdad. Bajo esta perspectiva, la motricidad pasa a ser comprendida como una estructura asociativa que se planifica, elabora, controla, regula e integra.

El aprendizaje de nuevos movimientos es un proceso complicado que se produce bajo condiciones de cambios. Así, a medida que se desarrolla el aprendizaje de reestructuraciones observadas van en el sentido de la colocación de configuraciones de movimientos óptimos, es decir,

determinadas por la tendencia a realizar la tarea con el mínimo gasto de energía y con mínima atención.

El desarrollo motor de acuerdo a la edad y el sexo de niños de 5 años.

Según Gessel y Thompson (1984), señalan a partir del análisis de los datos recolectados por medio de la observación de clases y entrevistas realizadas a los docentes de educación física, que se puede arribar a la conclusión de, que no existen razones genéticas o congénitas que justifiquen que a los 5 años de edad existan diferencias motrices entre niños y niñas, estando ambos sexos física y mentalmente igual dotados para poder llevar a cabo el mismo tipo de actividades y/o movimientos. Aparece una notable diferencia genérica de predisposición hacia la actividad física, la cual, de acuerdo a los datos arrojados por las entrevistas, tendría sus orígenes alrededor de los 5 años de edad y tendría que ver con una cuestión de influencia familiar o social, que avala el movimiento libre para los varones y lo censura en el caso de las niñas.

Los primeros cinco años de vida constituyen un periodo de acentuados cambios. El infante empieza a cobrar las dimensiones físicas de un niño, se torna independiente, hasta un punto ostensible, en varias tareas que conciernen a su propio cuidado, y sus primeras tentativas por emitir sonidos se desarrollan hasta convertirse en vocabulario razonablemente amplio. El que daba sus primeros pasos en forma circular, ahora corre en forma más lineal.

Hacia el fin del quinto año, los movimientos se tornan más integrados. Los niños pueden empezar a coordinar el salto con los movimientos de los brazos y a lanzar aplicando eficazmente el peso. Hacia la misma época aparecerán nuevas capacidades para el movimiento, aunque aún no

puedan saltar muy bien a ritmo con un solo pie, todavía deban pasar uno o más años antes de que dominen la actividad de saltar, y a la habilidad para lanzar con precisión o para atrapar al vuelo las pelotas chicas permanezca relativamente poco desarrollada.

La Habilidad Motora.

Según el autor Quintana (2000) la habilidad motora es toda aquella acción muscular o movimiento del cuerpo requerido para la ejecución con éxito de un gesto deseado, de manera precisa, en un tiempo mínimo y con el menor coste energético. En términos generales, el termino destreza evoca la capacidad de relacionarse con el entorno a través de movimientos de coordinación fina mediante la manipulación de objetos (práctica fina). La habilidad motora evoca la capacidad de relacionarse con el entorno mediante desplazamiento; implica un carácter de movimiento global del cuerpo (práctica global).

Romero (2003) expone que la formación de las habilidades motrices es una de las tareas fundamentales de la Educación Física en las edades de 0 a 6 años.

Durante el transcurso de la vida en el organismo se forma una inmensa cantidad de reflejos condicionados de diferentes orígenes, que surgen como resultado de la acción de estímulos complejos y combinaciones que constituyen la base del desarrollo motriz.

La motricidad infantil se encuentra enmarcada en el desarrollo del control del movimiento, considerando este último como interactuar con el medio y los objetos que le brindan al niño informaciones mediante el sistema sensorial cinestésico para la solución de una tarea motriz.

El niño, al interactuar con el medio, lo hace mediante la actividad que se traduce como el proceso en que él se relaciona con esa realidad según sus necesidades. La actualidad se manifiesta mediante las habilidades motrices compuestas por acciones que tiene como elementos conformantes las operaciones, unidad estructural de las acciones.

La formación de la habilidades motrices es tarea principal en las edades de 0 a 6 años, por esa razón se le da la posibilidad al pequeño de crear logrando la variabilidad del ejercicio, no permitiendo que surja el estereotipo dinámico, ni se exige el tecnicismo en la ejecución del movimiento, ya que esto diferencia la adaptación a nuevas condiciones.

Habilidades Motrices Básicas

Según Mc. Clenaghan y Gallahue (1985):

Andar

Andar es una forma natural de locomoción vertical. Su patrón motor está caracterizado por una acción alternativa y progresiva de las piernas y un contacto continuo con la superficie de apoyo. El ciclo completo del patrón motor, un paso, consiste en una fase de suspensión y otra de apoyo o contacto con cada pierna. A mediados del siglo XX, Shirley, citado por Santos (1996), definió andar como "la fase del desarrollo motor más espectacular y, probablemente más importante". Y es que la adquisición de la locomoción vertical bípeda se considera un hecho evolutivo de primer orden. Y es que hasta que el niño no sabe andar solo, su medio se encuentra seriamente limitado. No se puede mover sin ayuda en posición vertical hasta haber desarrollado suficiente fuerza muscular, reflejos antigravitatorios adecuados y mecanismos de equilibrio mínimamente eficaces. Por tanto, no

podrá andar de un modo eficaz hasta que el sistema nervioso sea capaz de controlar y coordinar su actividad muscular. El niño pasa de arrastrarse a andar a gatas, de ahí a andar con ayuda o a trompicones, hasta llegar a hacerlo de un modo normal, habilidad consagrada alrededor de los tres años de edad.

Burnett y Jhonson citados por Mc Clenaghan y Gallahue (1985), también observaron que los primeros intentos para aprender a caminar se caracterizan por una amplia base de sustentación para compensar la inmadurez en el equilibrio. Las extremidades inferiores se encontraban rotadas hacia afuera y abducidas durante el balanceo. A medida que el patrón motor maduraba, las piernas oscilaban de manera controlada y disminuía la base de sustentación. Los niños conseguían el apoyo del talón, la posición semi-inclinada y el movimiento maduro del pie y de la rodilla alrededor de las 55 semanas de haber conseguido la marcha independiente. Del mismo modo los brazos eran mantenidos inicialmente extendidos, rotados hacia afuera y en posición de flexión y comenzaban a balancearse en oposición sincronizada con el movimiento.

Una vez que se desarrolla el andar y se adquiere estabilidad, los niños consiguen alcanzar un patrón motor para andar mas complicado y ganan dominio en su habilidad para detenerse, arrancar y girar mientras caminan. El patrón de andar pasa por una serie de etapas que requieren cada vez mayor fuerza, equilibrio y coordinación. Los primeros intentos de locomoción comienzan con el niño en posición de reptación, cuando extiende los brazos para movilizarse. Gradualmente incorpora piernas y rodillas y utiliza en un movimiento mas eficiente de gateo. Al ser sometido en posición erguida, presenta flexión generalizada de los miembros y realiza movimientos de andar rápidos y desordenados. A medida que el sistema nervioso mejora la fuerza y la estabilidad, el niño puede someter cada vez mayor peso sobre

sus piernas. Realiza a menudos intentos poco precisos de andar, hasta que finalmente puede caminar sostenido con ambas manos. Con mayor desarrollo, es capaz de alejarse con éxito de los puntos de apoyo y caminar de manera independiente.

Carrera

Los movimientos de las extremidades superiores e inferiores en la carrera son similares a los que se presentan en andar. La carrera parece al principio una marcha rápida no hay un movimiento claramente observable en que sus pies dejen de tocar el suelo y el niño no cuente con algún apoyo. Al principio, el patrón de la carrera se caracteriza por movimientos pocos coordinados e inestables. Alrededor de los 18 meses de edad, el niño ha desarrollado la estabilidad indispensable para un andar correcto. A medida que aumenta la velocidad de sus desplazamientos, se hace cada vez más difícil para el niño mantener el equilibrio. Para compensar esto el niño a menudo sufre regresiones y adopta algunas características de andar inmadura, tales como aumento de la base de sustentación y brazos extendidos.

Rarick (1961) consultado por Mc Clenaghan y Gallahue (1985); observó que, al comienzo, el patrón de la carrera se caracteriza por movimientos rígidos, pasos desparejos y bruscos, pero que con el desarrollo los pasos tienden a hacerse parejos y la carrera se torna mas suave. Por medio de filmaciones, Clouse citado por los mismos autores; estudio los patrones de la carrera de seis niños, cuyas edades oscilaban entre 14 y 59 semanas, durante un periodo de 8 meses. El estudio del material filmado reveló algunas características del desarrollo del patrón carrera. Observó que a medida que los niños crecían, aumentaba el tiempo de permanencia sin apoyo en el aire, así como también la velocidad de carrera y el largo de los

pasos, y la distancia vertical desplazada por el centro de gravedad disminuía en proporción a la distancia horizontal del paso. La inercia apoyada era extendida con más fuerza y los niños mayores aprovechaban más la extensión, mientras que los pequeños comenzaban la flexión antes del despegue. Al crecer los niños, el muslo experimentaba al volver, mayor velocidad y mayor recorrido.

Clouse (1959) citado por Mc. Clenaghan y Gallahue (1985) resumió las conclusiones de su estudio:

1. Los cambios en la carrera se producen en los años preescolares y pueden ser observados y medidos.
2. La estimación de estos cambios revela tendencias del desarrollo claras para el periodo de edad observado.
3. Las tendencias de desarrollo en la carrera están relacionadas lógicamente con mecanismos perfeccionados para la carrera y por lo tanto representa un progreso en la adquisición del patrón maduro.

Beck (1965) tomado por Mc Clenaghan y Gallahue (1985), estudio los desplazamientos de centro gravedad durante la carrera en términos de distancia, tiempo y velocidad, con el fin de determinar su trayectoria en el espacio y de mostrar el nivel en el cual se evidenciaban cambios en el rendimiento. Se dividió a doce niños en tres subgrupos, con cuatro niños en cada uno. Durante el primer año de seguimiento, los niños estaban en los grados primero, tercero y quinto; el año siguiente avanzaron un grado y se completo el estudio sobre la totalidad de los seis grados. Beck concluyó que el desplazamiento del centro de gravedad durante la carrera es oscilante en apariencia y parecido en todos los sujetos, independientemente de su edad.

Beck advirtió mas adelante que, con el aumento de la edad, el centro de gravedad se desplazaba mas horizontal que verticalmente. Al haber mayor progreso en el plano horizontal, la carrera se torna más suave con el incremento de edad del niño. El estudio confirma otras investigaciones que indican que a medida que se desarrolla el patrón de la carrera, el tiempo de apoyo es menor que el tiempo de permanecía en el aire, y la propulsión toma mas tiempo que el retorno de la pierna.

Los movimientos de rotación de la pierna tienden a desaparecer con la edad. Un aumento regular en el largo del paso en la carrera contribuye en una medida significativa a la eliminación de los movimientos poco productivos de rotación en la pierna.

Los brazos forman una parte importante en el patrón de la carrera. Wickstrom (1993) identifico varias tendencias en el desarrollo de movimientos maduros de los brazos. Durante la primera etapa de la carrera, las piernas están rígidas y los pasos son muy cortos. Los brazos están flexionados y los arcos que describen al balancearse son pequeños. Cuando el niño rota la pierna que retorna, el brazo opuesto realiza un movimiento de gancho hacia adelante y hacia la línea media del cuerpo. A medida que el desarrollo avanza los brazos se curvan menos hacia afuera en el balanceo posterior, pasan describiendo un arco mayor en el plano anteroposterior y se flexionan en los codos en ángulo casi agudos.

Durante el periodo de la niñez temprana el patrón de la carrera pasa a través de tres estadios de desarrollo: inicial, elemental y maduro. Cada estadio sucesivo requiere mayor fuerza, coordinación y equilibrio a medida que el patrón se perfecciona y el desempeño mejora. El desarrollo de este patrón puede resumirse de esta manera:

El estadio inicial del patrón de la carrera se caracteriza por pasos rígidos y desparejos, con la base de sustentación aumentada para conseguir mayor equilibrio. La pierna que retorna presenta escaso balanceo y una rotación exagerada hacia afuera durante el balanceo hacia delante para alcanzar la posición de apoyo. Los dedos del pie giran hacia afuera al golpear el suelo apoyando toda la planta del pie. La extensión de la pierna de apoyo es incompleta, y no se observa ningún momento de pérdida de contacto con el suelo pues el niño permanece en contacto permanente con la superficie sobre la que corre. Los brazos se mantienen rígidos con escasa flexión en los codos y tienden a estar extendidos para ayudar en el mantenimiento del equilibrio.

El estadio elemental del patrón de la carrera puede reconocerse por un aumento en el largo de los pasos a medida que la carrera se hace más veloz. La pierna que retorna se balancea describiendo un arco mayor con una leve rotación hacia afuera. El pie que toca tierra mas directamente y apoyando mas los dedos. Antes de una pequeña etapa sin apoyo, la pierna de apoyo se extiende de manera mas completa. Los brazos se balancean desde los codos en oposición a las piernas.

El estadio maduro, la pierna que retorna es flexionada cada vez más y el pie se aproxima más a los glúteos al comenzar el movimiento hacia adelante. El muslo de la pierna en movimiento avanza con rapidez hacia adelante y hacia arriba describiendo un arco mayor. La pierna de apoyo se extiende completamente en la cadera, rodilla y tobillo. La fase sin apoyo se observa claramente y la pierna de apoyo experimenta una pequeña flexión al tocar tierra para absorber el golpe producido por el contacto. Se emplea menor tiempo en la posición de apoyo y se utiliza mayor porcentaje de tiempo en la propulsión que en el retorno. Los brazos se mueven describiendo un arco

mayor desde los hombros y se encuentran flexionados en los aproximadamente en ángulo recto.

Salto

El salto es un patrón locomotor en la cual la extensión de las piernas impulsa al cuerpo a través del espacio. El patrón del salto puede ser dividido en cuatro etapas distintas: la posición de agachado preliminar, el despegue, el vuelo y el aterrizaje. Los autores observaron que el salto es una modificación bastante complicada de los patrones de la marcha y la carrera previamente establecida. El patrón del salto requiere por parte del niño un mayor desarrollo de la fuerza en ambas piernas para impulsar el cuerpo al vuelo y estabilidad para mantener el equilibrio durante el acto de saltar.

A pesar de que la realidad para saltar puede en realidad ser innata, pareciera que la aplicación de esa habilidad en un patrón más complejo, tales como el salto en largo o el salto vertical, se realiza con eficacia solo con la práctica. Estos saltos han sido utilizados tradicionalmente para evaluar en los niños la fuerza de sus piernas y su habilidad para el salto.

En un estudio que investiga las características kinesiológicas de los niños con buen y mal desempeño en el salto en largo. Felton citado por Wickstrom (1993) describió que la velocidad del centro de gravedad era mucho mayor para buenos saltadores que para los deficientes. Los de buen desempeño presentaban mayor flexión de todas las articulaciones, lo que dejaba mayor distancia a través de las cuales podían extender sus cuerpos. Otra conclusión extraída de este estudio fue que los que saltaban bien presentaban mayor extensión en la cadera, las rodillas y los tobillos que los que saltaban mal. Felton señaló también que los buenos saltadores realizaban saltos más extensos.

Cooper y Glassow citados Mc Clenaghan y Gallaghe (1985), descubrieron que la posición de los muslos al tocar la tierra era un factor decisivo en el largo que había alcanzado el salto. “Cuando mas se aproximan los muslos al plano horizontal al tocar la tierra, mayor es el alcance”. Luego ellos afirmaron “la posición horizontal de los muslos cambia la posición del centro de gravedad y permite que se acerque mas a la tierra antes de que se produzca el contacto con ella.

Durante el periodo de la niñez temprana, el salto en largo progresa desde ser un movimiento poco estable que impulsa al cuerpo simplemente en una dirección vertical, hacia un movimiento maduro, que utiliza los brazos y las piernas en forma eficiente en un salto coordinado horizontal. Con el desarrollo, las piernas se mueven en forma simultáneas al despegar y al tocar tierra, y durante la fase de vuelo se produce un aumento de la flexión de la caderas y rodillas. A medida que madura el equilibrio, los brazos se utilizan para aumentar el impulso y la estabilidad durante la posición de cuclillas preparatoria, el despegue, el vuelo y el aterrizaje en el salto.

Estadios del salto

Durante la etapa inicial, los brazos contribuyen escasamente al impulso del salto. El grado flexión de las piernas en posición preparatoria de cuclillas, varia con cada salto. Los pies y las piernas no trabajan de manera simultánea durante el despegue y el aterrizaje. La extensión de las extremidades inferiores durante el despegue es incompleta, porque el salto se proyecta poco hacia adelante en la distancia que se recorre horizontalmente. Durante el vuelo, las piernas se mantienen rígidas, mientras que los brazos se mueven hacia los costados o hacia atrás para mantener la estabilidad. Al tocar tierra, las piernas están todavía rígidas y por lo tanto, no absorben de modo eficiente el golpe.

Los brazos se utilizan mas eficientemente durante **el estadio elemental** del patrón del salto; ellos no son los que inician el movimiento hacia adelante del cuerpo en el despegue. El niño muestra también una posición de cuclillas más consistente. Presenta una extensión mas completa de las extremidades inferiores, y el ángulo de despegue desciende, con mayor énfasis en el componente horizontal del salto. Los pies tocan tierra simultáneamente cuando el niño cae hacia adelante; y al igual de que el niño mas pequeño, el que se encuentra en la etapa elemental tiende a evitar la caída hacia atrás con los brazos.

En el estadio maduro, los brazos se mueven hacia arriba y hacia atrás en la postura de cuclillas que alcanza un ángulo de alrededor de 90° grados. Los brazos comienzan el acto del saltar balanceándose hacia una posición alta por encima de la cabeza y por lo tanto agregan impulso hacia adelante al salto. Al mismo tiempo hay una extensión completa de las extremidades inferiores, que proyecta el cuerpo en un ángulo de aproximadamente de 45°. Los brazos se mantienen altos durante el vuelo y las caderas flexionadas, ubicando los muslos en posición paralela a la tierra. Al tocar tierra, el peso del cuerpo sigue el impulso hacia abajo y adelante y los brazos se flexionan hacia delante.

Lanzar

Rarick consultado por Mc Clenaghan y Gallahue (1985); señala que toda secuencia de movimientos que implique arrojar un objeto al espacio, con uno o ambos brazos, se clasifica, desde un punto de vista técnico, dentro de la categoría general de lanzamiento. El patrón de lanzar requiere la coordinación de varios segmentos corporales, los niños adquieren el patrón maduro lentamente. Alrededor de los 6 meses de edad, muchos niños pueden lanzar desde la posición de sentados, pero solo de una manera

torpe. Es alrededor del año que el niño se encuentra en condiciones de controlar la dirección de su lanzamiento. Los niños atraviesan tres estadios progresivos:

(a) El estadio Inicial: Se caracteriza por movimientos típicamente anteroposterior. El movimiento hacia atrás del brazo se realiza generalmente hacia el costado y hacia arriba o hacia adelante y hacia generalmente demasiado alto respecto al hombro y con el codo muy flexionado. Con este movimiento hacia atrás, el tronco se extiende en flexión dorsal de tobillos y lleva los hombros hacia delante, y se flexiona hacia adelante con flexión plantar de tobillos mientras el brazo va hacia adelante sobre el hombro hacia adelante y hacia abajo. La extensión del codo comienza prematuramente. Los movimientos del cuerpo y el brazo se realizan íntegramente en el plano anteroposterior sobre los pies, que permanecen en su lugar; el cuerpo se encuentra orientado en la dirección de tiro todo el tiempo; el brazo es el factor desencadenante. Se produce una rotación del tronco hacia la izquierda acompañando sobre el final, la llegada hacia adelante del brazo.

(b) El estadio Elemental: (3 años y medios a 5 años). El cuerpo entero rota hacia la derecha, luego hacia la izquierda sobre los pies que han permanecido juntos y en su lugar. El brazo se mueve, en un plano oblicuo alto sobre el hombro o en un plano más horizontal, pero con una dirección hacia adelante y hacia abajo. El codo se encuentra bien flexionado y puede extenderse de inmediato o más tarde. El cuerpo cambia su orientación y luego se orienta en la dirección del tiro. El brazo es el factor desencadenante de todo el movimiento.

(c) El estadio Maduro: (5 y 6 años). Marca la introducción del paso: es el tiro con el pie derecho adelantado. El peso queda depositado en el pie izquierdo posterior mientras que la columna rota hacia la derecha y se

extiende; el brazo se mueve oblicuamente hacia arriba del hombro a una posición retirada con el codo bien flexionado. Los movimientos hacia adelante consisten en un paso hacia adelante del pie derecho, del mismo lado del brazo que lanza, con la columna en rotación izquierda, oración temprana de todo el cuerpo hacia la izquierda y el tronco en flexión frontal, mientras el brazo se desliza hacia adelante en un plano oblicuo sobre el hombro o en un plano hacia el costado alrededor del hombro, seguido por un movimiento hacia adelante y hacia abajo.

Wild señalado por Mc Clenaghan y Gallahue (1985), identifico dos tendencias claras en el desarrollo. En primer lugar, los movimientos progresan en los niños desde un plano anteroposterior a un plano horizontal; y en segundo lugar, con el desarrollo de la base de apoyo cambia de estática a dinámica.

Atajar

Atajar es un patrón de movimiento elemental que consiste en detener el impulso de un objeto que ha sido arrojado, utilizando brazos y manos. La adquisición de la habilidad para atajar sigue el mismo desarrollo básico que otros patrones motores elementales durante la niñez temprana.

Varios investigadores han observado la conducta de toma de la pelota en niños preescolares y procurado distinguir entre diversos niveles de eficiencia. Wickstron (1993), definió tres niveles de eficiencia: uno en que los brazos se tienen rectos, con los codos rígidos, frente al cuerpo y que se observa en los niños menores de tres años y medio; un segundo nivel, en que los codos se mantienen rígidos, pero las manos se abren para recibir el proyectil, y que comúnmente se advierte en niños de unos cuatro años, y un último nivel, en que los brazos y codos se mantienen junto al

cuerpo y pueden «aflojarse» cuando llega la pelota. El autor observó este nivel final en aproximadamente el 50 por ciento de sus sujetos de unos cinco años y medio a los que pidió que atraparan al vuelo una pelota grande.

Deach señalado por Wickstron (1993), resumió cinco etapas de desarrollo para atrapar una pelota pequeña arrojada a nivel del pecho. Los niños presentaban una postura defensiva que se caracteriza por tensión del cuerpo o protección de la cabeza con brazos y manos. No se realiza ningún esfuerzo para adelantarse o atajar la pelota. Los niños en el segundo estadio tratan de tomar la pelota pero fracasan. La acción de atajar de los brazos consiste en un movimiento de atracción hacia el cuerpo. Al tratar de atajar, ejecuta un paso definido hacia adelante, pero a destiempo; y por ello la pelota cae lejos o rebota contra su cuerpo y se aleja. Los brazos se mantienen tensos y persiste una pequeña actitud defensiva durante esta etapa. En la fase siguiente del desarrollo, los brazos se extienden hacia adelante y se mantienen relativamente juntos. Cuando la pelota cae frente al cuerpo, los brazos se juntan sobre el pecho. Los dedos se encuentran abiertos, extendidos y funcionan con lentitud para completar el movimiento. La cuarta etapa funciona como transición entre los brazos torpes con atracción hacia el cuerpo y el desempeño eficiente de los dedos. La regulación de brazos y dedos es aún deficiente y no consigue ajustar la posición de su cuerpo a distintas posiciones de la pelota. La etapa final se caracteriza por éxito en la utilización de los dedos y manos. El cuerpo se coloca en posición de alerta; las manos y brazos pueden encontrarse extendidos hacia delante o pueden partir desde los costados. El movimiento se regula como para poder tomar la pelota, y los brazos están en condiciones de absorber la fuerza que ésta trae. La pelota es tomada con los dedos, con la colaboración de las manos.

Según Mc Clenaghan y Gallahue (1985), durante el periodo de la niñez temprana, se adquieren el modo maduro de atajar pasando por una serie de estadios complejos. El perfeccionamiento progresivo del estadio de atajar puede resumirse de la siguiente manera:

En el estadio inicial: el niño presenta una reacción de rechazo, volviendo la cabeza o utilizando los brazos para protegerse cuando le arrojan la pelota. Si los brazos se encuentran extendidos hacia el que arroja la pelota, no intentan atrapar la pelota hasta que se produce el contacto. Las palmas de las manos se encuentran hacia arriba, los dedos se encuentran tensos y extendidos. La participación de las manos es escasa y el niño trata de acercar la pelota a su pecho. La acción de tomar presenta poca eficiencia y escasa coordinación temporal.

En el estadio elemental: desaparece la reacción de rechazo, los ojos del niño comienzan a seguir la trayectoria de la pelota. Los antebrazos se mantienen delante del cuerpo en un ángulo de aproximadamente 90°, flexionados a la altura de los codos, los cuales son mantenidos pegados a los costados. Las palmas de las manos se enfrentan en una posición perpendicular al suelo. Los dedos se extienden mientras que las manos tratan de atrapar la pelota con escasa coordinación temporal; las manos pierden a menudo la pelota, por lo que ésta debe sujetarse con ambos brazos al cuerpo.

En el momento en que el niño adquiere **el estadio maduro**, sus ojos siguen la pelota desde el momento en que se la envían hasta que la atrapa. Los brazos se encuentran flexionados y se mantienen relajados a ambos lados del cuerpo o con los antebrazos extendidos hacia adelante en una actitud de espera de la pelota. Los brazos se ajustan a la trayectoria de la pelota y contribuyen a absorber la fuerza que ésta trae. Las manos adoptan

la forma de un recipiente con los pulgares (cuando la pelota es arrojada hacia la parte superior del pecho) o los meñiques (cuando la pelota es enviada a la parte inferior del pecho). Las manos y dedos se cierran alrededor de la pelota en buena coordinación motriz y temporal.

Patear

Según Mc Clenaghan y Gallahue (1985), patear es un patrón manipulativo en el cual el movimiento de piernas y pies transmite fuerza a un objeto. Hasta ahora las investigaciones sobre el desarrollo progresivo del acto de patear son escasas. Sin embargo Deach citado por Mc Clenaghan y Gallahue (1985), estudió la conducta al patear entre 2 y 6 años y llegó a la conclusión de que “los elementos intervinientes en el acto de patear altamente desarrollado harían su aparición de modo secuencial, que permitiría distinguir etapas de progreso hasta la habilidad de ejecutar una patada bien coordinada”.

Deach citado por Wickstron (1993), analizó la experiencia de patear una pelota detenida, ubicándose inmediatamente detrás de ella, y descubrió que existen tres etapas en la adquisición del patrón patear.

(a) La primera etapa se caracteriza por escasa participación del tronco, brazos y piernas. El pie que ejecutaría el movimiento era colocado detrás de la pelota y la pierna ejecutaba el movimiento desde la cadera. El cuerpo permanecía erguido, con ambos brazos a los costados. No se efectuaba retroceso una vez que la pelota había sido pateada, sino solo un pequeño desplazamiento hacia adelante producido por la inercia hacia la izquierda.

(b) En la segunda etapa, el niño comenzaba a utilizar los brazos. El brazo dominante tendía a balancearse hacia adelante y hacia atrás, mientras el

brazo opuesto se desplazaba desde una posición posterior lateral hacia adelante una vez que se había pateado. La rodilla se encontraba flexionada, y la patada partía desde la rodilla con una inercia que la elevaba bastante, mientras el cuerpo se inclinaba hacia delante.

(c) Durante la tercera etapa, el movimiento hacia atrás de la pierna en la fase preparatoria comenzaba a la altura de la cadera. El cuerpo no se desplazaba hacia delante lo suficiente como para permitir la extensión total de la cadera, y como resultado, la rodilla se flexionaba para permitir mayor movimiento hacia atrás de la porción inferior. El peso del cuerpo se desplazaba hacia los dedos del pie que actuaba como soporte, y esta pierna de apoyo se flexionaba mientras la pierna que pateaba comenzaba su movimiento hacia adelante. Al establecer contacto con la pelota, la pierna que pateaba se extendía y luego continuaba su trayecto hacia adelante con inercia total.

Mc Clenaghan y Gallahue (1985), señalan que durante el periodo de la niñez temprana, se adquieren el modo maduro de patear pasando por una serie de estadios complejos. El perfeccionamiento progresivo del estadio de patear puede resumirse de la siguiente manera:

Los primeros intentos de patear una pelota **(estadio inicial)** que permanece quieta se caracterizan por escasa participación de brazos y tronco. El tronco permanece erguido y los brazos se mantienen a ambos lados del niño. No se presenta movimiento hacia atrás de la pierna que patea, como preparación del movimiento hacia adelante, y la inercia es escasa. El balanceo de la pierna está pobremente regulado y el niño puede golpear en la parte superior de la pelota, aun no dándole a la pelota.

Durante **el estadio elemental**, los brazos se mantienen extendidos hacia afuera para lograr estabilidad y la acción de las piernas se localiza principalmente a nivel de las rodillas. La pierna se flexiona hacia atrás en la rodilla y se extiende luego rápidamente hacia adelante para dar en la pelota. Una vez producido el contacto con la pelota, la pierna continúa hacia adelante con una inercia limitada.

En **el estadio maduro**, los brazos se mueven en oposición a las piernas. La pierna que patea se flexiona desde la cadera, con una pequeña flexión a nivel de la rodilla y se mueve describiendo un arco amplio. La pierna soporte se flexiona levemente en el momento de producirse el impacto de la pelota. Durante el movimiento de inercia adelante, el pie que funciona como soporte se flexiona a nivel de los dedos cuando el niño inclina ligeramente el torso hacia adelante.

Cuadro 1. Caracterización de las Habilidades Motrices Básicas

Autor: Kathe Lewin (Alemania)
CARRERA
<ul style="list-style-type: none"> • Al final de los 2 años aparece la carrera después de caminar y lanzar. • Entrando en los 3 años trotan hasta 30 metros y a partir de los 5 años realizan la carrera con el tiempo.
LANZAR Y CAPTURAR
<ul style="list-style-type: none"> • A partir de 1 año lanza con giro. • A los 2 años lanzan sin objetivo. • A los 3 años lanzan con ambas manos y brazos extendidos. • A los 4 años lanzan con objetivo y a los 5 años lanzan a distancia (5 – 8 mts.) y hacia objetos a altura. • Se plantea la combinación de lanzar y capturar a los 6 años. • Las combinaciones de lanzar con otras acciones no aparecen hasta los 7 años.
SALTO
<ul style="list-style-type: none"> • Aparecen los saltitos al final de los 2 años, conjuntamente con la carrera. • A partir de los 3 años saltan desde arriba de obstáculos. • A los 4 años saltan sobre un objeto y a los 6 años ejecutan el salto largo sin carrera de impulso.

Cuadro N° 1. Tomado de: El estudio de la Motricidad Infantil. González (2003)

CAPITULO III

METODOLOGÍA

Tipo de Estudio

El propósito del estudio se presenta en una investigación cualitativa, según Rocamora (2003), la investigación cualitativa se entiende como estudios que proporcionan una descripción verbal o explicación del fenómeno estudiado, su esencia, naturaleza, comportamiento.

La investigación se plantea como un estudio de campo, como la define Suárez (1999), se presenta mediante la manipulación de una variable externa no comprobada, en condiciones rigurosamente controladas, con el fin de describir de que modo o por que causas se produce una situación o acontecimiento particular. De carácter descriptivo y transversal, entiéndase como lo define Hurtado y Toro (1999) el estudio descriptivo busca desarrollar una imagen o fiel representación (descripción) del fenómeno estudiado a partir de sus características.

Y de tipo transversal “como aquellos que se realizan cuando se quiere estudiar la evolución de una o más variables a lo largo del tiempo pero se hace una sola medición distinguiendo en la población distintos grupos de edad, con el fin de inferir la evolución con el paso del tiempo de la variable o las variables observadas”. (Sierra, 1992; citado por Hurtado y Toro, 1999).

Participantes

De acuerdo con los objetivos de la investigación, se seleccionaron 12 niños y 12 niñas. La selección se realizó en el Jardín de Infancia “Eloy Paredes”, del Municipio Libertador del estado Mérida.

Instrumento de Recolección de la Información

Se utilizó el test para las Habilidades Motrices Básicas elaborado por Mc Clenaghan y Gallahue (1985), y la habilidad de andar de Wickstrom (1993). (Ver anexo A).

Materiales

- 1 Colchoneta
- 3 Pelotas de Tenis
- 4 Conos
- 2 Pelotas de gimnasia
- 2 Tizas de colores

Procedimiento para la Recolección de la Información

Dicho procedimiento se estructuró en fases que se describen a continuación:

Primera fase

- Seleccionar el instrumento para la recolección de la información.
- Se realizaron varios talleres donde se tuvo una preparación teórica para la ejecución del test.
- Elaboración de la planilla de evaluación según Mc Clenaghan y Gallahue (1985). (Ver anexo B). Y la hoja de vida para cada alumno. (Ver anexo C)

- Se ejecutó una prueba teórica-práctica entre los evaluadores
- Ubicar la institución y solicitar el permiso
- Familiarización con los alumnos

Segunda fase

- Se ubicaron a los alumnos en 6 grupos de cuatro niños, y se realizó un circuito rotando en el sentido de las agujas del reloj.

Las estaciones fueron andar, correr, lanzar, atajar, patear y salto; y se ubicaron dos evaluadores por prueba y algunos ayudantes. El niño tenía tres intentos en cada prueba.

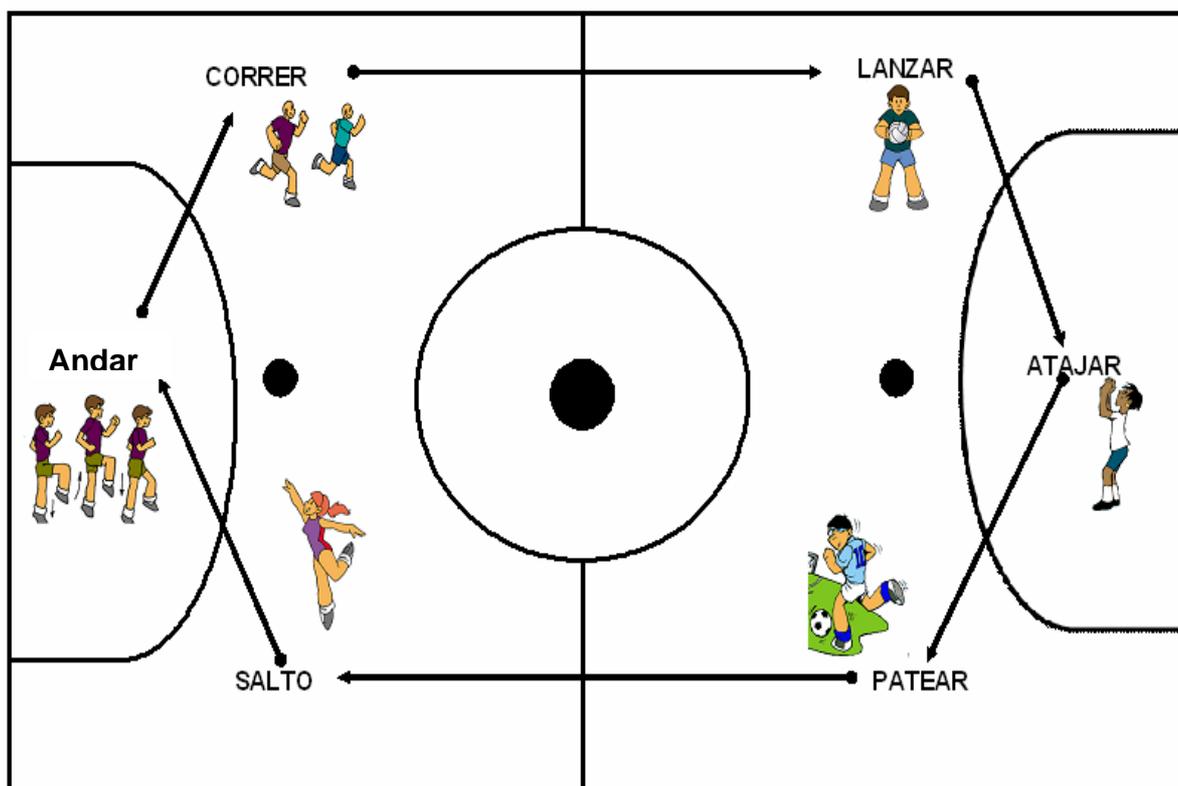


Gráfico 2: Circuito de rotación para la aplicación del test. Tomado de las Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Mc. Clenaghan y Gallahue (1985).

Tercera fase

- Obtenidos los resultados, se introdujeron en una base de datos del programa estadísticos SPSS versión 7.5
- Análisis e interpretación de los resultados obtenidos
- Conclusión y recomendaciones

CAPITULO IV

ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

El propósito fundamental de la investigación consistió en analizar el desarrollo de las habilidades motrices básicas a través del instrumento de evaluación de observación directa de Mc. Clenaghan y Gallahue (1985) de los Patrones Motores (carrera, salto, atajar arrojar y patear), y la habilidad de andar de Wickstrom (1993), en los niños y niñas de educación preescolar de 5 años de edad.

La exposición e interpretación de los datos de acuerdo a Arias (1997), implica la utilización de “tabulación” gráfica y realización de cálculos estadísticos y descriptivos relacionados directamente con los datos e información proveniente de la investigación.

Con los datos obtenidos, se procedió a elaborar una base de datos para analizar la información, mediante el Programa Estadístico SPSS (Statistical Package for Social Sciences), versión 7.5. Con la información se elaboró una base de datos contentiva de 6 habilidades motrices: andar, carrera, salto, lanzar, atajar, pateo; a 24 niños con edades de 5 años, estudiantes de **Jardín de Infancia “Eloy Paredes”** en el Estado Mérida, Municipio Libertador. Se realizó el análisis descriptivo de porcentajes correspondientes a cada una de las habilidades.

A continuación, se presenta una visión detallada en cuanto al análisis e interpretación:

HABILIDAD MOTRIZ ANDAR

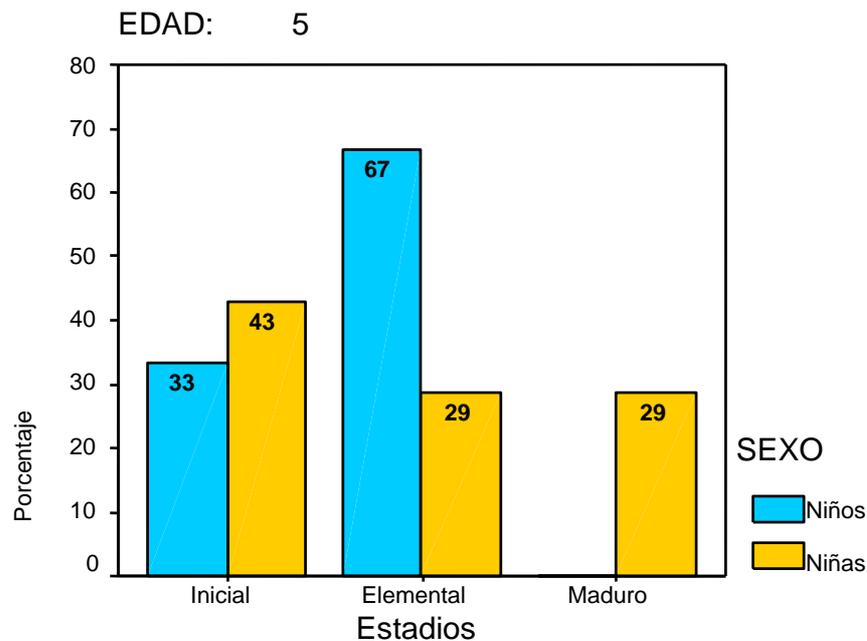


Gráfico 3. Distribución porcentual Habilidad motriz andar. Edad: 5 años. Jardín de Infancia “Eloy Paredes”. Mérida, 2006

En el gráfico 3, los niños de 5 años en habilidad motriz andar un 67% se encuentran en un estadio elemental, 33% en un estadio inicial. En las niñas 43% se encuentra en el estadio inicial, 29% en estadio elemental y 29% estadio maduro.

Con relación al sexo, las niñas se encuentran en el estadio maduro, están en un nivel de desarrollo superior a los niños en la habilidad andar.

La mayoría de los niños y niñas según Gallahue citado por Muñoz (1985), están acordes a su desarrollo motor, es decir, de estadio elemental hacia el estadio maduro.

HABILIDAD MOTRIZ CARRERA

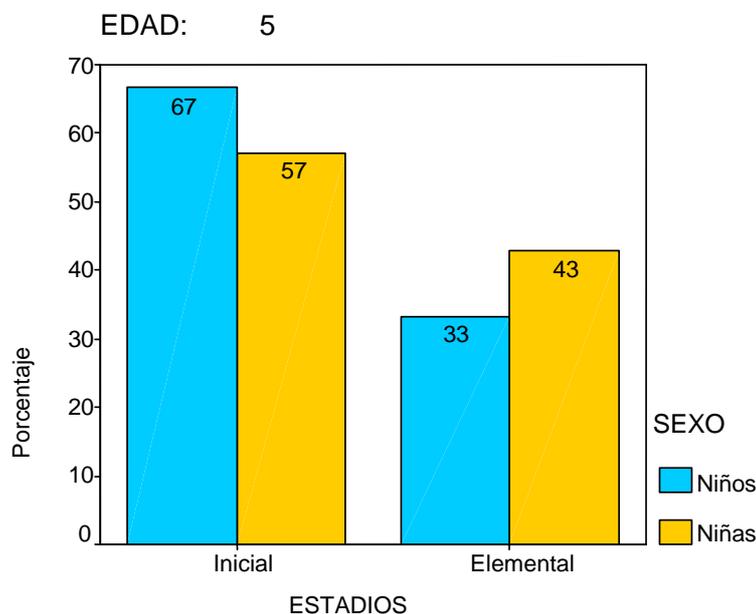


Gráfico 4. Distribución porcentual Habilidad motriz Carrera. Edad: 5 años. Jardín de Infancia "Eloy Paredes". Mérida, 2006

En el gráfico 4, la habilidad motriz carrera, para niños de 5 años los resultados fueron los siguientes: 67% en un estadio inicial y 33% en estadio elemental; las niñas obtuvieron los siguientes porcentajes: 57% ubicadas en un estadio inicial y 43% en un estadio elemental.

Se puede señalar que los datos arrojan que no hay diferencias significativas, en la proporción de niños y niñas de 5 años de edad en referencia a la habilidad motriz carrera, es decir, ambos grupos tienen similares características en la habilidad antes mencionada.

Según Gallahue citado por Muñoz (1985), los niños y niñas deben estar en el estadio elemental hacia maduro, por lo tanto éstos niños y niñas no están acordes con su desarrollo motor.

HABILIDAD MOTRIZ SALTO

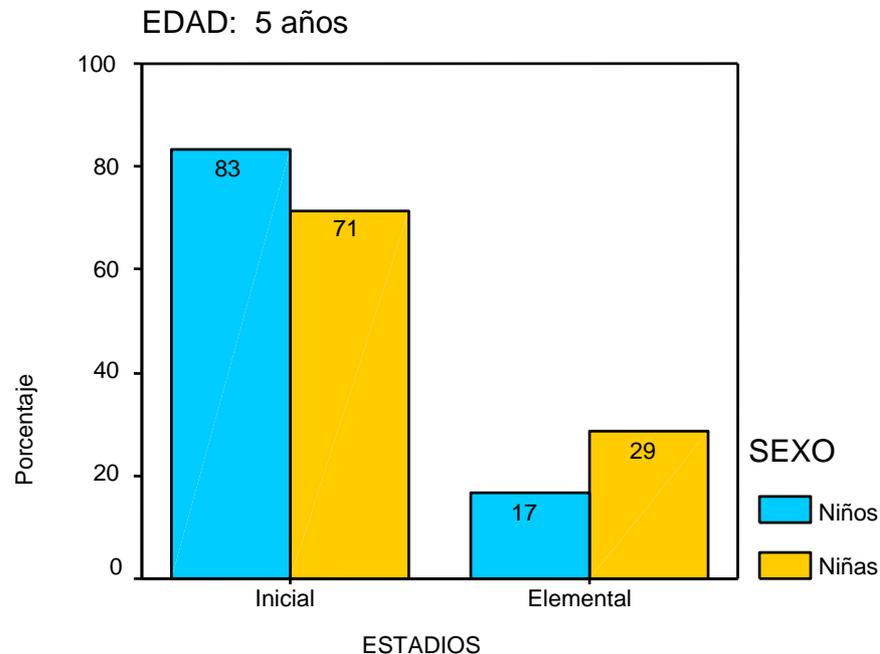


Gráfico 5. Distribución porcentual Habilidad motriz Salto. Edad: 5 años. Jardín de Infancia “Eloy Paredes”. Mérida, 2006

En el gráfico 5, los niños de 5 años en la habilidad motriz salto el 83% tiene un estadio inicial y 17% en un estadio elemental. Por su parte, las niñas para la destreza antes mencionada obtuvieron los siguientes porcentajes: 71% en un estadio inicial y 29% en un estadio elemental.

Los niños y niñas de 5 años de edad, en referencia a la habilidad motriz salto, ambos grupos tienen similares características, es decir, que en los datos arrojados no hay diferencias significativas.

Según Gallahue citado por Muñoz (1985), los niños y niñas que están en el estadio inicial y en el estadio elemental no están acorde a su desarrollo motor.

HABILIDAD MOTRIZ LANZAR

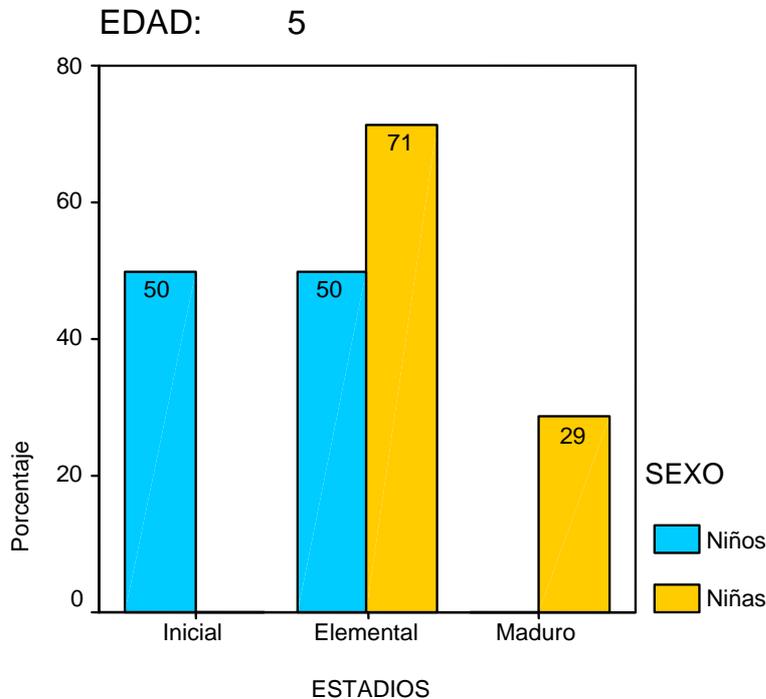


Gráfico 6. Distribución porcentual Habilidad motriz Lanzar. Edad: 5 años. Jardín de Infancia “Eloy Paredes”. Mérida, 2006

En referencia a la habilidad motriz lanzar en los niños(as) de 5 años (gráfico 6). Se encontró que 71% de las niñas están en un estadio elemental y 29% en un estadio maduro, los niños solo se encuentran en un estadio inicial y elemental distribuidos equitativamente 50%.

Con relación al sexo, las niñas de 5 años que se encuentran en el estadio maduro están en un nivel de desarrollo superior a los niños en la habilidad lanzar.

Los niños y las niñas según el autor Gallahue citado por Muñoz (1985) se encuentran acorde a su desarrollo motor, es decir, de estadio elemental a estadio maduro.

HABILIDAD MOTRIZ ATAJAR

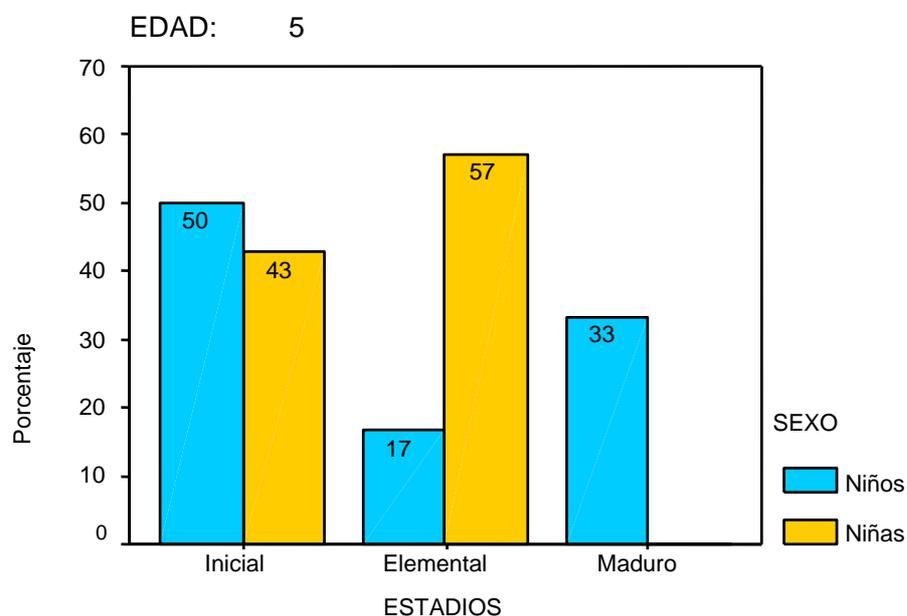


Gráfico 7. Distribución porcentual Habilidad motriz Atajar. Edad: 5 años. Jardín de Infancia “Eloy Paredes”. Mérida, 2006

El gráfico 7, muestra la distribución porcentual para la habilidad motriz atajar para niños y niñas de 5 años y se observa lo siguiente: 43% de las niñas se encuentran en un estadio inicial, 57% en un estadio elemental; en los niños se observó lo siguiente: 50% en un estadio inicial, 17% en un estadio elemental y 33% en un estadio maduro.

El mayor porcentaje de las niñas están en el estadio elemental, que según Gallahue citado por Muñoz (1985) está acorde a su desarrollo motor, al igual que los niños, están acordes a su desarrollo motor, ya que se encuentran en los estadios inicial, elemental hacia maduro.

Los resultados anteriormente presentados, sugieren que hay un porcentaje de niños que se encuentran mas desarrollados que las niñas en la destreza atajar (estadio maduro).

HABILIDAD MOTRIZ PATEO

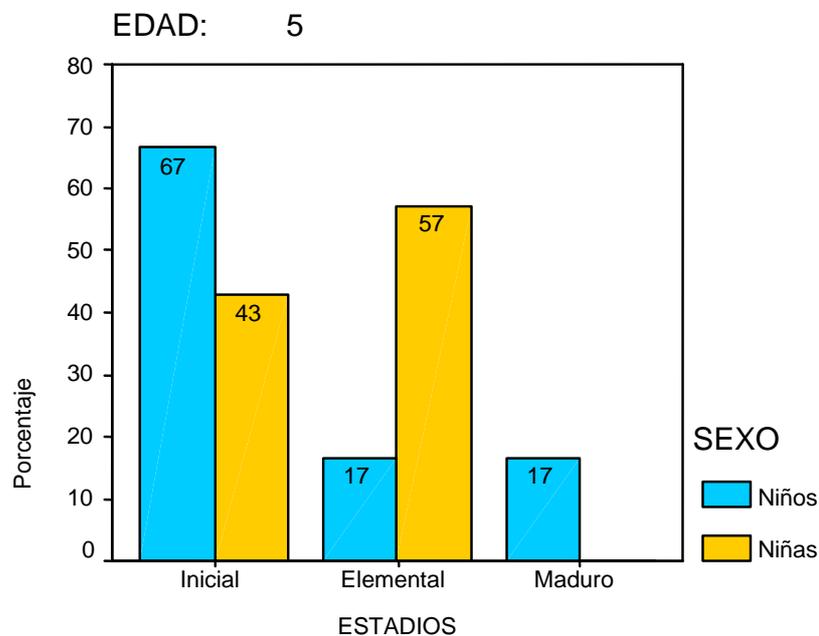


Gráfico 8. Distribución porcentual Habilidad motriz Pateo. Edad: 5 años. Jardín de Infancia “Eloy Paredes”. Mérida, 2006

En el gráfico 8, se observa la distribución porcentual de la habilidad motriz pateo:

- El 67% de los niños se encuentran en estadio inicial, 17% para el estadio elemental y 17% para el estadio maduro.
- En las niñas se obtuvieron los porcentajes de la siguiente manera: 43% en un estadio inicial y 57% están en un estadio elemental.

La mayor proporción de niños se encuentra en un estadio inicial a diferencia de las niñas que en mayor proporción se encuentra en un estadio elemental. Los niños se encuentran en los estadios inicial, elemental hacia maduro, mientras que las niñas están en los estadios inicial hacia elemental. Según Gallahue citado por Muñoz (1985); éstos niños se encuentran acorde a su desarrollo motor, ya que están en los estadios elemental hacia maduro.

En el siguiente apartado, se presenta la distribución porcentual general para cada una de las habilidades motrices: lanzar, atajar, carrera, andar, pateo, salto.

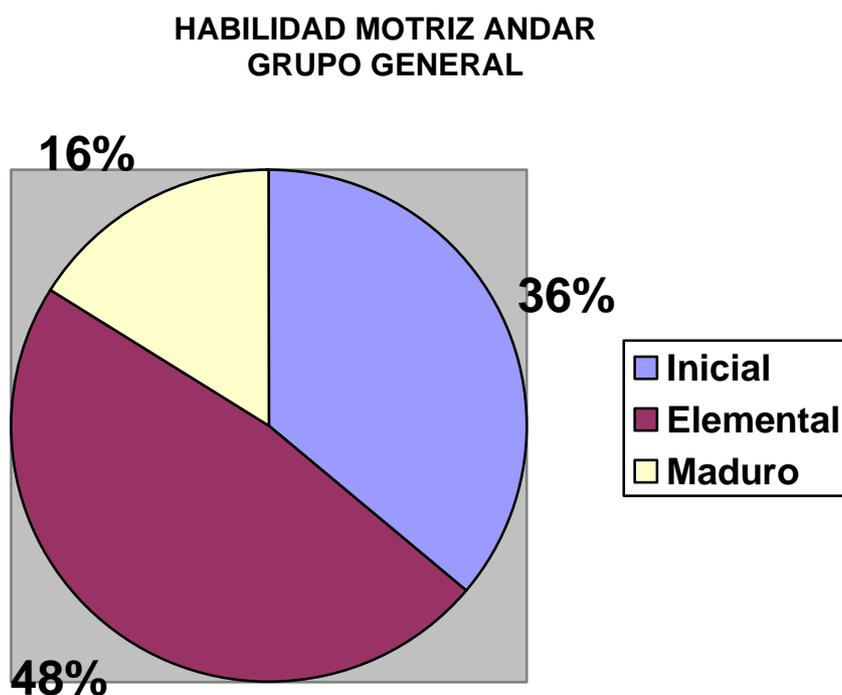


Gráfico N° 9. Distribución porcentual grupo general. Jardín de Infancia "Eloy Paredes". Mérida, 2006

Al examinar la habilidad motriz andar presentada en el gráfico 9, los niños y niñas se encuentran en un estadio elemental 48%, la siguiente categoría con mayores puntos porcentuales fue la del estadio inicial registrándose 36%, y 16%, se ubican en el estadio maduro.

Los niños y niñas según Gallahue citado por Muñoz (1985) van de estadio elemental hacia el estadio maduro; es decir, están acorde a su desarrollo motor; encontrándose también un porcentaje en el estadio inicial, no estando acorde a su desarrollo motor.

HABILIDAD MOTRIZ CARRERA GRUPO GENERAL

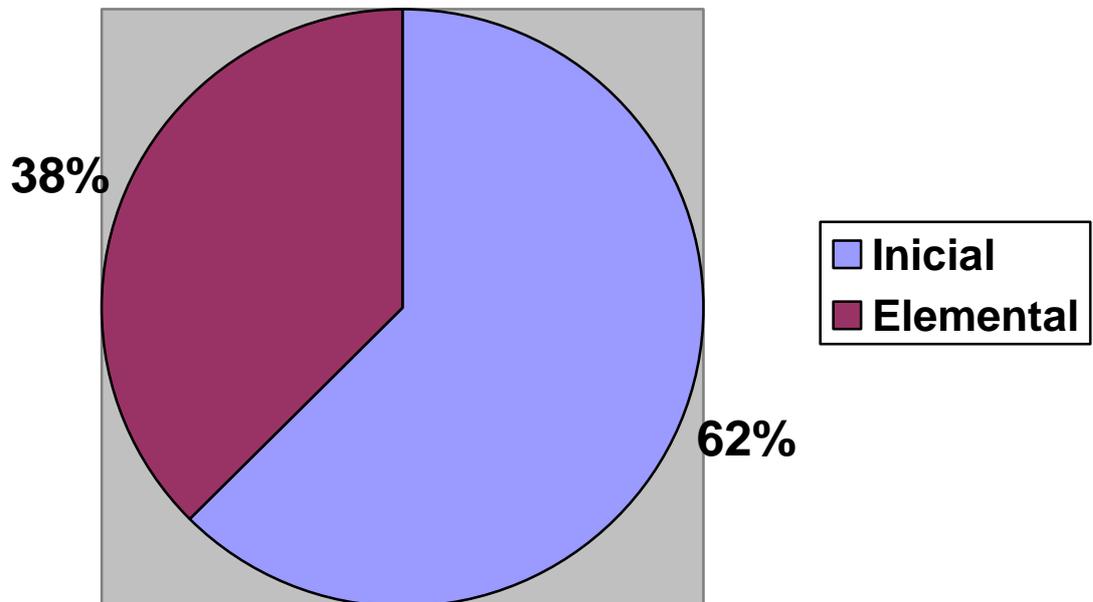


Gráfico N° 10. Distribución porcentual grupo general. Jardín de Infancia “Eloy Paredes”. Mérida, 2006

Como se puede observar, en la habilidad motriz carrera (gráfico 10) el 62%, se encuentra en un estadio inicial y el 38%, en un estadio elemental; no encontrándose ninguna muestra en el estadio maduro.

Los niños y niñas según Gallahue citado por Muñoz (1985), a esta edad deben estar en el estadio elemental hacia el estadio maduro, es decir, éstos niños no están acordes a su desarrollo motor, ya que se encuentran en un porcentaje bajo en el estadio elemental, situándose el mayor porcentaje en el estadio inicial.

HABILIDAD MOTRIZ SALTO GRUPO GENERAL

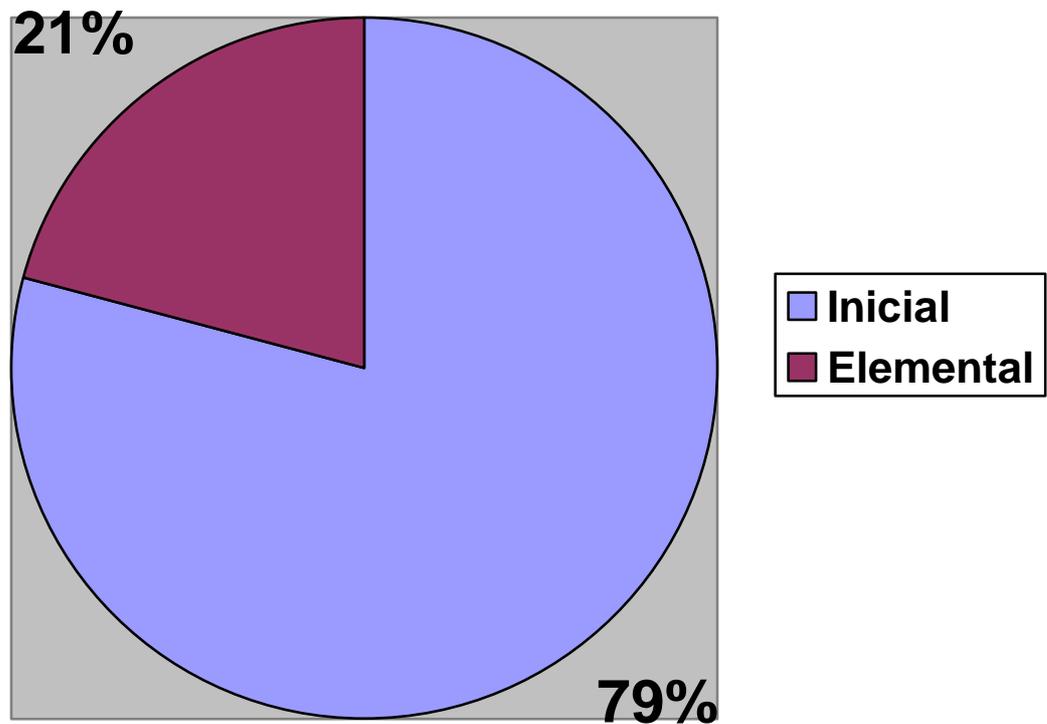


Gráfico Nº 11. Distribución porcentual grupo general. Jardín de Infancia “Eloy Paredes”. Mérida, 2006

Al analizar la habilidad motriz salto en el gráfico 11, se evidencia que la perspectiva de distribución porcentual es la siguiente: 79% se ubica en un estadio inicial, 21% en el estadio elemental, no encontrándose muestra en el estadio maduro. Según Gallahue citado por Muñoz (1985), éstos niños y niñas no están acordes a su desarrollo motor, ya que deben encontrarse del estadio elemental al estadio maduro.

**HABILIDAD MOTRIZ LANZAR
GRUPO GENERAL**

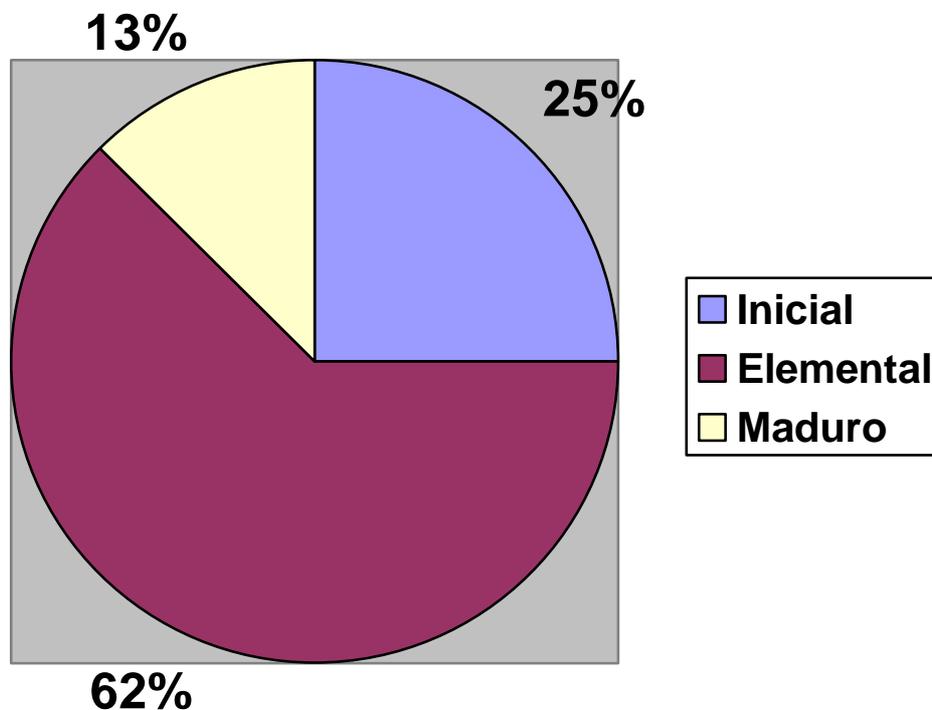


Gráfico Nº 12. Distribución porcentual grupo general. Jardín de Infancia “Eloy Paredes”. Mérida, 2006

La habilidad motriz lanzar en el gráfico 12, está representada por un 25% en el estadio inicial, seguido por un 62% para el estadio elemental y un 13 % para el estadio maduro.

Según el autor Gallahue citado por Muñoz (1985), éstos niños y niñas se encuentran acordes a su desarrollo motor, ya que representan un porcentaje alto en el estadio elemental hacia maduro.

HABILIDAD MOTRIZ ATAJAR GRUPO GENERAL

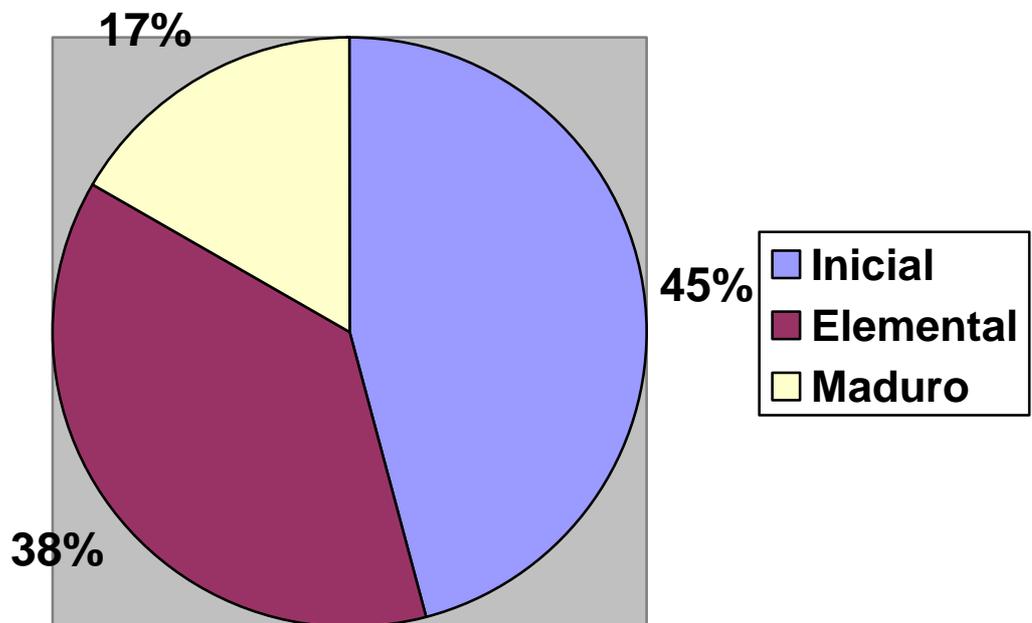


Gráfico Nº 13. Distribución porcentual grupo general. Jardín de Infancia "Eloy Paredes". Mérida, 2006

De acuerdo al gráfico 13, los niños(as) del instituto, en la habilidad motriz atajar se encuentran en su mayoría en un estadio inicial con un 45%; 38% en un estadio elemental y solo el 17% alcanzo el estadio maduro.

Según Gallahue citado por Muñoz (1985), los niños y niñas que se hallan en el estadio inicial no se encuentran acorde a su desarrollo motor.

HABILIDAD MOTRIZ PATEO GRUPO GENERAL

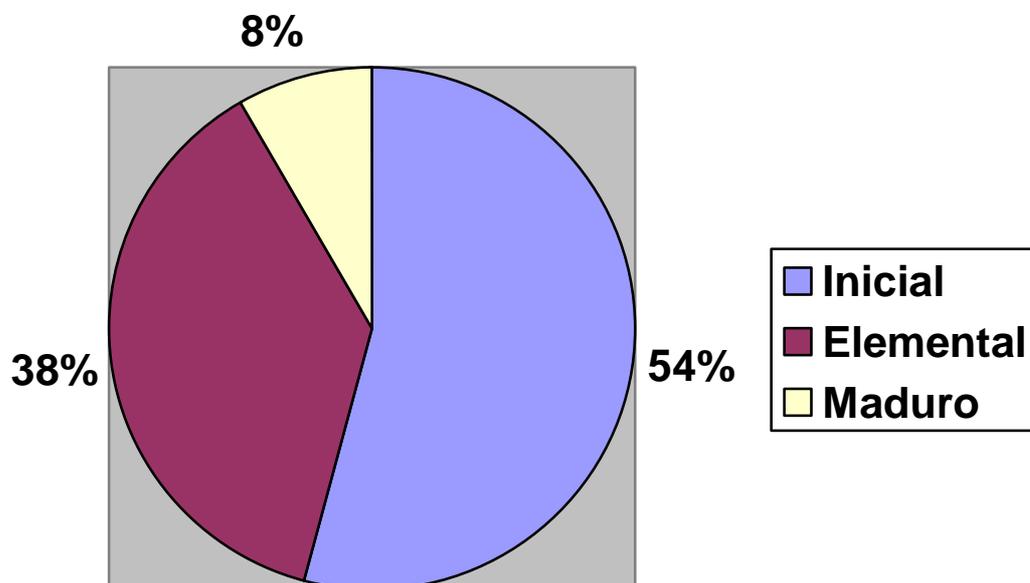


Gráfico Nº 14. Distribución porcentual grupo general. Jardín de Infancia "Eloy Paredes". Mérida, 2006

El panorama para la habilidad motriz pateo mostrado en el gráfico 14, fue que el mayor porcentaje de niños y niñas evaluados se remite al estadio inicial, con un 54% y representando éste el mayor porcentaje, y por consiguiente éste grupo no está acorde a su desarrollo motor, el 38% en un estadio elemental y el 8% en un estadio maduro. Lo que permite afirmar, que los niños y niñas del Jardín de Infancia "Eloy Paredes" que se encuentran en los estadios elemental y maduro están acorde en su desarrollo motor, según Gallahue citado por Muñoz (1985), en la habilidad motriz pateo.

Por otra parte, los alumnos del **Jardín de Infancia “Eloy Paredes”** demostraron tener un nivel más elevado en las habilidades motrices de andar y lanzar, debido a que la mayoría de niños y niñas para estas habilidades alcanzaron el estadio elemental. No obstante y en términos generales, las habilidades motrices evaluadas tienden a concentrarse hacia los estadios inicial y elemental, en tanto que pocos han alcanzado el estadio maduro.

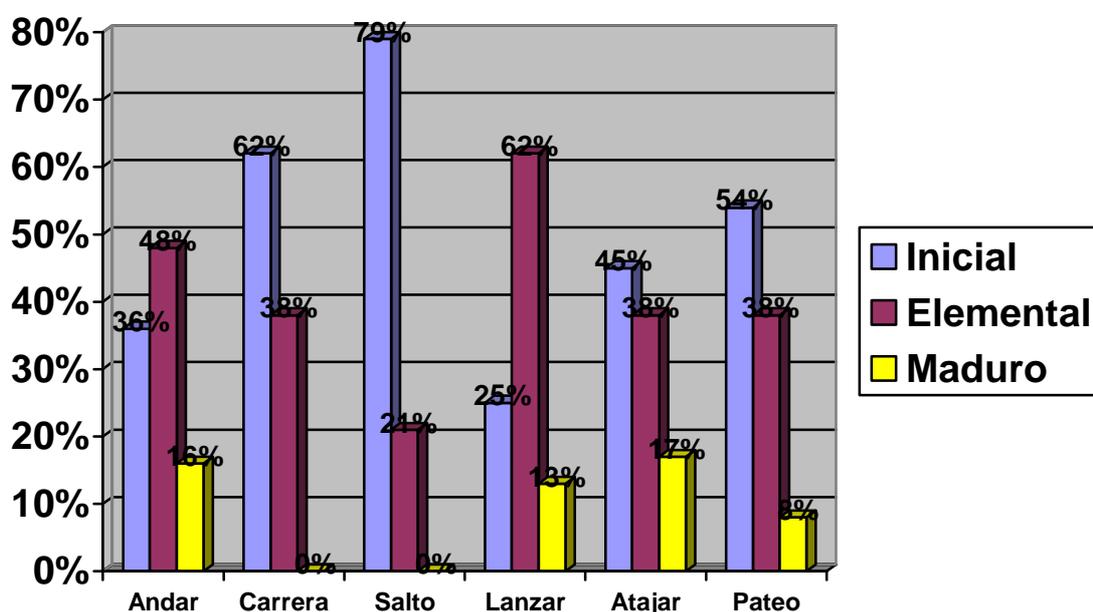


Gráfico 15: Comparación de los resultados en el grupo en total de todas las pruebas. Andar, Carrera, Salto, Lanzar, Atajar, Pateo.

Como se puede observar en las habilidades de pateo, salto y carrera, se obtuvieron resultados en el estadio inicial representándose el mayor porcentaje un 79% (en la habilidad de salto). En el estadio maduro se obtuvieron resultados en las habilidades andar, lanzar, atajar y pateo.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

El propósito de la investigación fue analizar las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años de edad, en el nivel preescolar, por lo cual se establecen las siguientes conclusiones:

- Los niños de 5 años de edad se encuentran en un estadio inicial hacia elemental en la habilidad motriz andar; es de destacar que las niñas se encuentran con más altos porcentajes en dicha prueba.
- En la prueba de carrera los niños de 5 años de edad se encuentran en el estadio inicial hacia elemental, y las niñas también se encuentran en los mismos estadios, pero con mayor porcentaje en el estadio inicial.
- En la prueba de salto los niños de 5 años de edad se encuentran en el estadio inicial hacia elemental igual que las niñas.
- En la prueba manipulativa lanzar, los niños de 5 años de edad solo se encuentran en el estadio inicial hacia elemental, las niñas se encuentran en estadio elemental hacia maduro,
- Los niños de 5 años de edad se encuentran entre los estadios inicial, elemental y maduro en la prueba manipulativa de atajar; y las niñas se encuentran en los estadios inicial hacia elemental. Se puede decir que en la prueba manipulativa atajar, los niños se encuentran más desarrollados que las niñas.

- En la prueba pateo, los niños de 5 años de edad se encuentran en el estadio inicial, elemental y maduro; y las niñas en el estadio inicial y elemental.
- En las habilidades carrera y salto, la mayoría de los niños se encuentran en el estadio inicial.
- Es de resaltar, que para esta edad, los niños y niñas deben tener un nivel en desarrollo del estadio elemental hacia maduro en las habilidades motrices básicas; como lo señala el autor Gallahue citado por Muñoz (1985) en su Modelo de Desarrollo Motor.

RECOMENDACIONES

- Aplicar periódicamente, diagnósticos para evaluar las habilidades motrices básicas, ya sea utilizando el test de habilidades motrices básicas, o cualquier otro que se adapte a las condiciones que se quieren evaluar, y así trabajar con bases sólidas desarrollando las estrategias metodológicas acordes al nivel inicial.
- Establecer métodos, estrategias, para aquellos que resulten con estadios no acordes a su desarrollo motor.
- Ofrecer una serie de actividades que ayuden a desarrollar, estimular y mantener el área psicomotriz para el incremento de las habilidades evaluadas durante la investigación (ver anexo D).
- A los profesores, que laboran en el Nivel de Educación Inicial, se les recomienda, no sólo poner en práctica éstas actividades, sino cualquier otras que ayuden a mejorar y evaluar el desarrollo motor de niños y niñas en el Nivel de Educación Inicial.
- Presentar los resultados de la investigación al personal docente que labora en la institución y a los participantes en la investigación.
- Plantearse otros estudios inherentes al desarrollo motor.

REFERENCIAS

- Arias, F. (1997). El Proyecto de Investigación. Caracas – Venezuela: Editorial Episteme.
- Arteaga, L. (2004) Las Habilidades Motrices Básicas. [Documento en línea]. Disponible:<http://www.monografias.com/trabajos/habimotribas/habimotribas.shtml> [Consulta: 2004, Octubre 10]
- Carmona, J. y Dugarte, R. (2001). Manual de juegos para gestionar el área de educación física en el nivel preescolar. Mérida – Venezuela. Facultad de Humanidades y Educación. Tesis de Grado no publicada.
- Durivage, J. (1989). Educación y Psicomotricidad. 2da (Edición). Centro para la integración social. México DF: Editorial Trillas.
- Escribá, A. (1999). Psicomotricidad. Fundamentos teóricos aplicables en la práctica. Madrid: Editorial Gymnos..
- Escribá, A. (2002). Síndrome de Down. Propuestas de intervención. Madrid: Editorial Gymnos.
- Franco, F. (2005). El Desarrollo de las habilidades Motrices Básicas en la Educación Inicial. Mérida – Venezuela. Facultad de Humanidades y Educación. Tesis de Grado no publicada.
- Gessel, A. y Thompson, R. (1984). El niño de 1 a 5 años. Buenos Aires – Argentina: Editorial Paidós.

- González, C. (2003). El Estudio de la Motricidad Infantil. Primera Parte. [Revista en línea efdeportes, Año 5, N° 25] Disponible: <http://www.efdeportes.com/> (Consulta 02/05/06)
- Hurtado, G. y Toro, F. (S/F). Un espacio y tiempo necesario para la psicomotricidad. La Habana-Cuba. (Revista en línea Pediatría Hoy, Año 8, N° 46) Disponible: <http://www.monografías.com/psicomotricidad/html> (Consulta 08/04/06)
- Lopategui, E. (2001). Conceptos Básicos de Educación Física. (Revista en línea Saludmed, Año 7, N° 34) Disponible: <http://www.saludmed.com> (Consulta 27/08/06)
- Mc. Clenaghan, B. y Gallahue D. (1985). Movimientos fundamentales. Buenos Aires – Argentina: Editorial Médica Panamericana
- Muñoz, L. (2003) Educación Psicomotriz. Armenia – Colombia: Editorial Cincel
- Murcia, N. (2003). Sistema de evaluación para la creatividad en motricidad humana. Universidad de caldas Colombia: Editorial Océano.
- Quintana, J. (2000). Enciclopedia Ilustrada de todos los deportes. Madrid – España: Editorial Océano.
- Requena, M. (2001). Manual de Educación Física y expresión Corporal en Preescolar. Miranda – Venezuela: Editorial Principio.
- Reyes, A. (2006). Habilidades Motrices Básicas en niños de Educación Inicial del Nivel Preescolar. Mérida – Venezuela. Facultad de Humanidades y educación. Tesis de Grado no publicada.

- Rocamora, F. (2003). Análisis Cualitativo. (Revista en línea Investigación Informática, Año 4, Nº 22). Disponible: <http://usuarios.lycos.es> (Consulta: 15/11/06)
- Rodríguez, A. (2003). Capítulo II: Psicomotricidad y motricidad fina y gruesa. Buenos Aires-Argentina. (revista en línea efdeportes, Año 8, Nº46) Disponible: <http://www.efdeportes.com> (Consulta: 22/07/06)
- Romero, P. (2003). Educación Física en la Educación Primaria. (Revista en línea Paso a Paso, Año 7, Nº 39) Disponible: <http://www.adam.com/urac/edrev.htm> (Consulta: 13/06/06)
- Ruiz, L. y Graupera, J. (2003). Competencia Motriz y Género entre los Escolares Españoles. [Revista en línea Colegio Madrid, Año 2, Nº 76] Disponible: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista10/artcompetencia.html> (Consulta: 13/07/06)
- Santos, S. (1996). Habilidades Motrices Básicas. (Revista en línea Espacio Logopédico, Año 5, Nº 2). Disponible: espaciologopedico.com. (Consulta: 26/08/06).
- Suárez, N. (1999). La Investigación Documental Paso a Paso. Consejo de Publicaciones. Facultad de Humanidades y Educación. Mérida – Venezuela
- Wickstrom, R. (1993). Patrones Motores Básicos. Deportes. Barcelona – España: Editorial Alianza.

ANEXOS

Anexo: A

TEST DE HABILIDADES BÁSICAS MOTORAS

Descripción del test para la habilidad de Carrera

Carrera (Estadio Inicial)

Movimiento de las piernas (vista lateral): Las piernas se encuentran rígidas y el paso es desigual. No hay un momento claro de despegue del suelo y la base de sustentación se encuentra ampliada. El movimiento de la es corto y limitado.

Movimiento de las piernas (vista posterior): la rodilla de la pierna que rota es balanceada primero hacia fuera, luego en forma circular y hacia delante hasta la posición de apoyo. El pie que realiza el paso tiende a rotar hacia fuera desde la cadera, lo cual permite impulsar el pie hacia delante sin que soporte demasiado peso corporal y ayuda por lo tanto al niño a mantener el equilibrio.

Movimiento de los brazos: Los brazos se balancean rígidamente con distintos grados de flexión a nivel del codo. El radio de movimiento de los brazos es corto y los brazos tienden a balancearse extendidos en forma horizontal mas que en posición vertical. Esta rotación hacia fuera compensa el movimiento de rotación exagerado de la pierna que realiza el movimiento.



Gráfico 16: Estadio Inicial de la Habilidad de Carrera. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Elemental)

Movimiento de las piernas (vista lateral): El paso se alarga, la pierna aumenta el desplazamiento y aumenta la velocidad. Se observa una fase de despegue bien definido en el patrón. La pierna soporte comienza a extenderse en forma mas definida al separarse del suelo.

Movimiento de las piernas (vista posterior): En el momento de adelantarse, el pie que se encuentra realizando el movimiento rota a lo largo de la línea media antes de desplazarse hacia delante hacia la posición de contacto.

Movimiento de los brazos: Los brazos recorren mayor distancia en forma vertical, y se produce un movimiento horizontal limitado en el envión hacia atrás cuando aumenta el largo del paso.



Gráfico 17: Estadio Elemental de la Habilidad de Carrera. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Maduro)

Movimiento de las piernas (vista lateral): La rodilla que se dirige de vuelta hacia delante es levantada a cierta altura y enviada hacia delante con rapidez. La pierna de apoyo se inclina levemente cuando la otra establece el contacto con el suelo y luego se extiende rápida y completamente en la cadera, rodilla y tobillo. El largo del paso y la duración del tiempo en que el cuerpo permanece suspendido en el aire se intensifican al máximo.

Movimiento de las piernas (vista posterior): Se produce una pequeña rotación de la rodilla y del pie que vuelve hacia delante, mientras que aumenta el tamaño del paso.

Movimientos de los brazos: Los brazos se balancean verticalmente describiendo un gran arco en oposición a las piernas. Los brazos se encuentran flexionados a la altura de los codos en ángulo casi recto



Gráfico 18: Estadio Maduro de la Habilidad de Carrera. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

Descripción del test para la habilidad del salto

(Estadio inicial)

Movimiento de los brazos: Los brazos, de movimiento limitado, no son los que desencadenan el movimiento al saltar. Se mueven hacia los lados y hacia abajo o hacia arriba, para mantener el equilibrio, durante el momento de vuelo.

Movimiento del tronco: Durante el envión, tronco es mantenido en posición vertical, con poca participación en el largo del salto.

Movimiento de las piernas y cadera: La posición de flexión preparatoria es limitada y poco consistente respecto al grado de flexión de las piernas. En el despegue y el aterrizaje el niño experimenta dificultades para utilizar

ambos pies en forma simultánea, y una pierna puede preceder a la otra. La extensión de caderas, piernas y tobillos es incompleta en el despegue.



Gráfico 19: Estadio Inicial de la Habilidad de Salto. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Elemental)

Movimiento de los brazos: Los brazos participan con mayor eficacia en el momento del salto. Tienen la iniciativa en el momento del despegue y luego se mueven hacia los costados para mantener el equilibrio durante el salto.

Movimiento del tronco: No se observan cambios.

Movimientos de piernas y caderas: La flexión preparatoria es más acentuada y consistente. Las piernas, caderas y tobillos se extienden más durante el despegue; sin embargo, aun permanece ligeramente flexionado. Durante el vuelo, los muslos se mantienen en posición de flexión.



Gráfico 20: Estadio Elemental de la Habilidad de Salto. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Maduro)

Movimiento de los brazos: Los brazos se desplazan a buena altura hacia atrás y se extienden luego hacia delante en el momento del despegue. Los brazos se mantienen altos durante todo el salto.

Movimiento del tronco: En el momento del despegue, el tronco se encuentra flexionado en un ángulo de alrededor de 45°. Se ejerce mayor fuerza sobre la dirección horizontal salto.

Movimiento de piernas y caderas: La flexión preparatoria es bien acentuada. Las caderas, y tobillos se encuentran totalmente extendidos en el momento del despegue. Durante el vuelo, las caderas se flexionan, colocando los muslos en una posición casi vertical. El peso del cuerpo en el momento de aterrizaje conserva la inercia adelante y hacia abajo.



Gráfico 21: Estadio Maduro de la Habilidad de Salto. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

Descripción del test para la habilidad de Lanzar

(Estadio Inicial)

Movimiento de los brazos: El movimiento de lanzar es realizado principalmente a partir del codo, el cual se encuentra en posición adelantada respecto del cuerpo. El lanzamiento consiste en un movimiento similar al de empujar. En el momento de soltar, los dedos se extienden completamente. El movimiento siguiente es hacia delante y hacia abajo.

Movimiento del tronco: El tronco permanece perpendicular al blanco durante el lanzamiento. La rotación del hombro, en el momento de lanzar, es escasa. Mientras ejecuta el tiro, se produce un ligero desplazamiento hacia atrás.

Movimiento de piernas y pies: Los pies permanecen quietos, a pesar de que puede producirse un pequeño desplazamiento sin finalidad durante la preparación para el lanzamiento.



Gráfico 22: Estadio Inicial de la Habilidad de Lanzar. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Elemental)

Movimiento de los brazos: El brazo es balanceado como preparación, primero hacia el costado y hacia arriba y luego hacia atrás en una posición de flexión a la altura del codo colocando la pelota por detrás de la cabeza. El brazo se desplaza hacia delante con un movimiento por encima del hombro. El impulso continúa hacia delante y hacia abajo. La muñeca controla el tiro y la pelota se encuentra más dirigida por los dedos.

Movimiento del tronco: Durante la fase de preparación, el tronco rota hacia el lado que ejecutará el tiro. Cuando el brazo comienza la acción de lanzar, el tronco rota dirigiéndose hacia atrás, hacia el lado contrario. El tronco se flexiona hacia delante, acompañando el movimiento hacia delante del brazo que arroja.

Movimiento de piernas y pies: El sujeto se adelanta con el pie correspondiente al mismo lado del brazo que realiza el movimiento. Se produce un desplazamiento hacia delante del peso del cuerpo.



Gráfico 23: Estadio Elemental de la Habilidad de Lanzar. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Maduro)

Movimiento de los brazos: El brazo se balancea hacia atrás preparándose para el tiro. El codo del mismo brazo se desplaza horizontalmente hacia delante a medida que se extiende. El pulgar rota hacia adentro y hacia abajo y termina apuntando hacia tierra. En el momento de soltar, los dedos se mantienen juntos.

Movimiento del tronco: En la fase preparatoria del tiro el tronco se encuentra marcadamente rotado hacia el lado que arroja y el hombro correspondiente levemente descendido. Cuando comienza el movimiento hacia delante el tronco rota a través de la cadera, columna y hombros. El hombro del lado que ejecuta el movimiento rota hasta colocarse en línea con el blanco.

Movimiento de piernas y pies: Durante la fase preparatoria del tiro, el peso descansa en el pie colocado atrás. A medida que el tronco rota, el peso es completamente desplazado en un paso hacia delante del pie contrario al lado que arroja.



Gráfico 24: Estadio Maduro de la Habilidad de Lanzar. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

Descripción del test para la habilidad de atajar

(Estadio Inicial)

Movimiento de la cabeza: Mientras se le arroja la pelota, se produce una reacción de rechazo marcado y la cabeza se aleja de pelota arrojada, o protegiéndose la cabeza con los brazos y manos.

Movimiento de los brazos: Los brazos se encuentran extendidos hacia delante con los codos en extensión. Se produce escaso movimiento de los brazos hasta que se establece contacto con la pelota. El patrón de atajar parece un movimiento de barrido circular en que el sujeto trata de dirigir la pelota hacia su pecho. El movimiento presenta escasa coordinación temporal.

Movimiento de las manos: Los dedos están tensos y extendidos. Durante este estadio del patrón de atajar hay escasa participación de las manos.

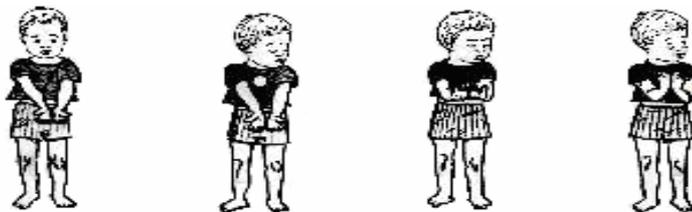


Gráfico 25: Estadio Inicial de la Habilidad de Atajar. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Elemental)

Movimiento de la cabeza: La reacción de rechazo se manifiesta solamente por el cierre de los ojos cuando se produce el contacto con la pelota.

Movimiento de los brazos: Los brazos se mantienen levemente flexionados frente al cuerpo. El niño intenta un contacto inicial con las manos, pero, al ser pobre la coordinación temporal, la pelota es atraída por ambos brazos hacia el cuerpo.

Movimiento de las manos: Preparándose para el lanzamiento, las manos se enfrentan. Los dedos se encuentran extendidos y apuntan con mayor precisión hacia la pelota, anticipándose al momento de atajar. Cuando se establece contacto con la pelota, las manos se cierran sobre ella en forma sucesiva, debido a la escasa coordinación temporal.

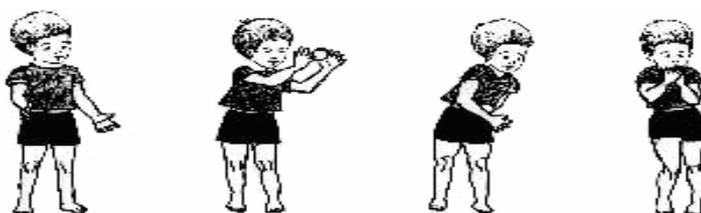


Gráfico 26: Estadio Elemental de la Habilidad de Atajar. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Maduro)

Movimiento de la cabeza: La reacción de rechazo ha desaparecido completamente. Los ojos siguen la trayectoria de la pelota, desde el momento en que la sueltan hasta que se establece el contacto final.

Movimiento de los brazos: Los brazos se encuentran flexionados a la altura de los codos y se mantienen relajados a los costados o frente al cuerpo esperando el tiro. Los brazos se encuentran flexionados a la altura de los codos y se mantienen relajados a los costados o frente al cuerpo esperando el tiro. Los brazos ceden al establecer contactos con la pelota como para absorber su impulso. Los brazos se adaptan a las variaciones (cambios de altura, por ejemplo) en la trayectoria de la pelota.

Movimiento de las manos: Las manos se unen con los pulgares y los meñiques, de acuerdo con cual sea la altura a la que es arrojada la pelota. En un movimiento bien coordinado, las manos toman en forma conjunta la pelota al establecer el contacto.



Gráfico 27: Estadio Maduro de la Habilidad de Atajar. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

Descripción del test para la habilidad de patear

(Estadio Inicial)

Movimiento de brazos y tronco: El movimiento de los brazos y del tronco es escaso, durante la acción de patear. El cuerpo permanece erguido, con los brazos a ambos lados o extendidos para mayor equilibrio.

Movimiento de las piernas: La pierna que patea presenta un balance limitado hacia atrás durante el momento preparatorio de la patada. El

movimiento hacia delante es corto y no hay impulso en ese sentido. Más que patear directamente la pelota, la pierna patea “hacia” la pelota.



Gráfico 28: Estadio Inicial de la Habilidad de Patear. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Elemental)

Movimiento de brazos y tronco: No se observan cambios

Movimiento de las piernas: La pierna que patea se dirige hacia atrás durante la fase preparatoria de la patada, la que parte de la rodilla. La pierna que ejecuta el movimiento tiende a permanecer flexionada hasta que se establece contacto con la pelota.



Gráfico 29: Estadio Elemental de la Habilidad de Patear. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

(Estadio Maduro)

Movimiento de brazos y tronco: Cuando se establece contacto con la pelota, el brazo del lado que efectúa el disparo tiende a balancearse en dirección anteroposterior, mientras que el otro brazo se desplaza desde una posición posterior o lateral hacia delante. El tronco se inclina a la altura del pecho durante el periodo de inercia.

Movimiento de las piernas: El movimiento de la pierna que ejecuta se inicia a la altura de la cadera, con la rodilla escasamente flexionada. La pierna se desplaza describiendo un arco amplio, y la pierna de apoyo se flexiona al establecer contacto con la pelota. Durante el momento de inercia, el pie de apoyo se flexiona sobre los dedos. El pie golpea con un impulso completo y alto.



Gráfico 30: Estadio Maduro de la Habilidad de Patear. Tomado de Habilidades Motrices Locomotoras y Manipulativas de Bruce A. Mc. Clenaghan y David L. Gallahue (1985).

Anexo: B

JARDÍN DE INFANCIA “ELOY PAREDES”

PREESCOLAR _____

PRUEBA: _____

EVALUADOR: _____

Instrumento de Evaluación

N°	Apellidos y Nombres	Intento I	Intento II	Intento III	TOTAL
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					

Anexo: C
HOJA DE VIDA

1. IDENTIFICACION:

Apellidos: _____ Nombres: _____
Lugar y Fecha de Nacimiento _____
Sexo: _____ Edad (años, meses) _____ Estatura _____ Peso _____
Direccion _____
Sector _____ Clase Social alta _____ media _____ baja _____
Vive con los padres (especifique) _____ Nro de hermanos _____
Nivel de estudio de los padres: Padre: _____ Madre: _____

2. ANTECEDENTES PERSONALES

Presenta alguna enfermedad (especifique) _____
Presenta algún problema motor _____
Usa lentes adaptados ___ Mano/pie diestro: Derecho: ___ Izquierdo: _____
Antecedentes de enfermedad de los padres: Padre: _____ Madre: _____

3. DATOS ESCOLARES

Nombre del instituto: _____
Direccion: _____
Dependencia: _____ Año Escolar: _____
Grado: _____ Sección: _____ Actuación Escolar: _____
Recibe clase de Educación Física: Si ___ No ___ N° de sesiones semanales: ___
Duración de cada sesión: _____
Espacio físico para la clase (especifique): _____
Nivel de estudios del profesor que imparte la clase de Educación Física (especifique): _____
Años de experiencia del profesor en el Área: _____

4. DATOS DEPORTIVOS.

Al niño le gusta realizar deporte: Si: ___ No: ___ ¿Cuál deporte?: _____
En horas fuera de la escuela, que actividad realiza: _____
Recreativo: _____ Sistemático: _____ N° de veces a la semana: _____
Nombre del centro de entrenamiento: _____
Deporte: _____ N° de sesiones semanales: _____
Nivel: _____ Categoría: _____

Anexo: D

ACTIVIDADES METODOLÓGICAS PROPUESTAS

En base a los resultados de esta investigación, se presenta una serie de actividades elaboradas por Requena (2001), las cuales tienen como objetivos primordiales el desarrollo de habilidades motrices básicas, que sirven para ser utilizadas por docentes de educación inicial en el área de Educación Física.

Habilidad Motriz: Andar

ACTIVIDAD # 1

Pasos de Gigantes y Enanos

Objetivo: Desarrollar la habilidad de andar por medio de movimientos simples.

Materiales:

- Espacio de trabajo

Desarrollo: los niños se desplazarán en el espacio de trabajo y de acuerdo a las sugerencias del docente caminarán a pasos largos (gigantes); pasos cortos (pequeños); pasos normales y pasos ligeros. (Gráfico 31)



Gráfico 31: Pasos de Gigantes y enanos.

ACTIVIDAD # 2

Caminando en el Espacio

Objetivos:

- Responder al auto-control
- Desarrollar la flexibilidad en los músculos de las piernas y en las articulaciones de los pies.

Materiales:

- Espacio de trabajo
- Cuerdas, libros, embases plásticos, cajas de cartón, borradores, etc.

Desarrollo: los niños se desplazarán libremente sobre el espacio de trabajo. Siguiendo las sugerencias del docente, caminarán hacia delante, hacia atrás y hacia los lados. Tomando en cuenta el nivel, la velocidad, la dimensión, la dinámica y la dirección. (Gráfico 32)



Gráfico 32: Caminando en el espacio.

ACTIVIDAD # 3

Caminando sobre la raya

Objetivo: Desarrollar el equilibrio dinámico y la coordinación en las piernas.

Materiales:

- Cuadernos, libros, tacos, etc.

Desarrollo: los niños en el sitio de trabajo, caminarán sobre una raya pintada en el piso, colocándose sobre la cabeza un objeto liviano.(Gráfico 33)



Gráfico 33: Caminando sobre la raya.

Habilidad motriz: Carrera

ACTIVIDAD # 1

A tener cuidado

Objetivo: desarrollar la carrera a un ritmo y velocidad determinada.

Materiales:

- Espacio de trabajo

Desarrollo: los niños en el espacio de trabajo caminan libremente. Después de ser incentivados realizan las acciones de: cruzar rápidamente la calle, correr porque está lloviendo, correr para llegar a tiempo al jardín o al parque, se mueven rápidamente porque están en una situación peligrosa, caminan despacio sin hacer ningún ruido porque está cerca de un hospital, se paran frente de una señal “pare” o con la luz roja de un semáforo. (Gráfico 34)



Gráfico 34: A tener cuidado.

ACTIVIDAD # 2

Caminar llevando las llantas

Objetivo: desarrollar fuerza en las piernas.

Materiales:

- Pelotas plásticas, de cuero, palitos de ganchos de tintorería.

Desarrollo: el docente motivará para que libre e independientemente golpeen con una de sus manos la pelota; lo pueden realizar de la siguiente manera: caminan rodando la pelota, luego en línea recta, en círculo. Después aumentan la velocidad, hasta llegar a correr libremente. (Gráfico 35)



Gráfico 35: Caminar llevando las llantas.

Habilidad motriz: Atajar.

ACTIVIDAD # 1

Atrapando las pelotas

Objetivo: desarrollar la agilidad y coordinación al momento de atajar diferentes tipos de objetos.

Materiales:

- Pelotas, pared despejada de obstáculos, silbato.

Desarrollo: los niños, en su sitio de trabajo, manipularán y realizarán las siguientes actividades caminando o parados: rebotar la pelota (usando una sola mano), pasar la pelota hacia arriba con una de sus manos y atrapar la misma con una o ambas manos, rebotar la pelota contra una pared y la atrapan con ambas manos. (Gráfico 36)



Gráfico 36: Atrapando las pelotas.

ACTIVIDAD # 2

¿Quién la atrapa?

Objetivo: desarrollar la agilidad y coordinación al momento de atajar diferentes tipos de objetos.

Materiales:

- Pelotas, banco, tabla, colchoneta

Desarrollo: los niños, se dividirán en grupos, unos parados sobre el banco, otros en el suelo y colocados a cierta distancia lanzarán y atraparán una pelota. (Gráfico 37)



Gráfico 37: ¿Quién la atrapa?.

Habilidad Motriz: Lanzar

ACTIVIDAD # 1

Encestar en las llantas

Objetivo: desarrollar la habilidad de lanzar con una y ambas manos.

Materiales:

- Pelotas pequeñas, llantas o cauchos.

Desarrollo: se dispersan las llantas sobre el espacio de trabajo y a cierta distancia se les pedirá a los niños que a una señal (un silbato) deberán tratar de introducir por medio de un lanzamiento la pelota en la llanta. (Gráfico 38)



Gráfico 38: Encestar en las llantas.

ACTIVIDAD # 2

A tumbar el obstáculo

Objetivo: desarrollar la fuerza muscular en los brazos.

Materiales:

- Botellas plásticas, latas de refrescos, pelotas hechas de trapos, bolsitas de aserrín.

Desarrollo: los niños en su sitio de trabajo, desde un lugar de lanzamiento y en posición de parados o sentados lanzan un objeto contra otros objetos fijos. Y logrando su objetivo buscan el objeto lanzado y vuelven a su sitio para intentarlo de nuevo. (Gráfico 39)



Gráfico 39: A tumbar obstáculos.

Habilidad Motriz: Patear

ACTIVIDAD # 1

Juego con mi pelota

Objetivo: desarrollar la coordinación oculo-podal

Materiales:

- Pelotas hechas de papel, pelotas hechas de trapo, envases plásticos.

Desarrollo: los niños en su espacio de trabajo, se desplazan libremente pateando una pelota o cualquier otro material que no represente peligro alguno para ellos. Dejar que los niños realicen la actividad sin mucha intervención del docente. (Gráfico 40)



Gráfico 40: Juego con mi pelota.

ACTIVIDAD # 2

Persiguiendo la pelota

Objetivo: desarrollar la flexibilidad y la potencia muscular en las piernas.

Materiales:

- Pelotas

Desarrollo: los niños sentados en hileras, uno de ellos (especialmente el primero), patea una pelota u objeto que no represente peligro, hasta un lugar determinado por el docente y los niños; siguen la dirección de la pelota hasta llegar al sitio y regresa en la misma forma al lugar de partida y se la entrega al compañero de turno, para que realice la misma actividad. (Gráfico 41)



Gráfico 41: Persiguiendo la pelota.

Habilidad Motriz: Salto

ACTIVIDAD # 1

El Canguro

Objetivo: desarrollar fuerza y resistencia en los pies y los gemelos.

Materiales:

- Mecates, tiza, palitos de gancho de tintorería, etc.

Desarrollo: los niños, libres e independientemente, saltarán sobre las formas geométricas grandes. Estas pueden ser pintadas o colocadas sobre el piso. (Gráfico 42)



Gráfico 42: El Canguro.

ACTIVIDAD # 2

Saltando los obstáculos

Objetivo: desarrollar la potencia muscular y la flexibilidad

Materiales:

- Libros, cajas, envases plásticos, platos plásticos o de cartón, palos de escobas, etc.

Desarrollo: los niños en su sitio de trabajo saltan sobre obstáculos de alturas similares y colocados a poca distancia. Puede ser con impulso o sin él. Practicar diferentes formas de salto y caída (usando ambos pies o un pie, cuando saltan y caen). (Gráfico 43)



Gráfico 43: Saltando los obstáculos.