

APORTES DE LOS JUEGOS TRADICIONALES AL DESARROLLO DE LA HABILIDAD  
MOTRIZ BÁSICA DE LANZAR EN LOS ESTUDIANTES DE BÁSICA PRIMARIA DEL  
CENTRO EDUCATIVO RURAL YARUMAL ALTA VISTA DEL MUNICIPIO DE SONSÓN  
(ANT)

SANTIAGO SUÁREZ FLÓREZ

MARY SOL LÓPEZ CHICA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE ORIENTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

RIONEGRO

2021

APORTES DE LOS JUEGOS TRADICIONALES AL DESARROLLO DE LA HABILIDAD  
MOTRIZ BÁSICA DE LANZAR EN LOS ESTUDIANTES DE BÁSICA PRIMARIA DEL  
CENTRO EDUCATIVO RURAL YARUMAL ALTA VISTA DEL MUNICIPIO DE SONSON  
(ANT)

MARY SOL LÓPEZ CHICA

SANTIAGO SUÁREZ FLÓREZ

Tesis de grado para la obtención del título en  
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes

Asesor

CARLOS ESCOBAR URREGO

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE ORIENTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

RIONEGRO

2021

NOTA DE ACEPTACIÓN

---

---

---

---

---

FIRMA DEL PRESIDENTE DEL JURADO

---

FIRMA DEL JURADO

---

FIRMA DEL JURADO

DD/MM/AÑO

## DEDICATORIA

En primer lugar, agradecemos a Dios por bendecirnos a diario y darnos el apoyo y fortaleza para luchar y ser cumplidores de nuestros sueños en este proceso de formación.

En segundo lugar, le damos gracias a nuestros padres por el apoyo y acompañamiento brindado siendo los principales promotores de nuestra formación.

A nuestro asesor de investigación Carlos Escobar Urrego por estar siempre presto y dispuesto a orientarnos en nuestro proyecto de grado, fortaleciendo nuestras capacidades intelectuales y afectivas.

A la Universidad Católica de Oriente por ofrecernos la oportunidad de formarnos como maestros a través de elementos teórico prácticos centrados en la adquisición de valores para tener una visión más humana de las realidades que debe enfrentar un docente.

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos el apoyo y acompañamiento de cada uno de los docentes en el proceso educativo, quienes con su saber posibilitaron la formación como maestros; en especial al asesor del presente proyecto de grado, Carlos Escobar Urrego, quien nos abrió el camino para transitar por los senderos de la cultura investigativa y pedagógica y para hacer de nuestro ser personas más humanas.

En este mismo orden de ideas, gracias infinitas a la Universidad Católica de Oriente por abrir las puertas a la construcción de nuestro proyecto de vida y darnos la oportunidad de ser personas transformadoras de contextos.

## TABLA DE CONTENIDO

1.	ANTECEDENTES	11
2.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	16
3.	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	18
4.	JUSTIFICACIÓN	19
5.	OBJETIVOS	21
	5.1. Objetivo General	21
	5.2. Objetivos Específicos	21
6.	MARCO TEÓRICO	22
	6.1. El juego	22
	6.1.1 Principales funciones del juego	23
	6.2. Los juegos, una posible taxonomía	24
	6.2.1 Juegos activos	24
	6.2.2 Juegos pasivos	24
	6.2.3 Juegos competitivos	24
	6.2.4 Juegos de rol	25
	6.2.5 Juegos Populares	25
	6.3. Los juegos tradicionales	25
	6.4. Habilidades motrices básicas	27
	6.4.1 Clasificación de las habilidades motrices básicas	28
	6.5. Lanzamiento	29
	6.5.1 Definiciones De Lanzamientos	31
	6.5.2 Desarrollo motor específico en la habilidad de lanzamiento	32
	6.6. La Importancia de las habilidades motrices básicas	33
	6.6.1 ¿Cómo implementar las habilidades motrices básicas?	34
	6.7. Descripción del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista	35
	6.7.1 Caracterización histórica	35
	6.7.2 Creación de la escuela Industrial	36

6.8. Generalidades de la Institución	37
6.9. Horizonte institucional	37
6.10. Misión	38
6.11. Visión	39
6.12. Objetivo a nivel institucional	39
6.13. Metas institucionales	40
6.13.1 Gestión directiva	40
6.14. Origen del nombre de la vereda	41
6.15. Situación geográfica y localización	41
6.15.1 Relieve	41
6.15.2 Hidrografía	42
6.15.3 Climatología	42
6.15.4 Vegetación	42
7. DISEÑO METODOLÓGICO	43
7.1. Tipo y enfoque de investigación	43
7.2. Paradigma	43
7.3. Alcance del estudio	44
7.4. Diseño	44
7.5. Población y muestra	45
7.6. Instrumentos	46
8. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	47
8.1. Resultados del Test inicial y final de lanzamiento modificado con valoración de mano dominante.	47
8.2. Guía didáctica	67
8.3. Plan de actividades	68
8.4. Consideraciones éticas	79
9. CONCLUSIONES	81
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	82
ANEXOS	85
Anexo 1. Rúbricas del test inicial y final de lanzamiento modificado con valoración de mano dominante.	85
Anexo 2. Registros fotográficos	86

## LISTA DE GRÁFICAS

Gráfica 1. Extensión del codo y flexión del hombro al ejecutar la acción, inicial.	47
Gráfica 2. Extensión del codo y flexión del hombro al ejecutar la acción, final.	48
Gráfica 3. Movimiento de la muñeca, inicial.	50
Gráfica 4. Movimiento de la muñeca, final.	50
Gráfica 5. Posesión y colocación de la pelota, inicial.	52
Gráfica 6. Posesión y colocación de la pelota, final.	52
Gráfica 7. Rompimiento de fuerza de inercia, inicial.	54
Gráfica 8. Rompimiento de fuerza de inercia, final.	54
Gráfica 9. Movimiento de empuje y pie de pivot, inicial.	56
Gráfica 10. Movimiento de empuje y pie de pivot, final.	56
Gráfica 11. Realiza una aceleración máxima del tronco, inicial.	58
Gráfica 12. Realiza una aceleración máxima del tronco, final.	59
Gráfica 13. Lanza la pelota por encima del hombro, inicial	60
Gráfica 14. Lanza la pelota por encima del hombro, final.	61
Gráfica 15. Mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad, inicial.	62
Gráfica 16. Mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad, final.	63
Gráfica 17. Posición de los pies al lanzar, inicial.	64
Gráfica 18. Posición de los pies al lanzar, final.	65
Gráfica 19. Movimientos de acción encadenados, inicial.	66
Gráfica 20. Movimientos de acción encadenados, final.	66



## LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Rejilla de la guía didáctica	68
Tabla 2	Rúbrica de evaluación del test inicial	85
Tabla 3	Rúbrica de evaluación del test final	86

## LISTA DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 Test inicial de lanzamiento	86
Ilustración 2 Test inicial de lanzamiento	87
Ilustración 3 Test inicial de lanzamiento	87
Ilustración 4 Test inicial de lanzamiento	87
Ilustración 5 Test inicial de lanzamiento	88
Ilustración 6 Test final de lanzamiento	88
Ilustración 7 Test final de lanzamiento	88
Ilustración 8 Test final de lanzamiento	89

## 1. ANTECEDENTES

En los primeros años de vida es cuando se deben fortalecer las habilidades motrices básicas, las cuales toman un papel protagonista. Siendo en este tiempo, cuando los niños y las niñas experimentan una gran cantidad de desafíos. Gracias a los deseos y motivaciones de cada niño y a los esfuerzos que irán realizando por interactuar con el entorno (objetos, espacio) y con actores principales como la mamá, el papá, los hermanos y diferentes agentes educativos, desarrollarán distintas habilidades y destrezas motoras acordes a su edad cronológica. Con cada habilidad adquirida sus oportunidades de aprendizaje se multiplican, siendo capaces de explorar un espacio mayor, entrar en contacto con un mayor número de elementos y personas que conforman su entorno natural.

Cuando el desarrollo de las habilidades motrices básicas no se da según lo esperado, es necesario acudir a profesionales especializados en atención temprana (fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, especialistas en psicomotricidad, licenciados en Educación Física, Recreación y Deporte), donde podrán valorar las necesidades del niño y establecer un tratamiento para dar orientación a la escuela y a la familia.

A continuación, se relacionan diferentes autores que nos permite analizar a profundidad como se pueden desarrollar la habilidad motriz básica de lanzar a través de los juegos tradicionales, en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal alta vista del municipio de Sonsón (Ant)

Entre los primeros antecedentes se encuentra el siguiente informe de (Pérez Chochos, Los juegos tradicionales infantiles de persecución y su influencia en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de 4 años de edad de la unidad Educativa "Hispano América" del Canton Ambato, Abril, 2015) “los juegos tradicionales infantiles de persecución y su influencia en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de 4 años de edad de la unidad educativa “hispano

américo” del cantón Ambato, cuyo objetivo principal es determinar la influencia de los juegos tradicionales infantiles de persecución en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de 4 años de edad de la Unidad Educativa “Hispano América” del Cantón Ambato. La conclusión a la que se llega es que, al diagnosticar la motricidad gruesa de los niños de 4 años de edad a través del Test de Desarrollo de Nelson Ortiz, se obtuvo un parámetro de alerta en al Área Motora Gruesa, evidenciando un retraso en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños. (Pérez Chochos, Los juegos tradicionales infantiles de persecución y su influencia en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de 4 años de edad de la unidad Educativa "Hispano América" del Canton Ambato, Abril, 2015)

En el siguiente trabajo “Los juegos tradicionales como estrategia didáctica, para el desarrollo motor de los patrones básicos (lanzar y atrapar) en los niños de 101 del colegio IED Robert F. Kennedy, sede B jornada tarde” cuyo objetivo general es determinar la incidencia de los juegos tradicionales como estrategia didáctica, en los patrones básicos (lanzar y atrapar) en los niños de 101 del colegio IED Robert F. Kennedy jornada tarde, su diseño metodológico es de tipo evaluativo y presenta un enfoque cualitativo, se diseñó un test para determinar el desarrollo motor en los patrones básicos de lanzar y atrapar y el diario de campo, el cual les permitió recolectar la información que se vivenció, de esta manera se logra registrar todos los hechos que sean importantes durante la aplicación de una investigación o durante el proceso. Los resultados del test de lanzar, se encontró una mejora significativa en cada una de las fases del movimiento descrito en el test, en donde se logró determinar que los niños de estar realizando un movimiento rudimentario lograron desarrollarlo y pasar de realizar lanzamientos rudimentarios a unos lanzamientos maduros y ejecutados mejor, por gran parte de los niños. (Jesús David Ramírez Rodríguez, 2018)

En el siguiente proyecto de investigación a nivel nacional “Fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar por medio de juegos tradicionales en los niños y

niñas de 5 a 10 años de la institución educativa Sochaquira abajo sede Guaquira – Guayata Boyacá” esta investigación es de enfoque cuali-cuantitativo, igualmente muestra la necesidad de utilizar nuevas estrategias en la cual formularon una cartilla, con el fin de tener un impacto en las habilidades básicas de los niños de 5 a 10 años en el trabajo de investigación implementaron el instrumento del test de bruce A. M.C .Clenaghan y David. L Gallahue al principio y al final donde se pudieron dar de cuenta que los estudiantes mejoraron un 50% (Cincuenta Porcientos) implementando los juegos tradicionales para poder llegar a los reputados deseados fue el manejo adecuado de las 4 unidades la primera es la activación neuromuscular la segunda la habilidad del correr, la tercera unidad es la habilidad de saltar, la cuarta unidad y última es la habilidad de lanzar. (Guerrero, “Fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar por medio de juegos tradicionales en los niños y niñas de 5 a 10 años de la institución educativa Sochaquira abajo sede Guaquira – Guayata Boyacá, 2014)

En el siguiente artículo “habilidades motrices básicas” se definen las habilidades motrices básicas como el conjunto de movimientos fundamentales y acciones motrices que surgen en la evolución humana de los patrones motrices, teniendo su fundamento en la dotación hereditaria (genética). Las habilidades motrices básicas se apoyan para su desarrollo y mejora en las capacidades perceptivo motrices, evolucionando con ellas. Son decisivas para el desarrollo de la motricidad humana, justifica nuestro interés por ellas y su presencia dentro de la educación física. (BASCÓN, diciembre 2010)

En la siguiente investigación, que se acerca al trabajo que se realiza, “Estimulación de la habilidad motriz básica del salto por medio de juegos tradicionales y populares” cuyo objetivo principal fue conocer cómo la práctica de juegos tradicionales y populares pueden estimular la habilidad motriz básica del salto en los niños y niñas de primera infancia en el CDI Arcoíris de Sueños en el municipio de La Unión. esta investigación tendrá un alcance correlacional debido a

que se identificará el grado de asociación que existe entre dos o más variables en un contexto, buscará identificar la relación que existe entre la estimulación de la habilidad motriz básica del salto con el desarrollo de esta misma. Se tomó una muestra del CDI Arcoíris de Sueños y se evaluó el impacto que tienen los juegos tradicionales y populares en esta población. Los métodos que se llevaron a cabo para realizar la investigación fueron diferentes, debido a que la investigación llevó un enfoque mixto, por lo que se necesitaron técnicas desde una perspectiva cualitativa para recolectar la información, es el caso de la observación y técnicas de orientación cuantitativa, aplicación de un test pedagógico y una rúbrica de evaluación, al inicio y al final del proceso. La intervención se realizó dos veces por semana, durante seis semanas, realizando actividades de juegos tradicionales y populares con los niños. Se evidenció, una vez finalizada la intervención que, mediante la práctica de juegos tradicionales y populares, todos los niños mejoraron uno o más criterios en la ejecución del salto de longitud. (Alexis Darío García Montes, 2020)

En la siguiente revista digital “los juegos tradicionales y sus proyecciones pedagógicas” Al hablar de juegos tradicionales nos referimos a aquellos juegos que, desde muchísimo tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación en generación, siendo transmitidos de abuelos a padres y de padres a hijos y así sucesivamente, sufriendo quizás algunos cambios, pero manteniendo su esencia. Son juegos que no están escritos en ningún libro especial ni se pueden comprar en ninguna juguetería (quizás solo algunos elementos). Son juegos que aparecen en diferentes momentos o épocas del año, que desaparecen por un período y vuelven a surgir. (Ofele, marzo. 1999)

En el siguiente trabajo de grado, propuesta didáctica, para el mejoramiento de las habilidades básicas motrices lanzar y atrapar, en niños y niñas del grado 302 de primaria en el colegio IED Robert Francis Kennedy jornada tarde, cuyo objetivo general era Determinar la incidencia de la propuesta didáctica en relación a las habilidades básicas motrices lanzar y atrapar en niños y niñas del colegio IED Robert Francis Kennedy grado 302 jornada tarde, Se pudo

diagnosticar a través del test de Wickstrom sobre habilidades básicas motrices lanzar y atrapar, el estadio motor de estas habilidades, y por medio de los resultados y análisis de este test se pudo concluir que los niños de esta población no cumplían con los ítems establecidos en el test y que la problemática existía mediante los análisis de los resultados y conclusiones de la primera aplicación del test (John Edison Romero Díaz, 2015)

Asimismo se encontró una relación estrecha con el trabajo Propuesta Didáctica Desde la Clase de Educación Física para Mejorar las Habilidades Básicas Motrices (lanzar y atrapar) en los Niños del Grado Tercero del Colegio Nydia Quintero de Turbay Jornada Tardero propuesta Didáctica Desde la Clase de Educación Física para Mejorar las Habilidades Básicas Motrices (lanzar y atrapar) en los Niños del Grado Tercero del Colegio Nydia Quintero de Turbay Jornada Tarde, cuyo objetivo principal fue desarrollar una propuesta didáctica desde la clase de educación física para mejorar las habilidades básicas motrices (lanzar y atrapar) por medio del último frisbee en los niños de 7-9 años del colegio Nydia Quintero de Turbay, la cual, se hace necesario el empleo de una metodología cualitativa y cuantitativa, dado que permite la comprensión del problema objeto de estudio y por medio de la recolección de datos y presentación de la información se obtiene un componente estadístico y análisis del mismo. Se identificó por medio de la observación falencias en habilidades motrices básicas que se presentan en los estudiantes, desarrollando una unidad didáctica con la participación activa de los estudiantes orientados desde el eje temático de Educación Física. (Julián Felipe Garzón Cazallas, 2019)

## 2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista Del Municipio De Sonsón, se encuentra ubicado en el departamento de Antioquia, este Centro Educativo cuenta con 9 estudiantes incluyendo preescolar y básica primaria, donde se atienden de manera integral.

Las habilidades motrices básicas se utilizan en los niños y niñas de manera cotidiana, la aplican al correr, saltar, o al jugar con la pelota, mediante estos juegos los niños desarrollan habilidades correspondientes a las diferentes áreas, siempre y cuando haya una correcta orientación y estimulación de los procesos básicos para la adquisición de logros posteriores.

Se ve la necesidad de implementar estrategias que ayuden a fortalecer y desarrollar adecuadamente la habilidad motriz básica de lanzar a través de los juegos tradicionales, los cuales cobran gran relevancia en la cotidianidad, se evidencia que el Centro Educativo es carente de materiales y recursos que son necesarios para la ejecución de ciertas actividades que puedan permitir el desarrollo de esta habilidad motriz, también se percibió que los niños y niñas son carentes en la adquisición de las habilidades motrices básicas, no coordinan, caen con mucha facilidad cuando saltan, trotan, corren, no lanzan ni capturan adecuadamente, lo cual los lleva a que sufran fuertes caídas.

Esta problemática se enfatiza dado a que la educación física no es tomada en cuenta como parte fundamental y no se realiza de una manera dirigida y continua, , la educación física es vista como juego libre, pues muchas instituciones educativas no cuentan con personal idóneo, lo cual carecen de información teórica que cumpla con las competencias y habilidades para tal fin, así mismo los padres de familia son desconocedores de las diferentes estrategias que se pueden llevar acabo para el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas.



Dicho lo anterior, se hace necesario poner en práctica algunas estrategias metodológicas que ayuden al desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar a través de los juegos tradiciones alcanzando un desarrollo integral de cada estudiante.

### 3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es el aporte de los juegos tradicionales al desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón (Ant)?

#### 4. JUSTIFICACIÓN

Con el presente proyecto de investigación de intervención y participación, se pretende analizar el aporte de la práctica de los juegos tradicionales al desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar, en los estudiantes de básica primaria del Centro educativo Rural Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón

Se articulan los juegos tradicionales en el Área de Educación Física Recreación y Deportes, los cuales facilitan el desarrollo individual, aumenta la posibilidad del trabajo en equipo, la creatividad, el desarrollo de la imaginación, la concentración, la expresión de sentimientos, la solución de problemas y también aportan significativamente en la formación integral de cada individuo, ayudan a tener prácticas de inclusión y participación en el campo de acción. Con los juegos tradicionales se pretende implementar diferentes estrategias, las cuales permiten el fortalecimiento de diferentes movimientos o gestos básicos del cuerpo de una manera lúdica e interactiva con el medio social, la importancia de la coordinación viso manual para profundizar en el lanzamiento con mano dominante, llevando a cabo una serie de patrones básicos para estos movimientos y de esta manera contribuir al alcance de los mismos.

El juego cumple un papel fundamental en los diferentes contextos culturales de interacción de todo ser humano e independientemente su sexo, edad, raza y origen. Es por ello que el juego debe implementarse desde los primeros años de vida, donde el individuo desarrolle su coordinación, lo cual le permita en años superiores movimientos precisos y eficaces en los diferentes contextos de interacción. El juego es el medio más eficaz por el cual cada individuo puede interactuar con el otro, y es así como el juego se transforma en un proceso de exploración y descubrimiento así mismo, a reconocerse y a formar su personalidad.

El desarrollo de esta investigación tiene gran relevancia, y es importante tanto para la comunidad estudiantil como para los docentes en formación, ya que busca a través de los juegos

tradicionales el desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar, para así lograr el desarrollo integral de cada estudiante, además mejorar aptitudes que le permitan la interacción consigo mismo y con los demás, en los diferentes contextos físicos y sociales.

Es de resaltar que se ve la necesidad de implementar estrategias que ayuden a el fortalecimiento de la adquisición de la habilidad motriz básica de lanzar a través de los juegos tradicionales en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón (Ant) ya que se evidencia la carencia de propuestas pedagógicas que articulen el trabajo pedagógico en esta edad escolar con prácticas intencionadas para la adquisición, desarrollo y fortalecimiento de las de las habilidades motrices básicas.

En el trabajo pedagógico con los niños y niñas se requiere de docentes que estimulen y favorezcan actividades que potencien el desarrollo, por lo tanto, esta investigación será una oportunidad para contribuir desde la formación al quehacer educativo.

## 5. OBJETIVOS

### 5.1. Objetivo General

Analizar el aporte de la práctica de los juegos tradicionales al desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar, en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón (Ant)

### 5.2. Objetivos Específicos

Diagnosticar la habilidad motriz básica de lanzar, por medio de un test aplicado (modificado) en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón (Ant)

Diseñar una propuesta didáctica basada en los juegos tradicionales al desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar, en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón (Ant)

Ejecutar la propuesta didáctica basada en los juegos tradicionales al desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar, en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón (Ant)

Evaluar el impacto de la aplicación de la propuesta didáctica basada en los juegos tradicionales al desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar, en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón (Ant)

## 6. MARCO TEÓRICO

Es importante tener en cuenta algunos conceptos claros, los cuales darán validez al desarrollo del proyecto “Aportes de los juegos tradicionales al desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón (Ant)”

En la búsqueda de información para el sustento y soporte de la investigación se hallan diferentes posturas que en su conjunto hacen alusión a las habilidades motrices básicas desde la relación a los juegos tradicionales, que se refiere al hecho de que el factor corporal modifica el estado psíquico, es decir que todas aquellas experiencias motoras que ofrezcamos al niño ayudarán a que fije nuevas habilidades y de esta manera se fortalezca las antes aprendidas.

### 6.1. El juego

“El Juego es una actividad necesaria para los seres humanos teniendo suma importancia en la esfera social, puesto que permite ensayar ciertas conductas sociales; siendo, a su vez, una herramienta útil para adquirir y desarrollar capacidades intelectuales, motoras o afectivas. Todo ello se debe realizar de forma gustosa y placentera, sin sentir obligación de ningún tipo y con el tiempo y el espacio necesarios”. (Educación, 2011).

El juego es entonces fundamental en cada uno de los procesos del ser humano, principalmente se hace necesario estimularlo desde las primeras etapas, puesto que aquí es donde los niños y las niñas descubren sus habilidades corporales en las interacciones repetitivas y placenteras con los diferentes objetos del medio social, el juego hace parte de la exploración, el descubrimiento, la creación, la imaginación, la creatividad. “De otra parte, el juego es un lenguaje natural porque es precisamente en esos momentos lúdicos en los que la niña y el niño sienten mayor necesidad de expresar al otro sus intenciones, sus deseos, sus emociones y sus sentimientos”. (Educación, 2011)

Se tiene en cuenta la teoría constructivista de Vigotsky, según sus propias palabras “El juego es una realidad cambiante y sobre todo impulsadora del desarrollo mental del niño, concentrar la atención, memorizar y recordar se hace, en el juego, de manera consiente, divertida y sin ninguna dificultad” (Vygotzky, 1896 - 1934)

El juego es una de las técnicas más utilizadas para el aprendizaje en cualquier área y en las diferentes etapas de la vida, desde los primeros años de vida nos socializamos con los demás a través recreativas o juegos grupales. Se entiende entonces como juego toda aquella actividad de recreación realizada por los seres humanos con la intención divertirse, además de esto, en los últimos tiempos los juegos han sido utilizados como herramientas de enseñanza en las instituciones educativas, ya que de esta forma se incentiva a los estudiantes a participar del aprendizaje al mismo tiempo que se divierten. (Emerson David Barboza Barboza, 2019)

Adicional a lo anterior el juego no solo genera diversión en las personas que los implementan, también ayudan a incentivar el desarrollo cognitivo, en el caso de los juegos que requieren de ingenio. El ejercicio físico también es otro de los aportes que presentan los juegos, lo que ayuda al individuo a tener un mayor nivel de resistencia en cuanto a actividades físicas se refiere e inclusive a mejorar su estado de salud. (Emerson David Barboza Barboza, 2019)

#### 6.1.1 Principales funciones del juego

Los juegos son considerados importantes en el desarrollo de la vida de las personas, ya que en algún momento de su existencia ha sido participe de alguna de estas actividades, ayudando a incentivar las diferentes áreas del desarrollo del niño o niña que actúa dentro del juego ayuda a ampliar las capacidades motoras y a descubrir nuevas sensaciones.

A nivel cognitivo se estimula la capacidad de razonamiento, la imaginación y la creatividad, en el ámbito social enseña al niño a regirse por una serie de normas ya impuestas,

desarrolla la responsabilidad y el autocontrol además de fomentar la participación y la cooperación con los demás. (Emerson David Barboza Barboza, 2019)

## 6.2. Los juegos, una posible taxonomía

Para (Emerson David Barboza Barboza, 2019), En el mundo existen una gran cantidad de tipos de juegos, que se diferencian entre sí por la forma y los implementos utilizados para su correcta ejecución, pero el objetivo principal sigue siendo el mismo, la de divertir a quienes los practican, entre las principales modalidades conocidas se pueden mencionar los siguientes:

### 6.2.1 Juegos activos

Son aquellos donde se involucra la actividad física y el pensamiento, lo que significa que se conjuga la mente con su entorno muscular permitiendo un perfecto funcionamiento del cuerpo humano. (Emerson David Barboza Barboza, 2019)

### 6.2.2 Juegos pasivos

Son juegos donde la actividad física no es fundamental y se valora mucho más el razonamiento lógico, este tipo de juegos en su mayoría son de observación, de mesa, juegos de tableros, de cartas, condados, de escritura o lectura, de armar, son los que donde los procesos mentales son fundamentales. (Emerson David Barboza Barboza, 2019)

### 6.2.3 Juegos competitivos

Son aquellos en donde varias personas participan de manera individual y cuya finalidad es alcanzar una determinada meta o un logro, en este tipo de juegos se impone el objetivo personal e individual por encima del colectivo, midiendo el esfuerzo y las capacidades entre los competidores, se excluye totalmente los objetivos y los logros de los demás participantes puesto que el fin es alcanzar el éxito con el fracaso de los demás (Emerson David Barboza Barboza, 2019)



#### 6.2.4 Juegos de rol

Son conocidos comúnmente como juegos de simulación, se consideran una experiencia con herramientas de desarrollo imaginativo y destreza, con una infinidad de materiales de apoyo, fomentando la socialización entre diferentes personas, de distinto sexo y edades, como un aprendizaje activo. Puesto que se debe a un aporte sobre ensayo y error se aprende de manera experiencial. (Emerson David Barboza Barboza, 2019)

#### 6.2.5 Juegos Populares

“Estos juegos van pasando de generación tras generación y forman parte de la cultura de los pueblos, normalmente son juegos espontáneos, creativos y motivadores.” (Emerson David Barboza Barboza, 2019)

Los autores antes mencionados hacen alusión al juego, pues si bien, el juego es fundamental en todas las etapas del ser humano, pero principalmente en las primeras, pues ahí es donde el niño o la niña manifiestan el desarrollo de las diferentes habilidades motrices y a través de los diferentes objetos del medio social, mediante el juego el niño, crea, imagina, explora, descubre, igualmente manifiesta sus emociones, sus deseos, sus miedos, sus intenciones. Asimismo, por medio del juego cada docente en su área del saber puede y se hace necesario la implementación del mismo, a través de actividades intencionadas que lleve tanto a los docentes como a los estudiantes a espacios de interacción y socialización con sus pares, con el fin de tener resultados significativos y placenteros, tanto en el desarrollo intelectual, afectivo y motor.

#### 6.3. Los juegos tradicionales

“Los juegos tradicionales son aquellos que se han conocido de generación en generación y que son conocidos en todas las regiones, en algunos con adaptaciones, también son conocidos en algunos países con otras variables, son en su mayoría realizados sin ningún tipo de elementos,

solo utilizando su propio cuerpo o elementos propios de la naturaleza como piedras, palos, etc”  
(Anagel Rafael Polo Guerrer, 2019)

“los juegos tradicionales son tradiciones lúdicas de nuestros antepasados que van pasando de generación en generación y que cada día debemos dejar huella de cada uno de estos juegos para mantener vivas todas aquellas tradiciones y no dejarlas perder” (Guerrero, fortalecimiento de las habilidades basicas motoras correr, saltar y lanzar por medio de juegos tradicionales en los niños y niñas de 5 a 10 años de la institución educativa Sochaquira Abajo, Sese Guajira\_Guayatá "Boyaca", 2014)

Al hablar de juegos tradicionales nos referimos a aquellos juegos que, desde muchísimo tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación en generación, siendo transmitidos de abuelos a padres y de padres a hijos y así sucesivamente, sufriendo quizás algunos cambios, pero manteniendo su esencia. Al hablar de juegos tradicionales nos referimos a aquellos juegos que, desde muchísimo tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación en generación, siendo transmitidos de abuelos a padres y de padres a hijos y así sucesivamente, sufriendo quizás algunos cambios, pero manteniendo su esencia. (Zuluaga, 2019)

Los juegos tradicionales estaban en las culturas antiguas en donde el pueblo guardaba su producción espiritual en cierto periodo histórico. Cada juego tradicional muestra las diferentes estructuras sociales y culturales de una determinada región, por ello todos los juegos son diferentes en todas las regiones es decir pueden llamarse diferente pueden tener reglas diferentes y se puede jugar en un lugar diferente. (Zuluaga, 2019)

Los autores antes mencionados nos hacen una amplia conceptualización acerca de los juegos tradicionales, los cuales cobran gran relevancia en el devenir de la existencia del ser humano, igualmente, los juegos tradicionales son aquellos que a pesar de un largo periodo de

tiempo no han desaparecido, siguen subsistiendo y se transfieren de generación en generación, los cuales se pueden adaptar independientemente el contexto sociocultural.

Ahora bien, con los juegos tradicionales se desarrollan una gran cantidad de habilidades y conductas motrices que ayudan a la superación personal y colectiva de cada individuo, facilitándole la creatividad, la imaginación, la concentración, la resolución de problemas, la expresión de emociones. A su misma vez aportan significativamente en la formación integral de cada individuo ayudando a tener prácticas de inclusión y participación en el campo de acción.

#### 6.4. Habilidades motrices básicas

“El concepto de habilidad motriz en Educación Física, considera una serie de acciones motrices que son propias de la cotidianidad de cada persona, tales como correr, saltar, recepcionar, girar, marchar y lanzar, las cuales son habilidades perceptivas y que son inherentes al ser humano” (Julio Cesar Restrepo, 2018)

Teniendo en cuenta el apartado anterior, se concibe las habilidades motrices básicas como las actividades que se realizan en el día a día, las cuales se pueden fortalecer mediante actividades intencionadas. Por consiguiente, es de suma importancia generar los espacios adecuados y los estímulos precisos para que el niño pueda alcanzar su madurez de forma progresiva, a la par con su desarrollo biológico, cognitivo y psicológico. De esta forma no solo se llevaría un control sobre su desarrollo y crecimiento, sino que a través de los cambios manifestados sobre cada una de las habilidades se pueden establecer características generales a través de las cuales se facilite de forma clara, pertinente y oportuna la observación del movimiento y el diagnóstico de dificultades. (Ramirez, 2015)

Son un conjunto de movimientos fundamentales y acciones motrices que surgen en la evolución humana de los patrones motrices, teniendo su fundamento en la dotación hereditaria (genética). las habilidades motrices básicas se apoyan para su desarrollo y mejora en las

capacidades perceptivo motrices, evolucionando con ellas. Son decisivas para el desarrollo de la motricidad humana, justifica nuestro interés por ellas y su presencia dentro de Educación Física Básica. (Báscon, 2010)

El concepto de Habilidad Motriz Básica en Educación Física viene a considerar toda una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Estas habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento al mismo tiempo que evolucionan conjunta y yuxtapuestamente. (Vanessa Cidoncha Falcón, Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio, 2010)

Las habilidades motrices básicas, son aquellas familias de habilidades, amplias, generales, comunes a muchos individuos (por tanto, no propias de una determinada cultura) y que sirven de fundamento para el plan aprendizaje posterior de nuevas habilidades más complejas, especializadas y propias de un entorno cultural concreto. (Flores, 2000)

Las habilidades motrices son aquellas que se deben tratar de desarrollar a través del movimiento corporal en edades tempranas, para tratar de solventar diferentes problemas e inconvenientes que se le puedan presentar a lo largo de la vida y en cualquier contexto, las cuales además tienen una clasificación que permiten su ejecución de acuerdo a los requerimientos establecidos, por cada una de ellas. (Julián Felipe Garzón Cazallas, 2019)

#### 6.4.1 Clasificación de las habilidades motrices básicas

Habilidades locomotrices: Estas habilidades se caracterizan porque en ellas se presenta el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, y en su desarrollo se interrelacionan los diferentes elementos espaciales: direcciones, planos y ejes. Las habilidades locomotrices se adquieren y desarrollan en forma automática, ya que son movimientos naturales y heredados, sobre los que se pueden desarrollar varias habilidades fundamentales, habilidades que con el crecimiento

del individuo van madurando y se van diversificando en varias formas, de acuerdo con los factores externos que influyen en la especialización motriz de cada niño. (física)

Habilidades manipulativas: Estas habilidades son movimientos de manipulación gruesa y fina. Se caracterizan por la capacidad de imprimir fuerza a los objetos o personas y recibir y amortiguar la misma de los objetos y personas con quienes se interactúa, en la medida que se perfeccionan hay una mayor participación de las capacidades perceptivo motrices y coordinativas, las que imprimen la base del componente cualitativo. (física)

Habilidades de estabilidad: Estas habilidades suponen el desarrollo de la capacidad perceptivo motriz de adecuación y adaptación espacio-temporal del cuerpo y la participación de las capacidades físico motrices (condicionales y coordinativas) para lograr superar la fuerza de gravedad, y así realizar eficazmente las tareas motrices que se requieren en las acciones propuestas. Son habilidades motrices, en las que se trata de mantener una estabilidad del equilibrio estático y dinámico ante una situación o tarea motriz propuesta, y el equilibrio se logra por medio de un adecuado ajuste postural que resuelva eficazmente el problema planteado. (física)

En base a los autores antes referenciados, las habilidades motrices básicas del ser humano se conciben desde el nacimiento y se van desarrollando a medida que el individuo va adquiriendo el proceso de crecimiento y desarrollo, se pueden ver reflejadas en los diferentes movimientos o acciones motrices del día a día, es por ello, que es importante fortalecerlas y seguir contribuyendo a la adquisición de las mismas, a través de clases intencionadas, para que el niño o la niña logre con precisión patrones motrices, el cual facilitara el descenso del impedimento en el momento que haya que aprender o practicar habilidades más difíciles o complejas. Las habilidades motrices básicas nos permiten el desplazamiento, el jugar, trabajar, las relaciones interpersonales, el trabajo en equipo.

## 6.5. Lanzamiento

El lanzamiento es una habilidad motriz que está presente desde el nacimiento, es por esto que a continuación se presentan las definiciones de algunos autores que permiten profundizar en el tema.

“Se denomina lanzamiento al proceso mediante el cual se le imprime una fuerza a un objeto determinado a efectos de impulsarlo. El lanzamiento implica la voluntad humana en la puesta en práctica de este proceso.” (Ramos, 2014)

El lanzamiento involucra una serie de movimientos encadenados que nos permiten realizar una acción, estas acciones se pueden llevar a cabo mediante la utilización de objetos externos, ya sean naturales o artificiales, con los cuales se aplican movimientos en nuestras articulaciones en los que se incorporan grandes grupos musculares para la ejecución del lanzamiento.

Desde el nacimiento se presenta esta habilidad motriz que es denominada como una habilidad básica que todo ser humano posee de forma innata y al paso del tiempo puede perfeccionarla y utilizarla como medio de soporte en algunos deportes que se requieran, cuando hablamos de la voluntad de aplicar este movimiento se puede enfatizar en la fuerza que se puede emplear al impulsar un objeto, también la capacidad espacio temporal para medir la distancia a la que llegará el objeto.

Por otro lado, el lanzamiento es definido como “la acción y efecto de lanzar o lanzarse (arrojar, saltar, dejar libre). El término tiene múltiples significados según el contexto.” (Julián Pérez Porto y Ana Gardey, 2011).

Esta definición brinda dos conceptos claves que ayudan a tener un conocimiento más amplio de las palabras relacionadas con el lanzamiento, cuando se habla de lanzar se refiere a la acción de impulsar un objeto determinado desde un punto fijo a otro lugar sin especificar la fuerza, la distancia o la velocidad en la que se desplazara el objeto lanzado.

El segundo concepto será de gran ayuda para entender el lanzamiento, hace un énfasis en emplear nuestro propio cuerpo para ejecutar una acción cuando hacemos un movimiento; ejemplo cuando saltamos de una superficie a otra a esto se le denomina lanzarse, también cuando aplicamos una fuerza a un objeto que se encuentra estático y lo empujamos para caer a otro espacio.

#### 6.5.1 Definiciones De Lanzamientos

Para definir el lanzamiento desde la educación física se abordan conceptos claves, los que a continuación se presentan.

Los lanzamientos y las recepciones pertenecen al ámbito de las habilidades y destrezas motrices básicas, y por lo tanto podemos definirlos (en el ámbito de la educación física) como capacidades adquiridas por aprendizaje para realizar una serie de acciones con las que se logra un objetivo pretendido, con el mínimo gasto de energía y/o tiempo.” (Abreu, 2015)

Como se nombra anteriormente, la habilidad de lanzar está ligada a las destrezas motrices en las que se presentan movimientos básicos de nuestras extremidades tanto superiores como inferiores, en edades tempranas se observa que los bebés ejecutan las acciones de lanzar sin tener un parámetro establecido porque aún no han adquirido un aprendizaje, de esta manera por medio de la experiencia y el conocimiento se desarrollan nuevos patrones de movimiento que ayudan a mejorar las capacidades físicas en los seres humanos.

Al paso de los años los niños exploran nuevas etapas en sus vidas que permiten adquirir mayor amplitud en los movimientos para favorecer y disminuir el gasto de energía ejecutando actividades en su vida cotidiana, los lanzamientos dependen de la intencionalidad y el contexto en el que se ejecuta esta acción que podemos utilizar como medio transversal para aplicar en diferentes deportes en el que se requiere esta habilidad.

El lanzamiento se utiliza en la mayoría de deportes como principal medio para su desarrollo y en muchos de ellos los objetos son diferentes tanto en tamaño, peso y objetivo a cumplir, es así

como determinados la fuerza que vamos a imprimir y la distancia a la que pretendemos que llegue este objeto, en el baloncesto es evidente que se emplea un lanzamiento ya sea con las dos manos o una sola mano para un fin determinado, en el fútbol lo que cambia son las extremidades que se utilizan, sin embargo también se aplica cuando se lanza el balón con nuestras extremidades inferiores y este se desplaza de una distancia a otra cumpliendo con una finalidad.

Para finalizar este concepto basado en todos los deportes que existen en el mundo se puede inferir que esta habilidad básica es esencial en nuestras vidas ya que es aplicada tanto con fines deportivos como en la vida cotidiana para fortalecer nuestros grupos musculares y mejorar la calidad de vida.

#### 6.5.2 Desarrollo motor específico en la habilidad de lanzamiento

Las edades en las que es más importante el desarrollo de estas habilidades y destrezas básicas son entre 8 y 12 años, es decir, correspondientes a la educación primaria ya que a estas edades se produce la fase sensible del aprendizaje del niño. (Abreu, 2015)

La importancia de estas habilidades en el desarrollo formativo permite promover la fase sensible del aprendizaje, es por esto que se determina un rango de edades y estadios en las que su conocimiento será procesado de manera más eficaz y se llevará a cabo en su vida cotidiana. El proceso tiene como eje fundamental aplicar movimientos y destrezas básicas que están comprendidas en la educación primaria para impulsar el desarrollo motriz que posibilita experimentar en los estudiantes nuevas capacidades, utilizando de forma paralela grandes grupos musculares.

En el siguiente párrafo se plasmará los estadios que presenta el autor teniendo como principal fundamento las edades y los movimientos que se aplican en cada Estadio.

En el primer estadio se evidencia que los niños hacen un movimiento leve de los brazos en un plano anteroposterior utilizando objetos o recursos naturales, cabe resaltar que la experiencia de



cada individuo es diferente y esto está relacionado a la sociedad, cultura, tradición y demás factores externos que están implicados en el transcurso de su vida. En el segundo estadio se caracteriza por tener un movimiento de rotación del tronco en el plano horizontal, este aprendizaje que se ve reflejado en estas edades puede haberse aprendido de manera empírica o por imitación y es allí donde los niños utilizan su observación para replicarla, en el tercer estadio se añade un movimiento básico que es conocido en muchos deportes como pie de pivot el cual se ejecuta dando un paso hacia adelante y este pie queda ligeramente adelantado, consiste en flexión de cadera, semiflexión de rodilla y lanzar el objeto con la mano contraria a la que hace pie de pivot, por último se evidenciara el trabajo progresivo de estos estadios en los que se interiorizan cada uno de ellos. El cuarto estadio implica realizar una acción más coordinado tanto viso manual como viso pédica para aplicar movimientos encadenados en los que se incorporan las extremidades inferiores y extremidades superiores, lo primero que se tiene en cuenta es la posición de los pies, segundo el objetivo o distancia a la que se va a lanzar el objeto, por último la estabilidad y equilibrio que será de gran ayuda para el lanzamiento, esta se realiza de manera coordinada tanto con las manos y los pies teniendo como fundamento que el pie de pivot siempre será el contrario a la mano que se está lanzando. Si el pie de pivot es el izquierdo lanzaremos con la mano derecha o viceversa para garantizar una estabilidad a la hora del lanzamiento y que nuestro cuerpo no pierda el equilibrio y posicionamiento al ser ejecutado.

#### 6.6. La Importancia de las habilidades motrices básicas

Las habilidades de lanzamiento y recepción no solo son primordiales para la iniciación deportiva y a continuación se abarcarán temas esenciales en los que se abordan diferentes medios que están sustentados con autores en los que se evidencian la aplicación de nuevas capacidades para el fortalecimiento del lanzamiento.

En cuanto a la importancia específica del desarrollo de las habilidades de lanzamientos y recepciones en las edades de iniciación, podemos hablar de que son acciones que requieren de la participación global del alumno. Por tanto, el niño con estas tareas pone en juego sus capacidades perceptivo-motoras, afianza su lateralidad, desarrolla su disponibilidad motora en el binomio espacio-tiempo, y descubre y perfecciona situaciones con las que todavía no está del todo familiarizado: trayectorias, velocidades, etc. (Abreu, 2015)

Con base al autor, las capacidades desarrolladas en la acción de lanzamiento son amplias; como son el desarrollo de la fuerza, la coordinación viso manual y viso pédica, la adaptabilidad de tiempo y espacio y el fin con el que se ejecuta esta acción pueden determinar los objetivos que se pretenden cumplir.

Cuando se habla de afianzar la lateralidad el autor se refiere a mejorar las capacidades en ambas extremidades tanto inferiores como superiores que permiten ser aplicadas en diferentes actividades, cotidianas, recreativas, deportivas, entre otras en las que se refleja la utilización de esta capacidad, cabe resaltar que también se involucran las habilidades coordinativas que son de gran ayuda para fomentar patrones básicos de movimiento y de esta manera dar una solución más rápida en los desplazamientos o ejecuciones en las que se implica mover varias extremidades de forma paralela.

#### 6.6.1 ¿Cómo implementar las habilidades motrices básicas?

Existen infinidad de formas para enseñar estas habilidades, que son aplicadas para un desarrollo motriz básico y la adquisición de nuevas experiencias que les ayudan a destacarse en algunos deportes que impliquen estas acciones, en especial en deportes de conjunto que las capacidades más utilizadas son la recepción y lanzamientos ya sea con objetos de tamaños diferentes que son importantes en cada deporte.

Desde la propuesta de enseñanza aprendizaje para la adquisición de nuevos patrones o acciones de movimiento encontramos; juegos recreativos, juegos pre deportivos, enseñanza teórica, enseñanza teórico práctica, juegos tradicionales y un fin de estrategias metodológicas que permiten fortalecer y fomentar esta capacidad de lanzamiento. En las edades que se pretenden mejorar o adquirir nuevos hábitos de movimiento es preciso trabajar con juegos lúdicos que despierten el interés de los estudiantes y de esta manera afianzar capacidades como la lateralidad, ubicación de tiempo y espacio, distancia, fuerza y adaptabilidad en el terreno, también es importante explicar el objetivo de la acción que se está realizando, bien sea para profundizar o mejorar una técnica en un gesto deportivo a la que se quiere llegar o para aplicarla como habilidades para la vida.

Las habilidades para la vida se caracterizan por ser aprendizajes significativos que son utilizados para llevarlas cabo en la vida cotidiana, siendo así un medio de mejora en la calidad de vida no solo en ámbitos deportivos también en la realización de acciones que implique un menor gasto de energía en los movimientos ejecutados.

## 6.7. Descripción del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista

### 6.7.1 Caracterización histórica

La consolidación legal de la institución sea por iniciativa del honorable Concejo municipal de Sonsón, bajo la presidencia de Don Félix Zuluaga Pérez quién solicitó al finalizar el año 1950, al Ministerio de Educación Nacional, se fundara un plantel de tipo Industrial en el municipio, aprovechando el auge que estaba tomando esta clase de enseñanza en el país y pensando en el beneficio que prestaría a la comunidad sonsoneña. Se encontraba en ese entonces dirigiendo la cartera educativa el ilustre sonsoneño Antonio Álvarez Restrepo, la respuesta a esta importantísima iniciativa fue inmediata: el gobierno nacional, como según decreto 161 de enero 25 de 1951, crea la escuela media de artes y oficios de Sonsón, el honorable concejo municipal decide posteriormente darle el nombre de Álvarez Restrepo.

Local: la escuela funcionó en un local de propiedad municipal, conseguido personalmente por el Doctor Norberto Solano Lozano director del departamento de Educación Técnica del Ministerio de Educación Nacional. Su construcción era inadecuada y su capacidad insuficiente, lo que obligó acondicionarlo para las siguientes dependencias: Dirección, secretaría, habilitación de un almacén, tres salones de clase para dos primeros y un preparatorio, dos dormitorios para estudiantes internos, dos dormitorios para los profesores como un comedor y una cocina regulares, un taller de ebanistería, uno de mecánica industrial y forja y soldadura que funcionaban conjuntamente. Los patios eran amplios pero los sanitarios y baños insuficientes.

#### 6.7.2 Creación de la escuela Industrial

El año 1951 fue de buenos augurios para la ciudadanía sonsoneña, ya que se tuvo la noticia de la creación de la escuela Industrial, llevada a cabo por el gobierno nacional como decreto N° 161 de enero 16 de 1951 gracias a la intervención decidida del nuevo Ministro de Educación de ese entonces, el distinguido hombre público sonsoneño doctor Antonio Álvarez Restrepo, por sugerencia del Concejo municipal del año anterior.

En sus principios la nueva institución cómo comenzó a funcionar en el local del antiguo colegio de los hermanos cristianos, donde hoy existe la urbanización "El Caney" el número de jóvenes matriculados para comenzar fue de 89 y la dirección por este año fue encomendada al señor Miguel Duque Jiménez. En los dos años siguientes fueron rectores Don Miguel Iriarte en 1952 y Don Jesús María Bejarano en 1953. En este último año terminaron sus estudios los primeros alumnos, después de tres años de estudio de los oficios respectivos en dos especialidades mecánica industrial y ebanistería.

El título expedido fue de "Perito en Mecánica Industrial" o "Perito en Ebanistería" hasta 1953, a partir de 1954, hasta 1970 se otorgó el título de "Práctico" de 1971 y hasta 1974, se otorgó el título de "Experto". En 1958 se fundó el taller de motores, en 1975 se otorgó el título de

"Bachiller Técnico Industrial" con un total de siete especialidades: Mecánica Automotriz, Mecánica Industrial, Dibujo Técnico, Fundición y Metalurgia, Modelería y Electricidad.

En 1994 cómo se inicia el proceso de Educación mixta, en el ingreso de 18 estudiantes de sexo femenino, corrigiendo la discriminación de género que hasta entonces se presentaba.

#### 6.8. Generalidades de la Institución

Lo que hoy conocemos como Institución Educativa Técnico Industrial "nació en el año 1951, siendo ministro de educación el doctor Antonio Álvarez Restrepo, en la esquina de la calle 11 con carrera séptima; en ese entonces con el nombre de escuela media de artes y oficios, un plantel educativo de carácter oficial que inicialmente tuvo tres especialidades técnicas: Ebanistería, Mecánica Industrial y Forja y Soldadura.

Sus procesos históricos permiten que hoy se posicione en la doble vertiente del tiempo y el espacio como una de las instituciones más renombradas en el ámbito regional y departamental, cuenta hoy con seis especialidades técnicas un cuerpo de docente integrado por treinta y tres profesionales, tres (3) directivos docentes, cuatro auxiliares administrativos y 10 auxiliares de servicios generales; ofrece los niveles de preescolar, básica y media y gracias a los convenios establecidos con instituciones de educación superior como la posibilidad de acceso a los ciclos propedéuticos.

#### 6.9. Horizonte institucional

La Institución Educativa Técnico Industrial "Antonio Álvarez Restrepo" es el resultado de la función del conocido, hasta octubre 2 de 1996, como instituto Técnico Industrial, hoy planta número uno y la denominada, hasta esta fecha, cómo escuela Antonio José de Sucre, hoy planta número dos. Ambos establecimientos tienen hasta antes de la reforma educativa una historia bien interesante.

Filosofía el enfoque filosófico educativo que orienta la formación integral del estudiante de la institución educativa Antonio Álvarez Restrepo tiene su fundamento en: una educación centrada en la persona de él y la estudiante porque es:

- Sujeto y objeto de desarrollo humano y crecimiento personal.
- Una persona en formación permanente.
- Un ser actuante, pensante y singular.

Dónde hay una estudiante, una estudiante de la institución educativa "Antonio Álvarez Restrepo" hay un caballero, una dama gestores e impulsores de proyectos productivos con visión futurista.

Por tal razón, la labor pedagógica tiene como propósito central proporcionar las condiciones para:

- Sus estudiantes logren las destrezas, los saberes, las actitudes y los valores necesarios para continuar aprendiendo durante toda la vida.
- Que sean personas sanas física, mental y emocionalmente, participantes críticos, responsables, cuestionadoras de la realidad circundante investigadoras del saber científico, artístico, técnico y tecnológico, con decidido espíritu de transformación

#### 6.10. Misión

Tiene como encargo social la formación integral de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en los niveles de preescolar, básica y media técnica en atención a la educación inclusiva desde los apoyos pedagógicos y aceleración del aprendizaje como en el marco de la orientación técnica Industrial hacia la productividad y el uso racional de los recursos; modelo pedagógico activo con un enfoque formativo-transferencial prospectivo, que favorece una preparación para el desempeño laboral, cultural y académico, desarrollando competencias desde el saber ser (convivir), saber- conocer(aprender) y saber hacer (transferir) a través de la práctica de valores

y principios institucionales para construcción del tejido social, aportando alternativas de solución a las necesidades de la comunidad de impacto y con proyección local, regional, departamental, nacional e internacional y en convenio con entidades de educación superior.

#### 6.11. Visión

Para el año 2015 esta institución educativa a partir de la consolidación de su programa de formación, fundamentado en procesos orientados hacia la investigación que contribuyen a las soluciones de los problemas sentidos por la comunidad, estará en capacidad de ofrecer un portafolio de servicios técnicos cimentado en el efectivo manejo de las tics; el uso racional de los recursos naturales propios de cada especialidad, los procesos comunicativos que incluyen el uso del inglés y el ejercicio del liderazgo productivo en la planeación y ejecución de propuestas para el desarrollo local y regional, generando mecanismos que conlleven a la auto-sostenibilidad del área técnica con mirada empresarial que favorezca el cumplimiento del proyecto personal de vida de los estudiantes y su posicionamiento en el mundo tecnificado y la educación superior.

#### 6.12. Objetivo a nivel institucional

Profundizar en el estudio de los problemas de la, local, municipal, regional y nacional, comprendiendo las causas, consecuencias, fortalezas, oportunidades, erradicar las debilidades para que así desaparezcan las amenazas.

- Participar activa y dinámicamente en la organización y acompañamiento del gobierno escolar: consejo directivo, consejo académico, consejo estudiantil.
- Demostrar sentido de pertenencia al municipio y a la institución participando, proponiendo, impulsando proyectos que conlleven a la solución de problemas locales e institucionales.

- Alcanzar los logros básicos necesarios para un trabajo del siglo XXI: bilingüismo, habilidad matemática y de lectura, habilidad para solucionar problemas reales y cotidianos, formulando y probando hipótesis
- Disfrutar del trabajo en equipo, a la vez que de la ciencia y la tecnología, desarrollando un pensamiento crítico poniendo en orden las experiencias revisando una y otra vez los propios supuestos.

### 6.13. Metas institucionales

#### 6.13.1 Gestión directiva

1. Al mes de junio del año 2012, la institución habrá realizado la revisión del PEI con participación representativa de todos los entes de la comunidad educativa, con los respectivos ajustes en cada una de las áreas de gestión.
2. A febrero 2012 como el 80% de los estudiantes que presentan barreras en el aprendizaje estarán caracterizados y atendidos en los apoyos pedagógicos.
3. Para el mes de mayo 2012 se habrá diseñado en su totalidad la política institucional para la prevención de situaciones de riesgo y el manejo de casos difíciles, a la luz de la nueva cultura de la convivencia, paz y no violencia.
4. A finales del año 2012, primero de ejecución de PMI, la institución habrá definido políticas como procesos de comunicación e intercambio con las familias o acudientes.
5. En abril del año 2012 cómo se contará con un plan de estudios para todas las áreas, explícito, concertado y acorde con los lineamientos curriculares y los estándares básicos de competencias.

Instruccionales: al colegio del año 2000, 2001, 2005, se le asigna 3 papeles principales:

- Servir la educación básica o formación general de niños, niñas y jóvenes.



- Preparar para el trabajo.
- Lograr el entrenamiento de la "Alta inteligencia" en la perspectiva de la ciencia y la tecnología.

En conclusión la Institución Educativa "Antonio Álvarez Restrepo" propende satisfacer las necesidades básicas educativas de todos y todas sus estudiantes enfatizando en los procesos del aprendizaje, en el desarrollo del pensamiento y las habilidades necesarias para desplegar su capacidad de razonamiento lógico y matemático, las habilidades comunicativas, la aptitud para identificar y resolver problemas de valoración de la cultura; la creación y aplicación de ciencia y tecnología, además de la capacidad para el trabajo en grupo. **Fuente especificada no válida.**

#### 6.14. Origen del nombre de la vereda

Según los habitantes y los datos obtenidos por la comunidad como su nombre proviene de los árboles de yarumo que existieron en la región, especie nativa de esta zona, pero que el nombre ha hecho que desaparezca. Estas tierras pertenecieron al señor Sinforoso Orozco, quién era dueño de todo Yarumal.

#### 6.15. Situación geográfica y localización

La vereda Yarumal está situada al suroeste de la cabecera municipal y sus límites son los siguientes:

Oriente: Robalito.

Occidente: La Francia

Norte: Sirgua Arriba

Sur: El Bosque o Ríos Sonsón

Posee una extensión de 475 hectáreas.

##### 6.15.1 Relieve

Es una región un poco quebrada, ya que se encuentran algunos terrenos de falda y ladera y algunas pequeñas montañas, sobresaliendo el centro del Carmelo.

#### 6.15.2 Hidrografía

Es una zona rica en aguas. Entre sus ríos más importantes encontramos el río Sonsón, que atraviesa la parte baja de la vereda. Entre las quebradas más importantes está la quebrada Yarumal. Encontramos una gran cantidad de riachuelos distribuidos a lo largo y ancho de la vereda.

#### 6.15.3 Climatología

Es una vereda de clima frío, ya que nos encontramos a una altitud de 2400 m sobre el nivel del mar y una latitud de 5 42' 14".

Tú temperatura está entre los 14 y 18 C. El clima es variable en punto y coma los meses de marzo, abril, mayo, octubre y noviembre son conocidos popularmente como meses de invierno. Tradicionalmente los meses en que se siente con más intensidad calor son enero, febrero, junio, julio, agosto, septiembre, aunque en la actualidad estos tiempos han sufrido un cambio.

#### 6.15.4 Vegetación

Encontramos algunos montes y rastrojos con plantas nativas como: sietecueros, roble, Yolombó, drago, encenillo, gavilán, etc. Por reforestación se encuentran pequeños bosques de pino y eucalipto.

## 7. DISEÑO METODOLÓGICO

### 7.1. Tipo y enfoque de investigación

El diseño metodológico que posee este estudio es el cuantitativo ya que sus características nos dan la posibilidad de realizar una manipulación de un estímulo y ver sus efectos en el grupo de estudio, el cual utiliza la recolección de datos basándose, en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías.

Para Hernández, Fernández y Baptista (2014) *“la investigación cuantitativa es aquella que usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías”* (p.4).

Las características del enfoque cuantitativo explican la intervención del investigador al realizar el estudio, estas son:

- Mediante ellas se tendrá la información el investigador plantea un problema de estudio delimitado y concreto.
- Se hace una revisión literaria sobre el tema a trabajar, de la cual se deriva un marco teórico y una hipótesis
- Se hace recolección de datos y se analizan mediante métodos estadísticos

### 7.2. Paradigma

Al hablar desde el paradigma que soporta el trabajo, este se soporta por el empírico-analítico, puesto que partiendo de constructos teóricos como lo son: racionalidad limitada, toma de decisiones, sesgos y heurísticos, se buscó analizar mediante el examen estadístico las consecuencias de la aplicación del efecto señuelo (Huber *et al.*, 1982; Ariely, 2008) con ello la implementación de una guía didáctica en la que se fundamentan los juegos tradicionales como eje principal para el desarrollo de nuevas habilidades motrices.

Según Jiménez-Buedo y Ramos-Vielba, 2009; Ziman,2003). La aproximación que se realiza de un fenómeno involucra conocimiento de lo que de éste ha descubierto la ciencia, en este trabajo la teoría nos permitió reconocer varios conceptos o constructos que nos permitieron crear un instrumento válido para recolectar la información es por ello que, cuando se plantean problemas de investigación, se asume que se está organizando el estado actual del conocimiento científico que hasta el momento se tiene de dicha particularidad, lo que implica que quien esté realizando esta actividad, no sólo interpreta, sino que también argumenta y propone un problema, lo cual desde las tesis fundamentales encontradas por quienes se han interesado en el fenómeno de interés que involucra tanto a la comunidad la cual es intervenida como a la sociedad en general.

### 7.3. Alcance del estudio

El alcance se define como Hernández, Fernández y Baptista (2014), *el termino en conocimiento a adquirir, de ella depende la estrategia de investigación, el diseño, los procedimientos y otros componentes del proceso serán distintos en estudios con alcance exploratorio, descriptivo, correlacional o explicativo* (p.90)

Es por ende que se va implementar un alcance exploratorio donde su finalidad en concreto es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes, donde a los juegos tradicionales no se les ha dado el papel o la importancia requerida en las escuelas, por ende, es un tema no nuevo, pero si poco estudiado

Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que tan sólo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio, o bien, si deseamos indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas.

### 7.4. Diseño

Cuando hablamos de diseño este es el plan o estrategia que se desarrolla para obtener la información que se requiere en una investigación y responder al planteamiento del problema, es así que se implementó un diseño experimental.

Basados en la literatura, este tipo de diseño nos brinda la posibilidad de manipular una variable para ver cómo se comporta sobre otra variable en concreto, en términos más científicos, al hablar de diseño experimental este se refiere, según Fleiss, 2013; O'Brien, 2009 y Green, (2003) *“a un estudio en el que se manipulan intencionalmente una o más variables independientes (supuestas causas antecedentes), para analizar las consecuencias que la manipulación tiene sobre una o más variables dependientes (supuestos efectos consecuentes), dentro de una situación de control para el investigador.”* (p.129).

Realizamos en concreto la tipología de preexperimento donde, estos se definen o se llaman así porque su grado de control es mínimo, en el estudio que se implementó solo contamos con un grupo donde el preexperimento es útil como un primer acercamiento al problema de investigación en la realidad de los estudiantes de la escuela.

Se trabaja desde un diseño de preprueba/posprueba con un solo grupo, donde le aplica una prueba previa al estímulo, “el test”, después se le administra el tratamiento “la guía didáctica” y finalmente se le aplica una prueba posterior al estímulo “el otro test”. En este diseño existe un punto de referencia inicial para ver qué nivel tenía el grupo en las variables dependientes antes del estímulo; es decir, hay un seguimiento del grupo y al final se revisa si hay o no cambios en las variables.

#### 7.5. Población y muestra

La población y la muestra está conformada por la totalidad de estudiantes que están cursando primaria en la escuela Yarumal Alta Vista del municipio de Sonsón, la muestra al ser igual a la población, esta se convierte en un censo, por lo tanto, el análisis realizado se realiza

mediante un muestreo no probabilístico intencional, que según Martínez (2007) este se utiliza cuando la población es desconocida y se requiere obtener “representativas”. Para ello, se incluyen en la muestra grupos típicos que permitan suministrar la información requerida, por ejemplo, sondeos preelectorales o gustos sobre un evento, en nuestro caso los estudiantes de primaria, se elige este muestreo y no por bola de nieve, ya que los estudiantes del estudio son de diferente nivel académico.

#### 7.6. Instrumentos

##### - Test

Es la predisposición aprendida para responder coherentemente de manera favorable o desfavorable ante un objeto, ser vivo, actividad, concepto, persona o símbolo y desde este se proporciona una calificación de 1 a 5 en el test de test de lanzamiento modificado con valoración de mano dominante aprobado por el docente Carlos Escobar Urrego el 23 de agosto de 2021.

Se implementa la escala de Likert, en esta se presenta cada afirmación y se solicita al sujeto que externar su reacción eligiendo uno de los cinco puntos o categorías de la escala. A cada punto se le asigna un valor numérico. Así, el participante obtiene una puntuación respecto de la afirmación y al final su puntuación total, sumando las puntuaciones obtenidas en relación con todas las afirmaciones

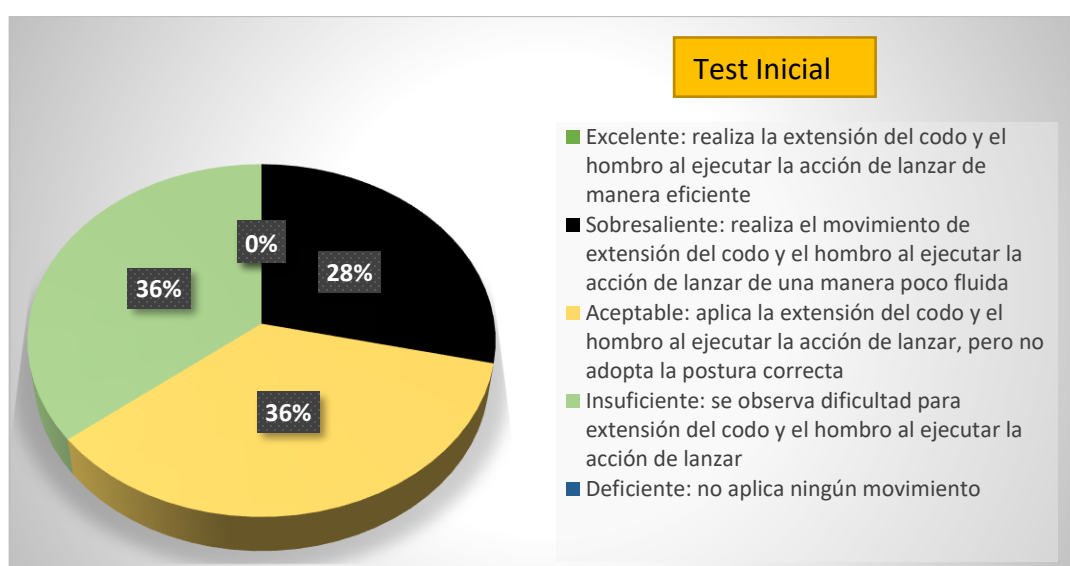
##### - Método observacional

Al hablar de observar no significa la ejecución de una actividad rígida y superficial limitado a registrar lo visualizado de un fenómeno, sino que implica un proceso organizado de lectura contextual, donde participan todos los sentidos del investigador. En este sentido, al observar resulta conveniente asumir unos mínimos de planeación en el ejercicio, que operen como ruta y permitan al investigador obtener la claridad en los focos del proceso y el sostenimiento de la coherencia con los objetivos definidos en la investigación.

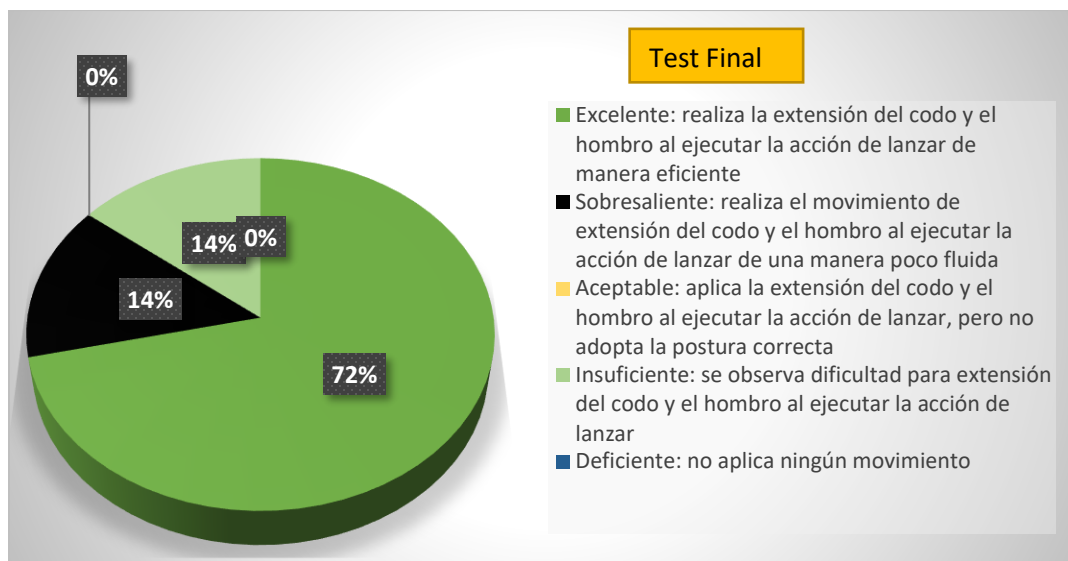
## 8. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 8.1. Resultados del Test inicial y final de lanzamiento modificado con valoración de mano dominante.

Se realizó un test de inicio donde participaron 14 estudiantes y un test final con la participación activa de 7 estudiantes del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista Del Municipio De Sonsón, arrojando los siguientes resultados.



*Gráfica 1. Extensión del codo y flexión del hombro al ejecutar la acción, inicial.*



*Gráfica 2. Extensión del codo y flexión del hombro al ejecutar la acción, final.*

La gráfica número uno se representó mediante porcentajes el lanzamiento de la pelota, teniendo en cuenta la extensión del codo y flexión el hombro al ejecutar la acción de lanzar, se evidenció dos porcentajes similares el criterio insuficiente y el criterio aceptable, el criterio insuficiente tiene un color verde claro y representa el 36% mientras que el criterio aceptable esta de color amarillo claro y representan 36% y para concluir el 28% sobresaliente.

Se evidenció una buena actitud al ejecutar el lanzamiento, teniendo en cuenta que se observó similitud en los porcentajes de dos criterios, insuficiente y aceptable, la experiencia adquirida en los estudiantes, bien sea por empirismo o por factores externos permiten que todos ejecuten el lanzamiento.

En la gráfica número dos en la cual se aplicó el test final incluyendo el proceso realizado durante meses en la utilización de una guía didáctica, por medio de la cual se incorporaba la enseñanza de un criterio en cada juego tradicional, con el fin de obtener resultados en un tiempo determinado. En esta grafica se demostró que la utilización de juegos tradicionales permitió mejorar los criterios utilizados en la valoración inicial, el 72% de los estudiantes obtuvo un



lanzamiento excelente mientras que en sobresaliente e insuficiente se encuentran con un valor igual al 14%, con esto se puede concluir que la mayoría de estudiantes mejoro el criterio.

En el test final en el que se recopilaron

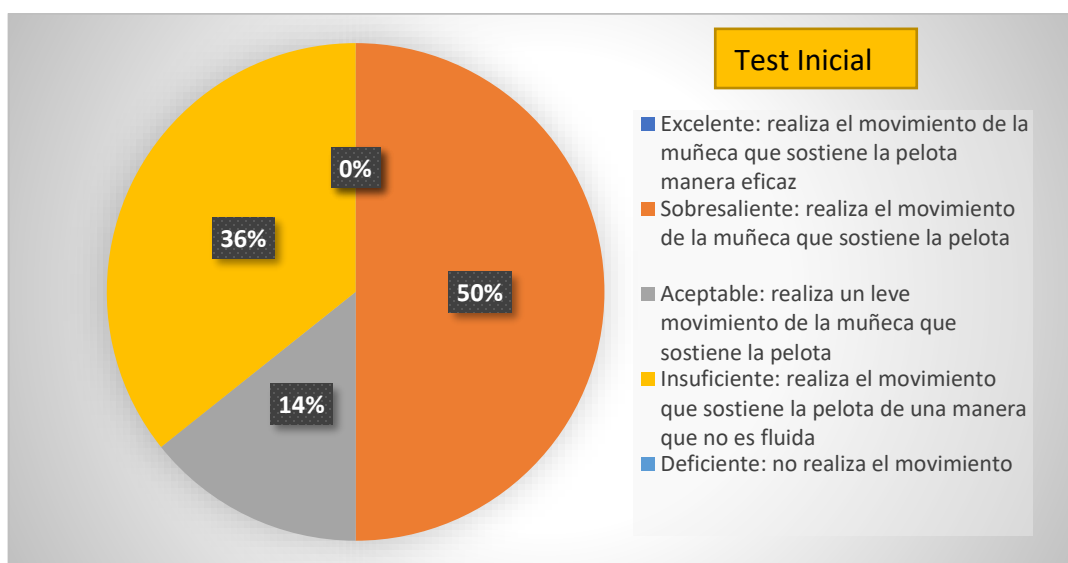
Según Sánchez Bañuelos estos niños se encuentran en la fase 2, “el desarrollo de las habilidades motrices se lleva a cabo siguiendo las siguientes fases:

### 2ª fase (7-9 años)

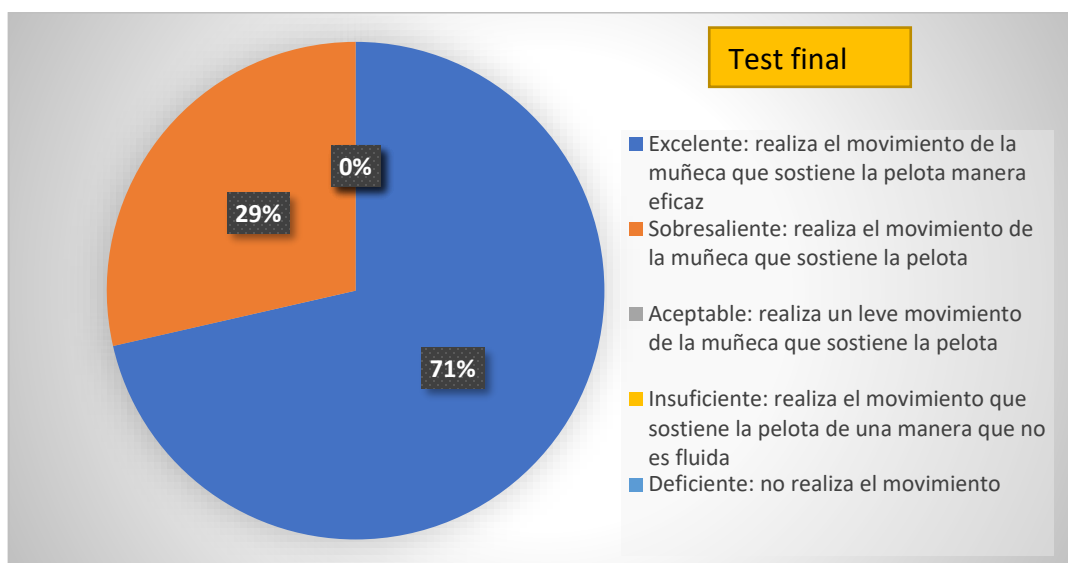
Desarrollo de las habilidades y destrezas básicas mediante movimientos básicos que impliquen el dominio del propio cuerpo y el manejo de objetos.

Estos movimientos básicos están referidos a desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones.

Se siguen estrategias de búsqueda fundamentalmente, pero a veces será necesaria la instrucción directa por parte del profesor para enseñar algunos movimientos complejos. (Bañuelos, agosto de 2010)



Gráfica 3. Movimiento de la muñeca, inicial.



Gráfica 4. Movimiento de la muñeca, final.

La gráfica número tres nos representa el movimiento de la muñeca al realizar el lanzamiento, el 50% de los estudiantes realiza el movimiento de la muñeca que sostiene la pelota, el 36% realiza el movimiento que sostiene la pelota de una manera que no es fluida y el 14% realiza un leve movimiento de la muñeca que sostiene la pelota.

La mayoría de los estudiantes ejecuta el movimiento de la muñeca, algunos lo realizaron de manera armónica pero no es fluida es por esto que se aplicaron actividades para mejorar la técnica en la ejecución. Como lo representa la gráfica número cuatro en la que se aplicó el test final es muy notable el mejoramiento de este criterio, el 71% de los estudiantes se encuentran en un rango excelente en el cual adquirieron una posición adecuada para su lanzamiento, mientras que el 29% de la población restante se encuentra en sobresaliente para concluir un mejoramiento destacado en toda la población intervenida.

Como lo nombra esta revista y teniendo en cuenta el autor wild 1937 “El desarrollo motor que sigue esta habilidad en los niños está influido por la edad y las diferentes experiencias motrices previas.” Según Wild (1937) existen 4 estadios en el desarrollo de los lanzamientos con los brazos:

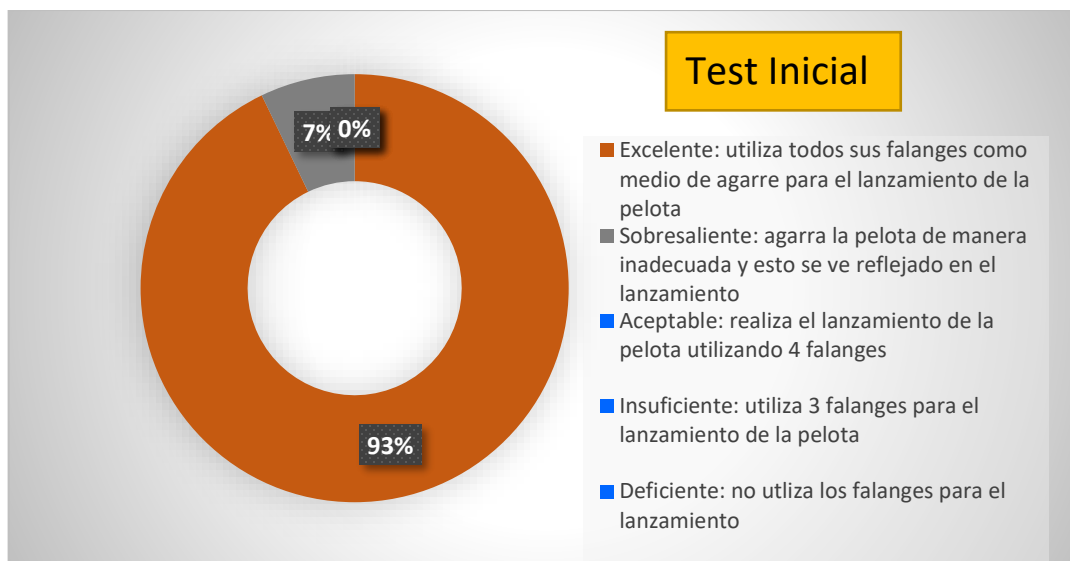
Estadio I: Este patrón inicia se observó en niños y niñas de 2 y 3 años consistiendo casi exclusivamente en mover los brazos en el plano anteroposterior, llevando el móvil por encima del hombro antes de lanzar. Los pies quedan fijos en el suelo y el tronco no rota.

Estadio II: (niños de 3-5 años). Este Estadio se caracteriza por un movimiento de rotación del tronco en el plano horizontal, aunque los pies siguen estando fijos.

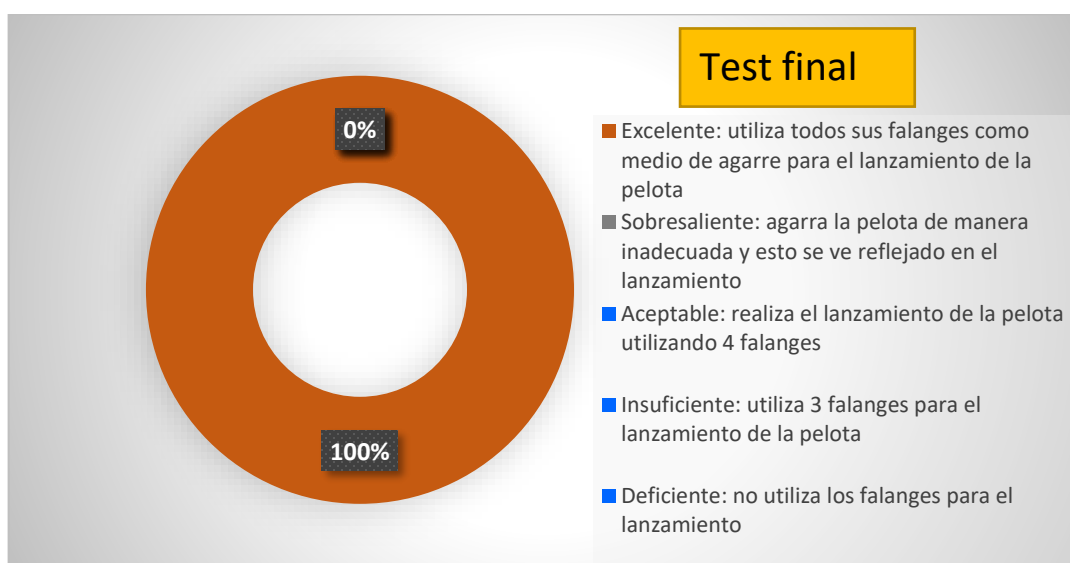
Estadio III: (niños de 5-6 años). Ya añaden al patrón de lanzamiento un paso adelante con el pie del mismo lado del brazo ejecutor.

Estadio IV: representa la forma madura o experta y se encuentra normalmente en niños de edades superiores a 6 años. El cambio más importante que se produce es que se da un paso con el pie contrario al brazo ejecutor y se produce una extensión del hombro.

Estos estadios de desarrollo se producen de forma natural mientras que nosotros podemos influir en ello dependiendo del objetivo del lanzamiento y de las características del móvil. Nuestra actuación será efectiva a partir de los 6 años, cuando los niños hayan adquirido el patrón maduro de la habilidad. Podemos trabajar lanzamientos de atrás adelante, lanzamientos por encima del hombro, lanzamientos laterales, etc. (wild, 2010 )



Gráfica 5. Posesión y colocación de la pelota, inicial.



Gráfica 6. Posesión y colocación de la pelota, final.

En la gráfica número cinco vamos a evaluar el componente de posesión y colocación de la pelota en la mano, el 93% de los estudiantes utiliza todas sus falanges como medio de agarre para el lanzamiento de la pelota y el 7% agarra la pelota de manera inadecuada y esto se ve reflejado en el lanzamiento. La gran mayoría de estudiantes tiene un buen agarre utilizando sus 5 falanges, solo el 7% no utiliza de manera adecuada sus falanges y esto no les aprueba un buen lanzamiento, la

experiencia adquirida en esta zona rural les permite agarrar los objetos de una manera adecuada ya que ellos tienen más contacto con implementos redondos de la naturaleza.

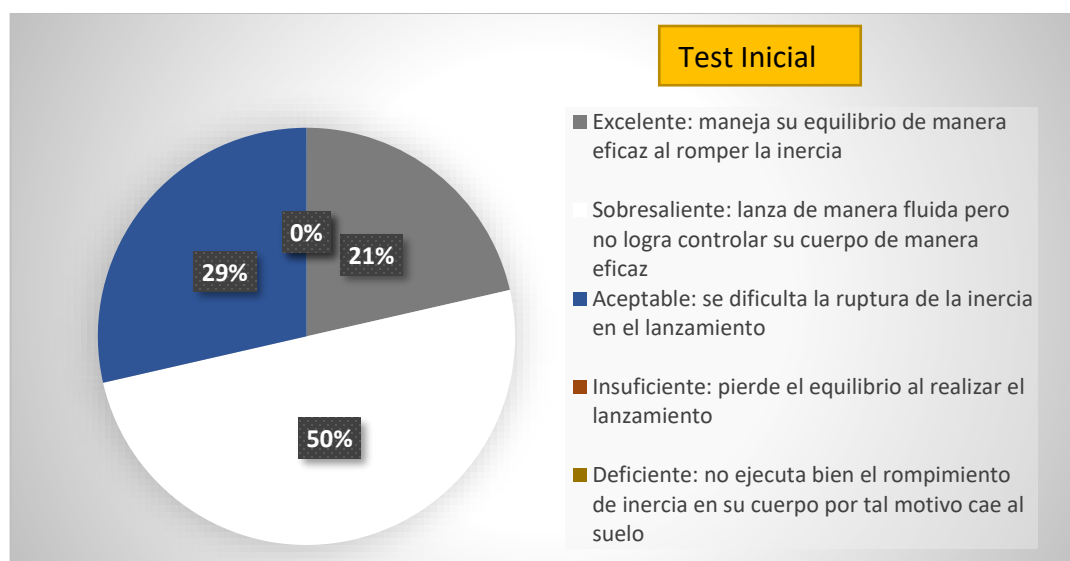
En la gráfica número seis se encuentra que toda la población intervenida tiene un agarre eficaz de la pelota al lanzar, es por esto que se ve reflejado el aprendizaje significativo de los estudiantes al aplicar el criterio por medio de los juegos tradicionales, como lo dice este texto

Algunos autores coinciden en considerar las Habilidades Motrices Básicas, englobando todas las acciones posibles en tres apartados o áreas concretas:

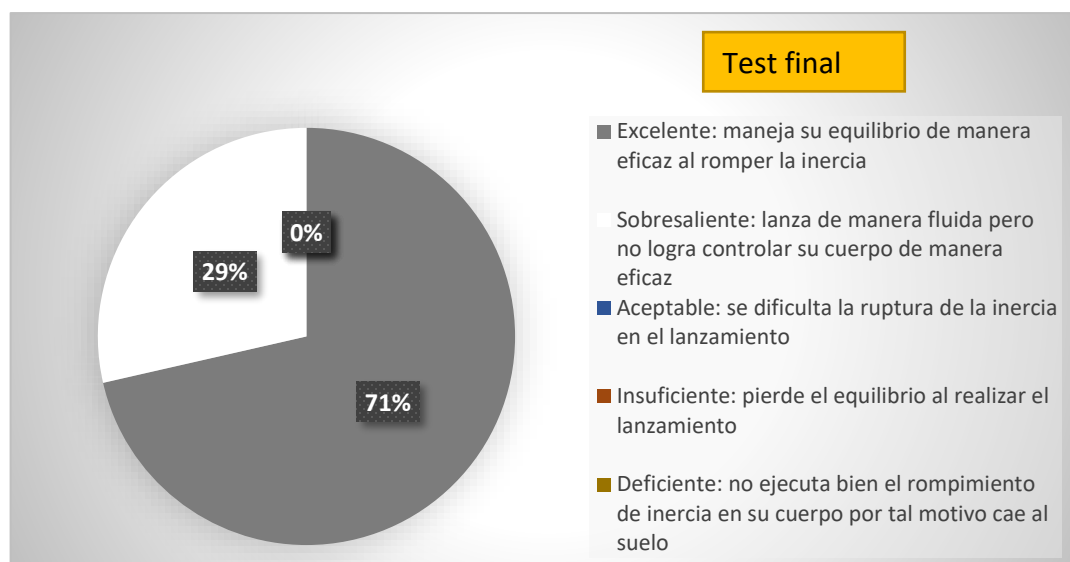
**Locomotoras.** Su característica principal es la locomoción. Entre ellas tenemos: andar, correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, trepar, etc.

**No locomotoras.** Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Ejemplos de estas habilidades son: balancearse, girar, retroceder, colgarse, etc.

**Proyección/percepción.** Caracterizadas por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Están presentes en tareas tales como lanzar, recepcionar, batear, atrapar, etc. (Vanessa Cidoncha Falcón, aprendizaje motor: las habilidades motrices basicas: coordinacion y equilibrio )



Gráfica 7. Rompimiento de fuerza de inercia, inicial.



Gráfica 8. Rompimiento de fuerza de inercia, final.

La gráfica número siete nos presenta el criterio de rompimiento de la fuerza de inercia, en el cual podemos evidenciar que el 50% es sobresaliente; lanza de manera fluida pero no logra controlar su cuerpo de manera eficaz, el 21% que se encuentra ubicado en la calificación de excelente nos dice que maneja su equilibrio de manera eficaz al romper la inercia y por último tenemos aceptable que tiene el 29% el cual representa la dificultad de la ruptura de la inercia en el lanzamiento.

Como se puede observar en la gráfica podemos concluir que el 50% de los estudiantes lanza de manera fluida pero presenta un leve problema en el rompimiento de la inercia y no permite una buena postura y equilibrio a la hora del lanzamiento, el 29% de los estudiantes se les dificulta el rompimiento de la inercia bien sea por su poca experiencia en actividades como esta o por su poco conocimiento para ejecutar el movimiento, por último el 21% de los estudiantes realiza el

movimiento de manera eficaz ya que estos estudiantes ejecutan de manera efectiva el lanzamiento y control de la inercia.

En la gráfica número ocho teniendo en cuenta que se aplicó el test final se da a conocer que el 71% de los estudiantes se sitúan en el rango superior y el 29% en sobresaliente, esto demuestra un resultado positivo en la aplicación de los juegos tradicionales como mejoramiento a cada criterio.

La coordinación y el equilibrio como capacidades perceptivo motrices: Si analizamos todas las habilidades y destrezas motrices vemos que en todas ellas están presentes la Coordinación, en sus diferentes aspectos, así como el equilibrio; por lo que podemos establecer la siguiente clasificación de habilidades motrices básicas:

Coordinación Dinámica General: sirve de base a todos los movimientos. Se manifiesta sobre todo en desplazamientos, giros y salto.

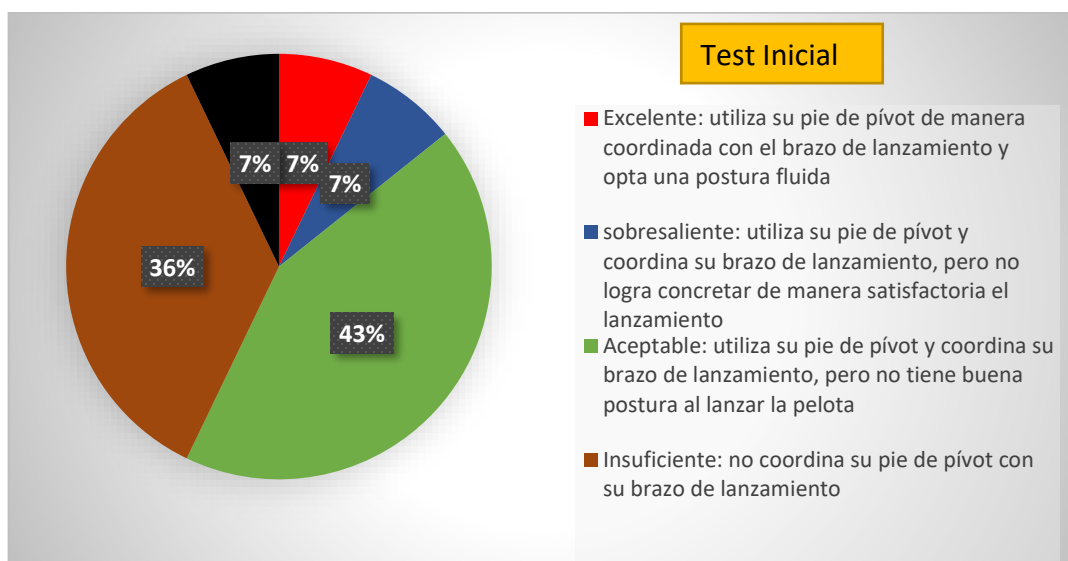
Coordinación Óculo-manual. Interviene el mecanismo perceptivo. Presente en los lanzamientos y recepciones fundamentalmente.

Coordinación Segmentaria. Intervienen ciertas partes del cuerpo, trabajándose fundamentalmente las conexiones nerviosas. Se manifiesta principalmente en la motricidad fina y el afianzamiento de la lateralidad.

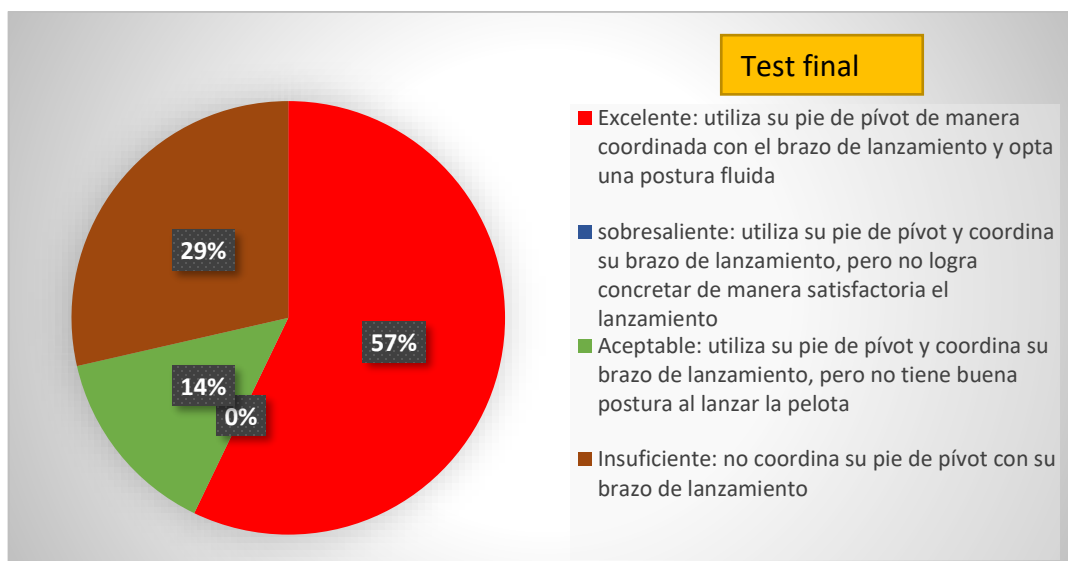
Control Postural y Equilibrios. Mantenimiento de una determinada postura, ya sea en posición estática o dinámica.

Todos ellos constituyen aspectos a ser desarrollados entre los 6 y los 12 años, período comprendido entre la adquisición y desarrollo en el alumnado de las habilidades perceptivo-motoras y el desarrollo pleno del esquema corporal. Será labor del profesor ir introduciendo dichas habilidades y sus combinaciones (modalidades de desplazamientos con saltos o giros, etc.) en un

orden jerárquicamente lógico de adaptación física del niño. (Vanessa Cidoncha Falcón, aprendizaje motor: las habilidades motrices basicas: coordinacion y equilibrio )



Gráfica 9. Movimiento de empuje y pie de pivot, inicial.



Gráfica 10. Movimiento de empuje y pie de pivot, final.

En la gráfica número nueve evaluaremos el movimiento de empuje y pie de pivot teniendo en cuenta la coordinación con su brazo de lanzamiento, el 43% de los estudiantes utiliza su pie de pivot y coordina su brazo de lanzamiento, pero no tiene buena postura al lanzar la pelota, el 36%



de los estudiantes no coordina su pie de pivot con su brazo de lanzamiento y los últimos 3 criterios tiene los mismos porcentajes 7% excelente utiliza su pie de pivot de manera coordinada con el brazo de lanzamiento y opta una postura fluida, 7% deficiente no utiliza pie de pivot y esto no permite un buen lanzamiento, 7% utiliza su pie de pivot y coordina su brazo de lanzamiento, pero no logra concretar de manera satisfactoria el lanzamiento.

En la gráfica número diez el 57% de los estudiantes se encuentran en un rango excelente en este se evidencia una mejoría en la utilización del pie de pivot y en el movimiento de empuje o torsión de la cadera, el 29% se ubica en insuficiente en el cual no coordina su brazo de lanzamiento con el pie de pivot y por último el 14 % de los estudiantes no utiliza de manera adecuada el pie de pivot y por ende su lanzamiento no es eficaz.

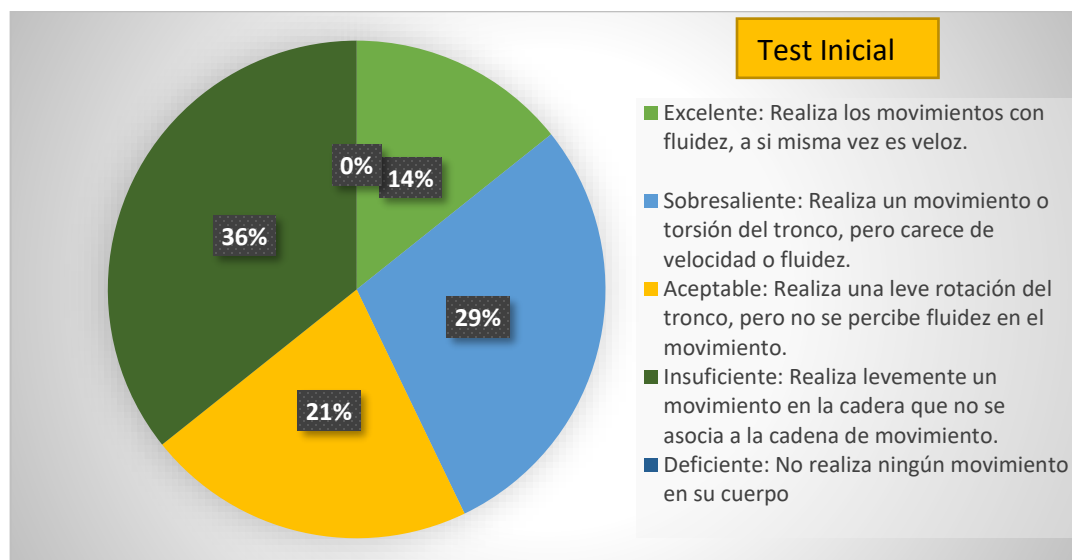
#### Estadios del lanzamiento del niño según Mc Clenaghan y David L. Gallahue

Los autores Mc Clenaghan y Gallahue establecen tres estadios en el desarrollo del lanzamiento y las características de cada uno son:

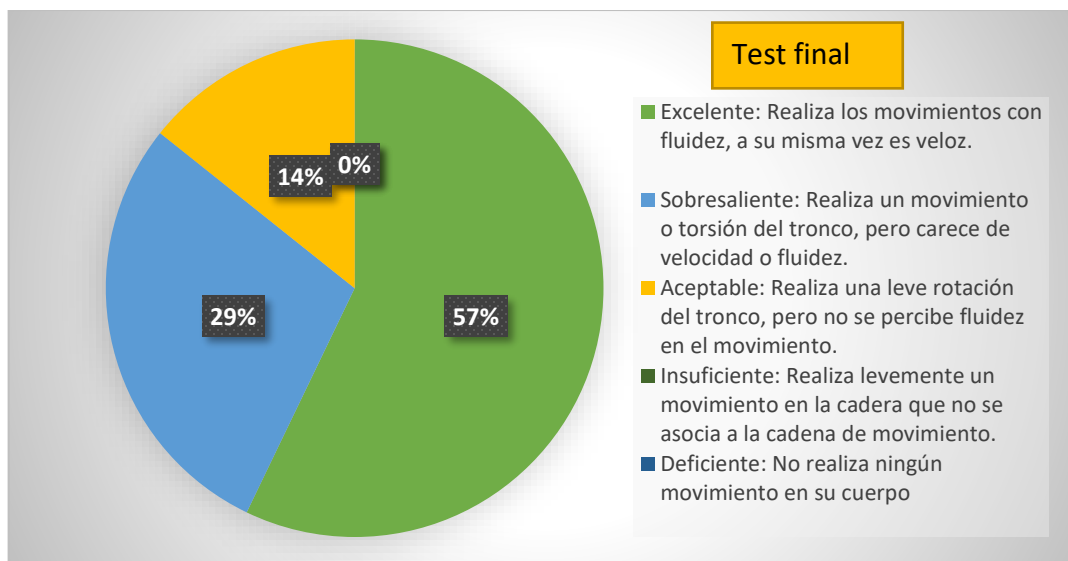
- Estadio Inicial. El movimiento parte del codo, el cual está adelantado respecto del cuerpo, el movimiento es hacia delante y abajo. El tronco permanece perpendicular al lugar donde se lanza, existe una pequeña rotación, el peso del cuerpo experimenta un leve desplazamiento hacia atrás. Los pies no efectúan ningún movimiento, cuando se preparan para lanzar a veces se produce un pequeño desplazamiento sin finalidad alguna.
- Estadio Elemental. El brazo se desplaza hacia arriba, a los lados y atrás con el codo flexionado en la preparación del movimiento, el objeto a lanzar se coloca detrás de la cabeza y el brazo se desplaza hacia delante alto respecto del hombro. El tronco se prepara rotando hacia el lado en que se ejecuta el lanzamiento, al igual que los hombros, el tronco

acompaña el movimiento hacia delante del brazo con una flexión, el peso corporal se desplaza hacia delante. La pierna del brazo que lanza da un paso hacia delante.

- **Estadio Maduro.** En la preparación el brazo se desplaza hacia atrás y el codo opuesto se eleva para equilibrarse, el codo que ejecuta se desplaza hacia delante en forma horizontal mientras se extiende, el antebrazo rota y el pulgar acaba el movimiento mirando al suelo. El tronco rota hacia el lado por el que se realiza el movimiento durante la preparación, el hombro que lanza desciende ligeramente, se produce una rotación de caderas, piernas, columna y hombros durante el tiro. En la preparación el peso cae sobre el pie retrasado y a medida que el peso se desplaza el pie retrasado da un paso hacia delante. (Suárez, 2009 )



*Gráfica 11. Realiza una aceleración máxima del tronco, inicial.*



*Gráfica 12. Realiza una aceleración máxima del tronco, final.*

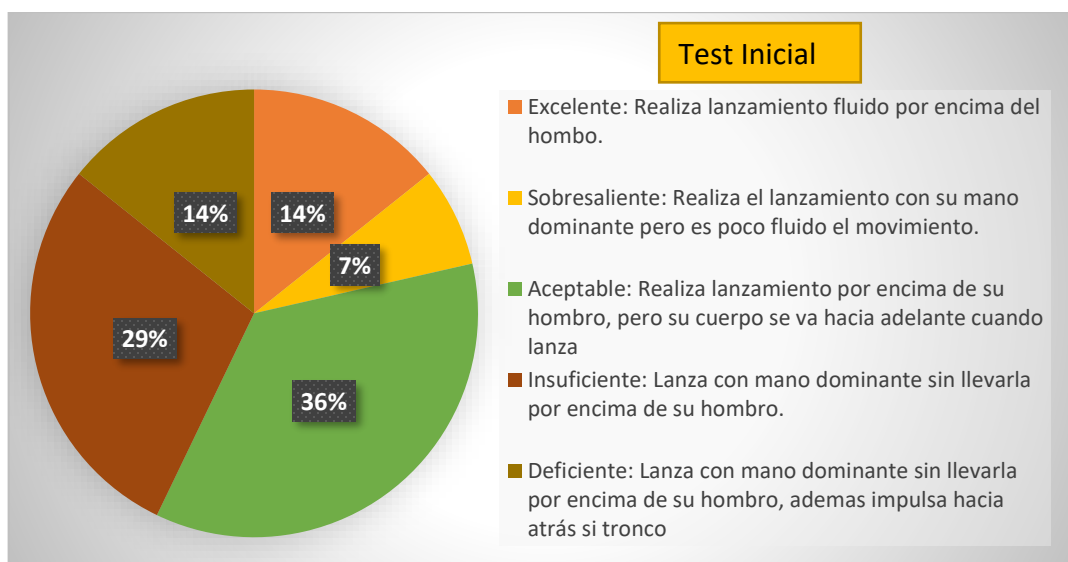
En la gráfica número once se puede deducir que únicamente dos de los estudiantes, que equivalen al 14% de la población, realizaron movimientos con fluidez y de manera veloz, los cuales obtuvieron excelentes resultados. Un 36 %, se encuentra en un rango insuficiente, debido a que realizaron un leve movimiento en la cadera que no se asocia a la cadena del movimiento; un 21%, de los estudiantes realizaron una leve rotación del tronco, pero no se percibe fluidez en el movimiento, se encontró que la muestra se halla en un rango aceptable, y un 29 %, de los estudiantes se encuentran en un rango sobresaliente, los cuales realizaron movimientos o torsión del tronco, pero carecían de velocidad o fluidez. También cabe resaltar que ningún estudiante se encuentra en el rango deficiente, pues la gráfica arroja un 0%.

Según lo evidenciado en la aplicación del instrumento, se pudo observar que varios de los estudiantes no realizaron una aceleración máxima del tronco, ejecutaron movimientos leves en la cadera, pero aun así no se asocia a la cadena de movimiento, esto se debe a la carencia de una coordinación en la secuencialidad de movimientos generando una aceleración en el tronco.

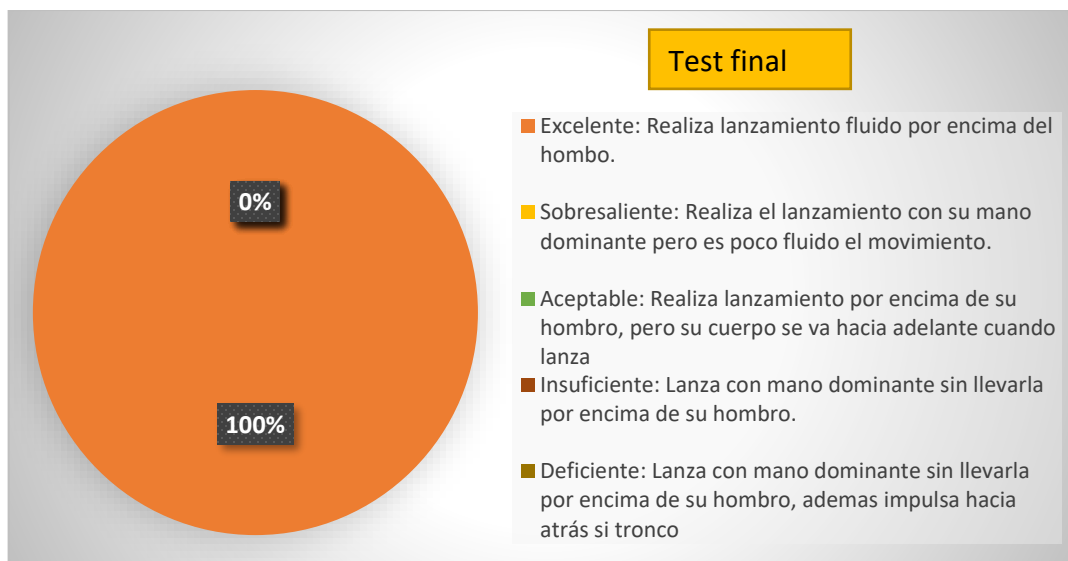
En la gráfica número doce en la cual se aplicó el test final un gran porcentaje de los estudiantes se encuentran en el rango de excelente el 57% de ellos ejecuta el movimiento de torsión

del tronco de una manera fluida y esto ayuda a mejorar el impulso en el lanzamiento, el 29% se ubica en sobresaliente en el que se observa que los estudiantes si realizan el movimiento de empuje o torsión de la cadera pero carecen de velocidad o fluidez para un lanzamiento optimo, el 14% realiza una leve torsión del tronco pero no tiene fluidez.

Los lanzamientos se entienden como, el movimiento de arrojar un objeto desde un punto hacia otro. (Winckstrom, 2000) Explica que lanzar es el acto de arrojar un objeto y que este se desplace en el tiempo y el espacio. De acuerdo, al texto habilidades motrices, los lanzamientos tienen tres fases: la primera consiste en el control del objeto de forma previa al lanzamiento; segundo, es la ubicación del cuerpo y sus segmentos, debido a que las diferentes partes del cuerpo deben coordinar sus movimientos; y finalmente, la dirección del movimiento corporal, ya que todo lanzamiento va dirigido hacia un punto o zona espacial determinada por ende, se debe adquirir una dirección específica en el momento final del lanzamiento.



*Gráfica 13. Lanza la pelota por encima del hombro, inicial*



*Gráfica 14. Lanza la pelota por encima del hombro, final.*

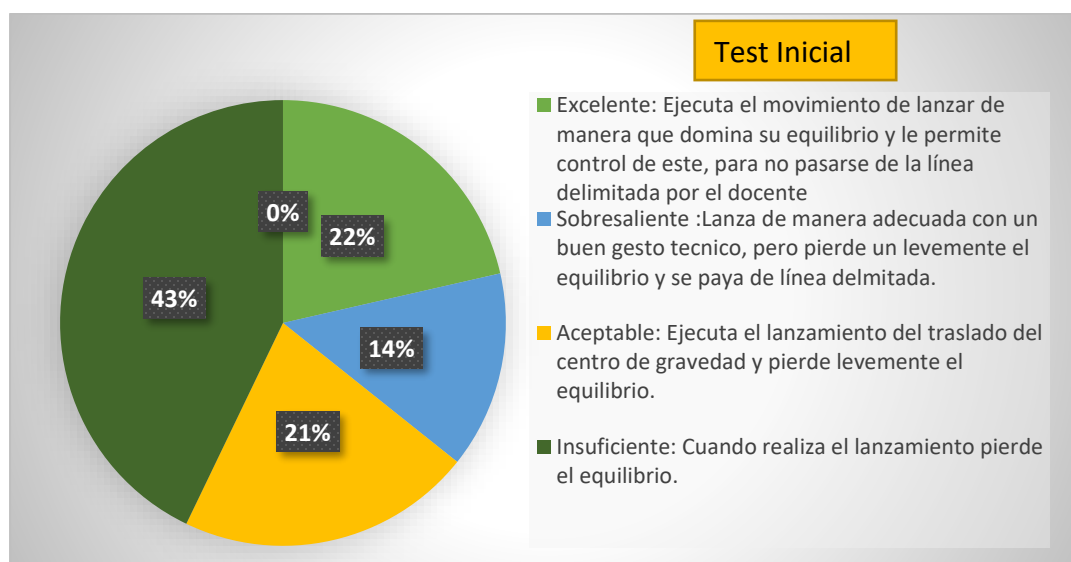
De la gráfica número trece, se puede inferir que, únicamente un estudiante, que equivale al 7% de la población, realizó el lanzamiento con su mano dominante pero es poco fluido el movimiento, el cual obtuvo un resultado sobresaliente, un 14%, que se encuentra en un rango deficiente, en los cuales se evidenció poca fluidez a la hora de lanzar con mano dominante sin llevarla por encima de su hombro, además impulsaron hacia atrás su tronco, otro 14%, de estudiantes se situaron en el rango excelente, demostrando un lanzamiento fluido por encima del hombro, un 29%, el cual equivalió a cuatro estudiantes, que se situaron en el rango insuficiente, los cuales lanzaron con mano dominante sin llevarla por encima de su hombro y un 36%, que equivalió a cinco estudiantes, realizaron lanzamientos por encima de su hombro, pero sus cuerpos se iban hacia adelante cuando realizaban su lanzamiento.

La función del lanzamiento deberá tener un destino, dirección y trayectoria definitiva o acorde con el objetivo. En definición se puede entender que lanzar es una acción típicamente humana considerada como habilidad motriz básica. (Julián Felipe Garzón Cazallas, 2019)

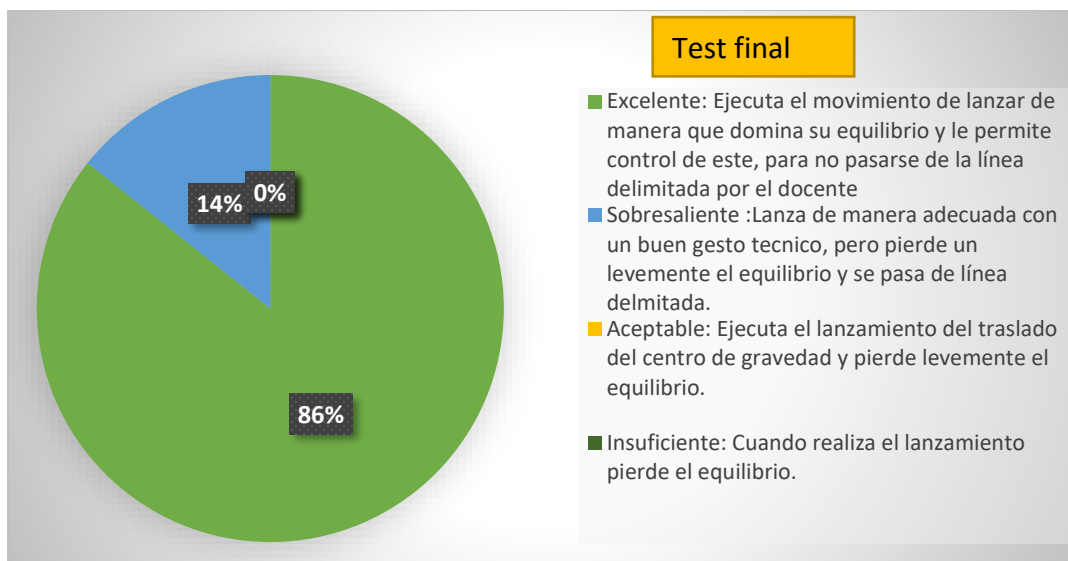
Siguiendo lo expuesto por el autor antes mencionado y según lo evidenciado en la aplicación del instrumento, se puede deducir que los lanzamientos no fueron fluidos, y esto se debe

a la carencia de una coordinación en la secuencialidad de los movimientos, generando que no se dé un freno para ser un lanzamiento con ambas manos por encima de sus brazos, si no que algunos de los estudiantes finalizaron sus lanzamientos con una sola mano, sin llevarla por encima de sus hombros, otros estudiantes realizaron el lanzamiento por encima de sus hombros, pero se pasaron de la zona delimitada para dicho lanzamiento.

En la gráfica número catorce se puede comprobar que todos los estudiantes lanzan la pelota por encima del hombro debido a la buena ejecución en los juegos tradicionales que permitió una mejoría de toda la población intervenida en este criterio.



*Gráfica 15. Mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad, inicial.*



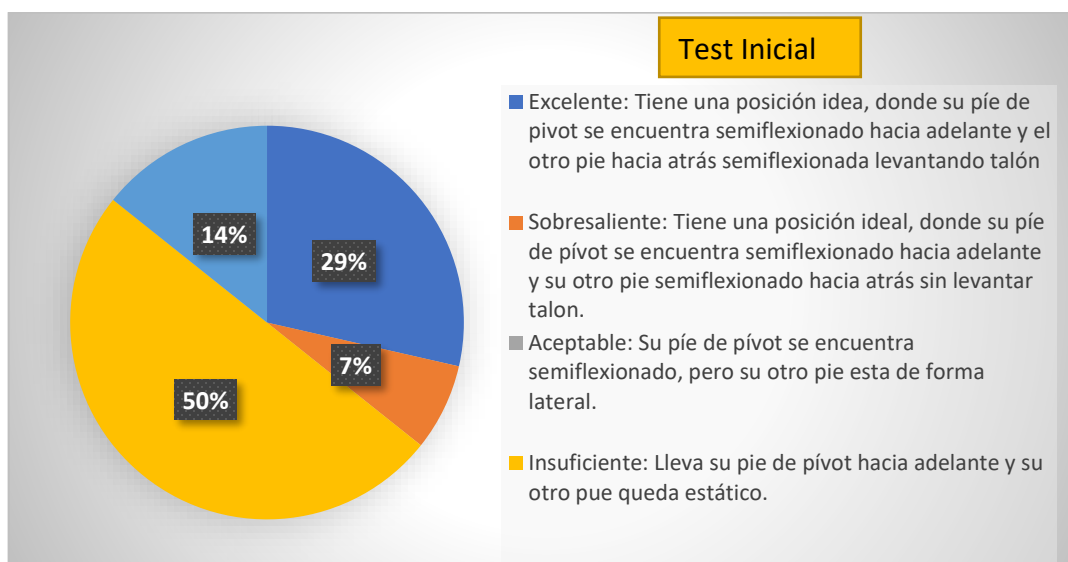
*Gráfica 16. Mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad, final.*

Como se pudo evidenciar en la gráfica número quince , los resultados obtenidos fueron los siguientes: Seis estudiantes que equivalen al 43% de la población, perdieron el equilibrio cuando lanzaron a un lugar determinado, el cual obtuvieron un resultado insuficiente, un 22 %, que equivale a tres estudiantes, se encuentran en un rango excelente, se pudo evidenciar que ejecutaron el movimiento de lanzar de una manera fluida, dominando su equilibrio y permitiéndole mejor control de este, un 21%, el cual equivale a tres estudiantes, se sitúan en el rango aceptable, los cuales ejecutaron el lanzamiento del traslado del centro de gravedad y perdieron un poco el equilibrio, y un 14% que equivale a dos estudiantes, lanzaron de manera adecuada con un buen gesto técnico, pero perdieron un poco el equilibrio y se pasaron de la raya delimitada, ubicándose a un rango sobresaliente. Es de resaltar que ningún estudiante se encuentre en el rango deficiente, pues la gráfica arroja un 0%.

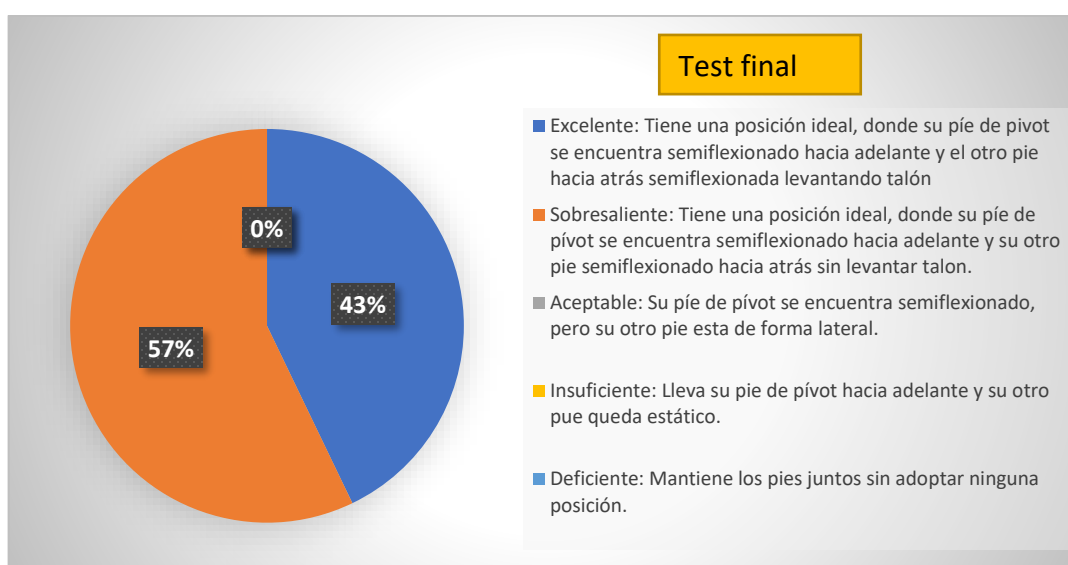
Teniendo en cuenta lo evidenciado en el trabajo de campo, podemos inferir que, la mayoría de estudiantes cuando realizan el lanzamiento pierden el equilibrio de su cuerpo, pasando así la

línea delimitada, solo tres estudiantes mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad durante los movimientos previos al lanzamiento (eje vertical).

En la gráfica número dieciséis el 86% de los estudiantes ejecuta el movimiento de lanzar y domina el equilibrio para mantener el control y no caer al suelo, y por último el 14% ejecuta un buen lanzamiento, pero pierde el equilibrio. En conclusión, la mayoría de los estudiantes presentan una mejoría destacada en el control del equilibrio para ejecutar el lanzamiento.



Gráfica 17. Posición de los pies al lanzar, inicial.





*Gráfica 18. Posición de los pies al lanzar, final.*

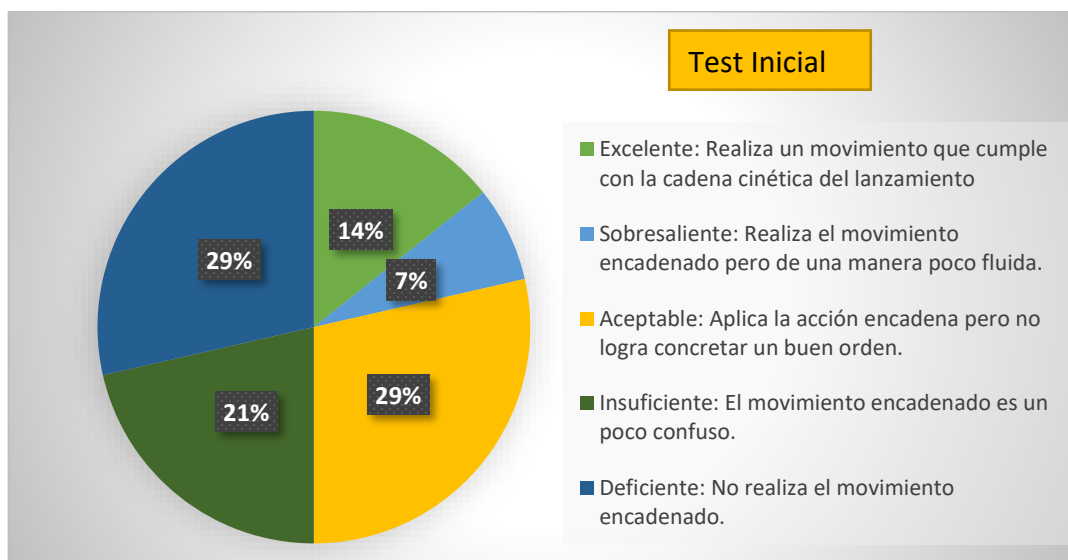
En la gráfica número diecisiete, se observó que siete estudiantes que equivalen al 50%, llevan su pie de pivot hacia adelante y su otro pie queda estático, los cuales obtuvieron resultados aceptables, un 29% de los estudiantes tienen una posición ideal, donde su pie de pivot se encuentra semiflexionado hacia adelante y el otro pie hacia atrás semiflexionado levantando talón, obteniendo resultados excelentes, un 14 % de los estudiantes, que equivalen a 2 estudiantes, se encuentra en un rango deficiente, en el cual se puede evidenciar que mantienen los pies juntos sin adoptar ninguna posición y un 7% se encuentran en un rango sobresaliente, los cuales tienen una posición ideal, donde su pie de pivot se encuentra semiflexionado hacia adelante y su otro pie semiflexionado hacia atrás sin levantar talón. Es de resaltar que ningún estudiante se encuentra en el rango de aceptable, pues la gráfica arroja un 0%.

Según lo evidenciado en la aplicación del instrumento, el lanzamiento no fue fluido y es por la carencia de una coordinación en la secuencialidad de los movimientos, generando que no se aplique un movimiento consiente para ser una salida del pie de pivot, algunos de los estudiantes finalizan con los pies juntos o con el mismo pie a la mano de lanzamiento limitando la ejecución de este movimiento. Pocos estudiantes adoptan una posición ideal de los pies a la hora de lanzar coordinando la secuencialidad de los movimientos.

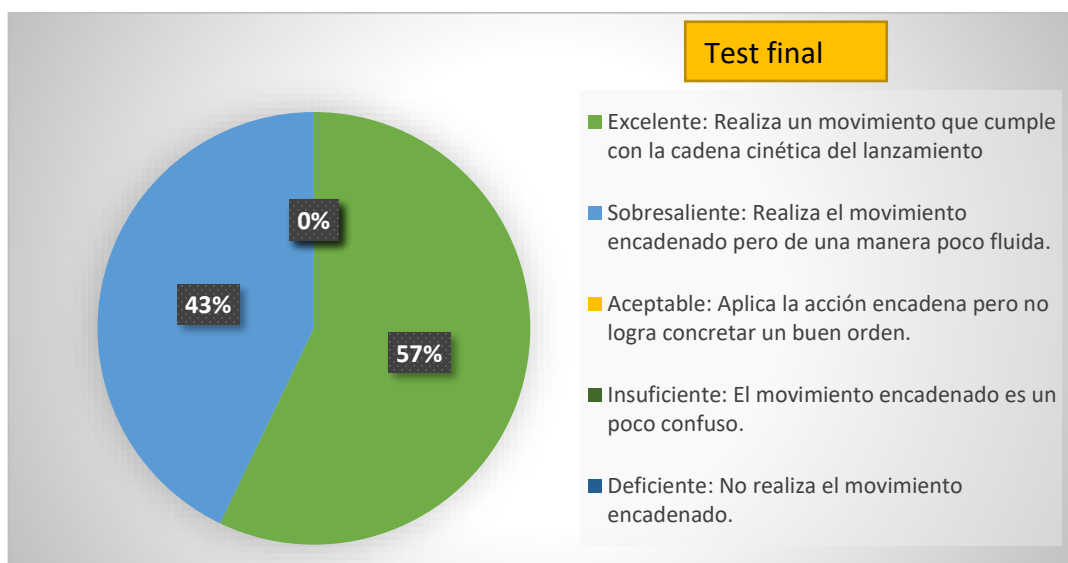
En la gráfica número dieciocho el mejoramiento es muy notorio por parte de los estudiantes, el 43% que aplica el lanzamiento utiliza una posición adecuada de sus extremidades inferiores y superiores, adquiriendo un gesto encadenado de movimientos secuenciales en los que hacen intervención grandes grupos musculares y articulaciones, el 57% de los estudiantes está en el rango de sobresaliente que en su apreciación comparada con el test inicial es un gran avance en el perfeccionamiento de este criterio.

(Moreno, 2020), señala que “la coordinación es fundamental para la ejecución de las diferentes habilidades motrices básicas”

En la apreciación anterior se entiende que debe haber una relación recíproca entre la coordinación y la habilidad básica de lanzar.



*Gráfica 19. Movimientos de acción encadenados, inicial.*



*Gráfica 20. Movimientos de acción encadenados, final.*

En la gráfica diecinueve, se observó que cuatro de los estudiantes que equivalen al 29%, se encontraron en un rango aceptable, aplicaron la acción encadenada, pero no lograron concretar un

buen orden, a su misma vez, otro 29%, de estudiantes no realizaron el movimiento encadenado, obtuvieron resultados deficientes, un 21%, de la muestra, que equivalen a dos estudiantes, se observó que el movimiento encadenado fue un poco confuso, realizaron movimientos que cumplían con la cadena cinética del lanzamiento, obteniendo resultados excelentes, y un 7%, se encontraron en un rango sobresaliente, y realizaban el movimiento encadenado pero de una manera poco fluida.

Según lo evidenciado en la aplicación del instrumento, podemos inferir que, la mayoría de estudiantes no realizaron acciones encadenadas de brazo, antebrazo, codo, muñeca, manos y falanges en el momento de realizar el lanzamiento, como también se pudo evidenciar en otros estudiantes, la fluidez y la concreción de los movimientos, cumpliendo con la cadena cinética del lanzamiento.

En la gráfica número veinte el 57% de los estudiantes cumple con la cadena cinética y el 43% se encuentra en el rango sobresaliente que realiza el movimiento encadenado pero de una manera poco fluida, se evidencio una secuencia de criterios aplicados durante varios meses en los que se ejecutaron juegos tradicionales para el fortalecimiento de estos que se iban mejorando en el transcurso de las clases, como test final los resultados positivos dan cuenta del aprendizaje significativo por medio de los juegos tradicionales.

## 8.2. Guía didáctica

En la guía didáctica se puede observar los criterios que se tuvieron en cuenta a evaluar, las fechas de intervención, el nombre de los juegos tradicionales ejecutados y el número de sesiones. Descritos en el siguiente esquema.

<b>CRITERIOS A EVALUAR</b>	<b>MES</b>	<b>JUEGOS TRADICIONALES APLICANDO EL LANZAMIENTO</b>	<b>SESIONES DE UNA HORA</b>
1. Extensión del codo y el hombro al ejecutar la acción de lanzar.	Agosto 27 de 2021	Ponchado 1	#1

2. Movimiento de la muñeca que sostiene la pelota	Septiembre 3 de 2021	Ponchado, modificación 2	#2
3. Posesión y colocación de la pelota.	10 de septiembre 2021	Yermis 1	#3
4. El rompimiento de la fuerza de inercia. (Los movimientos asociados con el lanzamiento).	17 de septiembre 2021	Voy 1	#4
5. Movimiento de empuje final y la salida del pie de pivot.	24 de septiembre 2021	Stop (Colombia le declara la guerra a otro país)	#5
6. Realiza una aceleración máxima del tronco	24 de septiembre de 2021	Voy 2 modificado	#6
7. lanza la pelota por encima del hombro	1 de octubre de 2021	Oba	#7
8. mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad durante los movimientos previos al lanzamiento (eje vertical).	8 de octubre de 2021	Canicas modificado (con pelotas de 25 cm de circunferencia)	#8
9. Posición de los pies al lanzar. (pie de pivot)	15 de octubre de 2021	Stop (Colombia le declara la guerra a otro país)	#9
10. Movimientos de acción encadenados del brazo, antebrazo, codo, muñeca, mano y dedos, en el momento del lanzamiento.	19 de octubre de 2021	cielo	#10

*Tabla 1 Rejilla de la guía didáctica*

### 8.3. Plan de actividades

Se realizaron una serie de juegos tradicionales, dando convalides al desarrollo de la habilidad motriz básica de lanzar en los estudiantes de Básica Primaria del Centro Educativo Rural Yarumal Alta Vista Del Municipio De Sonsón (Ant)

#### **Sesión de clase #1**

#### **Ponchado**

**Criterio:** Extensión del codo y el hombro al ejecutar la acción de lanzar.

**Objetivo:** Aplicar el lanzamiento de la pelota teniendo cuenta la flexión y extensión del codo al ejecutar la acción de lanzar involucrando los juegos tradicionales.

### **Actividad #1**

#### **Será un juego libre o exploratorio**

Todos los estudiantes lanzaran la pelota en diferentes direcciones, este juego es de manera libre, después se organizarán en parejas, cada pareja tendrá una pelota y van a tomar una distancia de 5 metros, seguido de esto el docente dará unas indicaciones que deberán seguir para realizar un lanzamiento y el docente demostrara con un ejemplo, el lanzamiento de la pelota debe ser por encima del hombro con una flexión codo y del hombro y cuando se desprende de la pelota hacemos extensión de codo.

### **Actividad #2**

En esta actividad se tendrá un grado de dificultad mayor, se repite la actividad anterior pero solo pondremos un aro y dos conos para que los estudiantes lo puedan tumbar.

#### **Aplicación del juego tradicional ponchado con algunas variables**

Es un juego tradicional reconocido por todos los estudiantes ejecutan, pero en movimiento, solo estarán ponchando dos estudiantes y los demás se desplazarán por toda la cancha las dos personas que están ponchando tendrán que hacer un buen lanzamiento para ponchar, cada vez que ponchen a un estudiante quedará congelado como chucha congelada, solo se podrá liberar si otro compañero lo toca.

En este juego se evidencia el buen lanzamiento teniendo en cuenta el criterio flexión codo y del hombro y cuando se desprende de la pelota hacemos extensión de codo.

### **Sesión de clase #2**

#### **4 personas ponchan**

**Criterio:** Movimiento de la muñeca que sostiene la pelota

**Objetivo:** Ejecutar actividades para mejorar el lanzamiento utilizando un buen movimiento de la muñeca aplicando juegos tradicionales

### **Actividad #1**

Para aplicar el movimiento de la muñeca que es el segundo criterio a tener en cuenta vamos a realizar un ejercicio que evidenciará el movimiento para mejorarlo.

**Desarrollo:** Cada estudiante tendrá en sus manos una pelota de espuma y se procederá a lanzar hacia arriba haciendo una extensión del codo y un buen movimiento de la muñeca, para aumentar el grado de dificultad podemos lanzar la pelota hacia arriba y recoger un objeto del suelo y volverla a atrapar sin dejarla caer.

### **Actividad #2**

Lanzar a pasar por dentro del aro, aro colgado en la cancha.

Desde la mitad de la cancha o un punto destinado se harán todos los estudiantes, cada uno con una pelota de espuma en sus manos y optarán la postura enseñada en la clase pasada la flexión del codo y flexión del hombro y cuando lanzamos la pelota hacemos extensión de codo y el movimiento de la muñeca hacia adelante.

El objetivo del juego es pasarlo por uno de los aros que están colgados en la cancha de micro, la persona que lo logre llevara un punto.

### **Ponchado con 4 personas**

Primero delimitamos un cuadro, la idea es que sea amplio dependiendo la cantidad de estudiantes, en el cuadro se distribuirán por todo el espacio sin salirse de él, el maestro se encargará de poner a 4 personas que estarán ponchando a los compañeros, se harán en los puntos delimitados la idea es que los compañeros que están en los extremos ayuden a facilitar el proceso de ponchar para hacer más dinámico y activo el juego.

### **Sesión de clase #3**

## **Juego tradicional Yermis**

**Criterio:** Posesión y colocación de la pelota

**Objetivo:** Explicar el criterio de posesión y colocación de la pelota para incorporar nuestros movimientos en el mejoramiento del lanzamiento.

### **Actividad #1**

#### **Lanzar a pegarle al compañero que pase por la mitad**

Se organiza el grupo en dos filas a los extremos de la cancha teniendo en cuenta las posturas trabajadas anterior mente incorporaremos el criterio de posesión y colocación de la pelota, que se basa en agarrar la pelota con las 5 falanges y llevando un movimiento encadenado de los criterios aplicados.

El juego consiste en adoptar una postura adecuada haciendo una fila en las líneas laterales teniendo en cuenta que cada estudiante tendrá en sus manos una pelota de espuma y se escogerá un estudiante que será el encargado de pasar por la mitad, cada vez que suene el pito el compañero escogido será el único que pasara lo más rápido posible desde la línea inicial a la línea final, los demás estudiantes lanzaran la pelota intentando golpear al compañero que pasa rápidamente y así cambiaremos de rol para que todos los estudiantes pasen por el centro.

#### **Juego tradicional Yermis**

Se organiza a los estudiantes en dos grupos el grupo número uno estará ubicado a una distancia de 5 metros. Al comenzar el juego el equipo número 1 que está a la ofensiva lanza la pelota contra la torre de conos, si no se desarma la torre en los lanzamientos de cada jugador se cambia de turno. Si la torre es desarmada el equipo número 2 que está a la ofensiva intenta ponchar a los rivales con la pelota de espuma quienes no deben dejarse ponchar del otro equipo, mientras que al mismo tiempo intentan armar nuevamente la torre de conos, si lo logran antes de ser ponchados gritan yermis, todos los integrantes del equipo se anotan un punto y no se cambia de

turno. Pero si no logran armar la torre de conos y son ponchados se cambia de turno, es decir, el otro equipo comienza lanzando la pelota contra la torre de conos, cabe resaltar que los lanzamientos se harán aplicando los criterios trabajados en las clases anteriores, buena postura, lanzamiento con una sola mano, pie de pivot.

#### **Sesión de clase #4**

##### **Voy**

**Criterio:** El rompimiento de la fuerza de inercia. (Los movimientos asociados con el lanzamiento).

**Objetivo:** Identificar el rompimiento de la fuerza de inercia para tener un control corporal y estabilidad en el momento de lanzar la pelota.

##### **Voy**

Este juego tradicional permite incorporar habilidades como son la capacidad de reacción, coordinación viso manual y viso pédica y de esta manera se trabajará el lanzamiento de pelota.

Se escogerá a 4 estudiantes que estarán en el centro de la cancha y serán los encargados de lanzar la pelota e intentar ponchar a los compañeros, los demás compañeros que no van a ponchar se ubicarán en la primera base que estará delimitada por unos conos, las bases estarán en forma de cuadrado. El juego consiste en que los estudiantes que están en las bases cada vez que suene el pito correrán rápido a la base siguiente intentando que no los ponchen, la persona que ponchen se deberá devolver a la base anterior, las personas que están en el centro cada vez que suene el pito lanzarán las pelotas de espuma hacia arriba y cuando la atrapen podrán lanzar a ponchar a sus compañeros.

Cuando pase el primer estudiante por todas las bases y no lo logren ponchar vamos a cambiar de roles para que todos tengan la posibilidad de hacer el lanzamiento e intentar ponchar a uno de sus compañeros.

#### **Sesión de clase #5**



## **Stop**

**Criterio:** Movimiento de empuje final y la salida del pie de pivot.

**Objetivo:** Utilizar los movimientos de empuje final y salida de pie de pivot para aplicar un buen lanzamiento.

## **Stop**

Este juego tradicional es reconocido como stop o también como Colombia le declara la guerra.

Los estudiantes se formaran en círculo amplio, cada estudiante dirá su nombre en voz alta para que los demás compañeros interioricen sus nombres, se escogerá a un estudiante que será el encargado para iniciar el juego, el estudiante que estará en el centro del círculo tendrá en sus manos una pelota de espuma, cuando suene el pito lanzará la pelota hacia arriba y gritara duro el nombre de un compañero ejemplo; Juan está en el centro del círculo, Juan lanzará la pelota hacia arriba y dirá Pedro, la persona que se llame Pedro tendrá que ir rápidamente a atrapar la pelota, cabe resaltar que los demás compañeros deberán correr rápidamente y cuando Pedro atrape la pelota tendrá que decir stop y todos los estudiantes se quedaran quietos y Pedro procederá a ponchar utilizando la técnica adecuada y todos los criterios mencionados, si logra ponchar a un estudiante este se hará en el centro del círculo y el juego se repetirá.

## **Sesión de clase #6**

### **Voy modificado**

**Criterio:** Realiza una aceleración máxima del tronco

**Objetivo:** Aplicar el movimiento de torsión del tronco con velocidad o fluidez para mejorar el impulso de la pelota.

**Voy con objetos adicionales.**

Para este juego se aplicará varios cambios, el primero es que los estudiantes que están en la base número 1 deberán transportar 3 pelotas de espuma que serán simuladas como un objeto valioso para el equipo que estará pasando de base.

El juego consiste en que las personas que están ubicadas en el centro de las bases tendrán varias pelotas de espuma y serán los encargados de ponchar a los estudiantes que se desplazarán rápidamente hasta la base siguiente, cada vez que suene el pito los compañeros que estarán en el centro que son de 3 a 4 estudiantes lanzarán la pelota hacia arriba en este tiempo antes que la pelota vuelva a ser atrapada por sus compañeros el grupo número dos tendrán que pasar rápido a segunda base teniendo en cuenta que uno de sus integrantes se quedara en primera base para lanzar las pelotas a uno de sus compañeros que estén en la segunda base, así sucesivamente el grupo número dos avanzará cada vez que el docente de la indicación.

El grupo número uno que estará en el centro se encargará de lanzar también la pelota de espuma e intentar ponchar a sus contrincantes, si ponchan a un estudiante se devolverá a la base anterior, cabe resaltar que el lanzamiento se hará aplicando todos los criterios establecidos anteriormente llevando unos patrones de movimiento para mejorar esta técnica.

### **Sesión de clase #7**

#### **Oba**

**Criterio:** Lanza la pelota por encima del hombro

**Objetivo:** Realizar el movimiento de flexión de hombro y flexión de codo por medio de juegos tradicionales que le permiten ejecutar un movimiento con extensión de codo a la hora de lanzar.

El juego oba es muy reconocido por nuestros abuelos, se ejecutarán varias modificaciones para este juego tan representativo, como primero todos los estudiantes tendrán en sus manos una

pelota de espuma y se dispondrán en una fila y al frente de cada estudiante se encontrará un muro o una pared en la cual van a rebotar la pelota.

Lo primero que se debe priorizar es verificar que los estudiantes estén lanzando con una sola mano y teniendo en cuenta todos los criterios enseñados por el docente, después de hacer la verificación todos los alumnos lanzaran la pelota hacia la pared y la atraparan con las dos manos esto lo harán 10 veces para empezar el juego.

La canción se llama oba, cada vez que yo diga una parte del cuerpo o un movimiento específico los estudiantes lanzarán la pelota por encima de su cabeza hacia la pared y ejecutarán el movimiento ejemplo; manos en la cabeza, los estudiantes lanzan la pelota a la pared y rápidamente deberán tocar la cabeza con sus manos y volver a atrapar la pelota sin dejarla caer al suelo, también lo podemos hacer, saltos, pies juntos, saltos con un solo pie etc.

### **Sesión de clase #8**

#### **Canicas modificadas (con pelotas de 20 cm de circunferencia)**

**Criterio:** Mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad durante los movimientos previos al lanzamiento (eje vertical).

**Objetivo:** Aplicar juegos tradicionales para interiorizar el movimiento del equilibrio en el traslado del centro de gravedad durante los movimientos previos al lanzamiento.

#### **Canicas con pelotas de 25 cm de circunferencia**

Cada estudiante tendrá en sus manos una pelota de espuma y se harán en la línea inicial de la cancha formando una fila, en el centro de la cancha estarán puestas varias pelotas de espuma en un círculo delimitado y empezará jugar canicas tradicionales.

Vamos a tener un orden para lanzar la pelota los nombrare con los números e iniciará el número uno ejemplo; Pedro tiene el número uno, desde la línea inicial va a lanzar su pelota e intentar que quede cerca del círculo de la mitad donde se encuentran las demás pelotas de espuma,

de esta manera todos los estudiantes harán lo mismo y cuando todos terminen de lanzar seguirán con el mismo orden e intentaran golpear y de esta manera sacar las pelotas que están dentro del círculo, es importante recalcar que se aplicarán todos los movimientos, pie de pivot, lanzamiento por encima de la cabeza, buen agarre de la pelota y en el que vamos a enfatizar más es en la postura que se adquiere al lanzar la pelota para no perder el equilibrio y realizar un buen lanzamiento.

### **Sesión de clase #9**

#### **Stop con dos integrantes en el centro**

**Criterios:** Posición de los pies al lanzar. (Píe de pivot)

**Objetivo:** Analizar la aplicación de todos los patrones de movimiento para la práctica del lanzamiento

Para este juego se aplicarán todos los criterios establecidos que a continuación se volverán a nombrar.

1. Extensión del codo y el hombro al ejecutar la acción de lanzar.
2. Movimiento de la muñeca que sostiene la pelota
3. Posesión y colocación de la pelota.
4. El rompimiento de la fuerza de inercia. (Los movimientos asociados con el lanzamiento).
5. Movimiento de empuje final y la salida del pie de pivot.
6. Realiza una aceleración máxima del tronco
7. lanza la pelota por encima del hombro
8. mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad durante los movimientos previos al lanzamiento (eje vertical).
9. Posición de los pies al lanzar. (Píe de pivot)

10. Movimientos de acción encadenados del brazo, antebrazo, codo, muñeca, mano y dedos, en el momento del lanzamiento.

### **Stop con dos integrantes en el centro**

El juego tradicional reconocido como stop o también como Colombia le declara la guerra.

Los estudiantes se formaran en un círculo amplio, cada estudiante dirá su nombre en voz alta para que los demás compañeros interioricen sus nombres, se escogerá a dos estudiante que serán los encargados para iniciar el juego, los dos estudiantes que estará en el centro del círculo tendrá en sus manos una pelota de espuma cada uno, cuando suene el pito lanzara la pelota hacia arriba y gritara fuerte el nombre de un compañero ejemplo; Juan está en el centro del círculo, Juan lanzara la pelota hacia arriba y dirá Pedro, la persona que se llame Pedro tendrá que ir rápidamente a atrapar la pelota, cabe resaltar que los demás compañeros deberán correr rápidamente y cuando pedro atrape la pelota tendrá que decir stop y todos los estudiantes se quedarán quietos y pedro procederá a ponchar utilizando la técnica adecuada realizando una acción de movimientos encadenados del brazo, antebrazo, codo, muñeca, mano y dedos, en el momento del lanzamiento, es de recalcar que el movimiento del pie de pivot se hace con una semiflexión de rodilla del pie contrario a la mano que lanza, y la rodilla del otro pie queda extendida, si los dos estudiantes que están en el centro logran ponchar estos vendrá a hacerse en el centro del círculo y el juego se repetirá.

### **Sesión de clase #10**

#### **Cielo modificado**

**Criterio:** Movimientos de acción encadenados del brazo, antebrazo, codo, muñeca, mano y dedos, en el momento del lanzamiento.

**Objetivo:** Emplear los criterios trabajados durante las 10 sesiones de clase para evidenciar una interiorización de cada uno de ellos y ponerlos en práctica en la mejora del gesto de lanzamiento.

Este juego tradicional es reconocido como cielito, consiste en utilizar la precisión a la hora de lanzar y desarrollar habilidades de locomoción que involucran en esta actividad, para desarrollarlo se aplicarán diferentes variantes al juego tradicional, una de ellas es poner en práctica todos los criterios aprendidos en las clases anteriores.

Después de dibujarlo, ubicará en el lado izquierdo un cono y este será utilizado como blanco para ser tumbado por los estudiantes.

**Desarrollo del juego:** Cada estudiante tendrá en sus manos una pelota de espuma y se efectuarán en una hilera detrás de la línea delimitada, el primer estudiante lanzara la pelota y su objetivo es tumbar el cono que se encuentra en la parte izquierda del número 1, si logra tumbarlo aplicando todos los criterios trabajados procederá a salir saltando pisando todos los números y regresara a la hilera. Si tumban el cono puede pasar al segundo nivel, ponen el cono en el segundo número y así sucesivamente hasta llegar a la meta.

Criterios que se deben tener en cuenta para la ejecución de este juego.

1. Extensión del codo y el hombro al ejecutar la acción de lanzar.
2. Movimiento de la muñeca que sostiene la pelota
3. Posesión y colocación de la pelota.
4. El rompimiento de la fuerza de inercia. (Los movimientos asociados con el lanzamiento).
5. Movimiento de empuje final y la salida del pie de pivot.
6. Realiza una aceleración máxima del tronco
7. Lanza la pelota por encima del hombro

8. Mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad durante los movimientos previos al lanzamiento (eje vertical).

9. Posición de los pies al lanzar. (Píe de pivot)

10. Movimientos de acción encadenados del brazo, antebrazo, codo, muñeca, mano y dedos, en el momento del lanzamiento.

#### 8.4. Consideraciones éticas

Fue importante establecer algunas consideraciones éticas al intervenir la población, por tanto, esta investigación tomó en cuenta los siguientes aspectos éticos:

1. Prevalció el criterio de respeto a la dignidad, protección de los derechos y bienestar del sujeto de estudio.
2. La investigación se ajustó a los principios científicos y éticos que la justifican.
3. Prevalció la seguridad de los beneficiarios y se expresó claramente los riesgos (mínimos), los cuales no deben, en ningún momento, contradecir el artículo 11 de la resolución 8430 de 1993.
4. Se contó con el consentimiento informado y por escrito de los sujetos de investigación o su representante legal con las excepciones dispuestas en la resolución anteriormente mencionada.
5. Se protegió la privacidad del sujeto de investigación, identificándolo solo cuando los resultados lo requieren y éste lo autorice.
6. Los investigadores principales identificaron el tipo o los tipos de riesgo a los cuales estuvieron expuestos los estudiantes. Los investigadores principales identificaron el tipo o los tipos de riesgo a los cuales estuvieron expuestos los sujetos de investigación.

El consentimiento informado presentó la siguiente información:

- Justificación y objetivos de la investigación.
- Procedimientos que van a usarse y su propósito.

- Molestias o riesgos esperados.
- Beneficios que se puedan obtener.
- Garantía de recibir respuesta a cualquier pregunta y aclaración a cualquier duda acerca de los procedimientos, riesgos y asuntos relacionados con la investigación.
- Libertad de retirar su consentimiento en cualquier momento y dejar de participar en el estudio sin que por ello se creen perjuicios para continuar con su cuidado.
- Libertad de no identificación del sujeto de investigación, manteniendo la confidencialidad de la información relacionada con su privacidad.
- Compromiso de proporcionar información actualizada obtenida durante el estudio, aunque Esta pudiera afectar la voluntad del sujeto para continuar participando. (Ministerio de salud (Ministerio de salud, 1993)



## 9. CONCLUSIONES

La metodología aplicada en la ejecución de la guía didáctica permitió mejorar los criterios secuenciales en la habilidad de lanzar, obteniendo resultados positivos en el test final.

La representación de gráficos en el test inicial y test final admite realizar una comparación objetiva de ambos criterios, tanto en su inicio de cómo se encontraban los estudiantes y los aspectos que se mejoraron en el transcurso de la aplicación de los juegos tradicionales.

Los juegos tradicionales fueron el eje principal del perfeccionamiento de dicho gesto, ya que en cada sección de clase se trabajó un criterio y un juego implementando así un aprendizaje significativo en los estudiantes.

El perfeccionamiento de este gesto técnico les permite a los estudiantes ponerlo en práctica en diferentes deportes, también les ayudará como habilidad para la vida teniendo en cuenta que la población es de zona rural y será de gran utilidad en sus actividades cotidianas.

Los gráficos nos representan porcentajes muy elevados en el aumento progresivo del mejoramiento de dichos criterios como se ve reflejado en el test final es muy notorio los aportes positivos generados por los juegos tradicionales.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abreu, M. R. (2015). La mejora del desarrollo motor a través de los lanzamientos y las recepciones. *efdeportes* . Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd145/desarrollo-motor-a-traves-de-lanzamientos-y-recepciones.htm>
- Alexis Darío Garcia Montes, W. D. (2020). *Estimulación de la habilidad motriz básica del salto por medio de juegos tradicionales y populares*. La unión.
- Anagel Rafael Polo Guerrer, C. A. (2019). *LOS JUEGOS TRADICIONALES COMO ESTRATEGIA PARA FOMENTAR EL USO ADECUADO DEL TIEMPO LIBRE EN LOS ESTUDIANTES DE LA VEREDA BOCA DE CATABRE DEL MUNICIPIO DE CHIMÁ CÓRDOBA*. SAN ANDRES DE SOTAVENTO / CORDOBA.
- Bañuelos, S. (agosto de 2010). Aprendizaje motor Las habilidades motrices basicas: coordinacion y equilibrio. *Efdeportes*. Obtenido de Efdeportes .
- Báscon, M. Á. (2010). Habilidades motrices básicas. *Innovación y experiencias educativas*.
- BASCÓN, M. Á. (diciembre 2010). HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS. 10.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la Investigación*. Bogotá : Pearson Educación .
- Bolaños, D. F. (2010). *Desarrollo Motor, Movimiento e interacción*. Armenia: Kinesis.
- Calero, N. (3 de febrero 2014). El cuerpo habla, se mueve y adquiere identidad. *Praxis pedagógicas*, 15.
- Cameselle, R. P. (2005). *PSICOMOTRICIDAD. TEORÍA Y PRAXIS DEL DESARROLLO PSICOMOTOR EN LA INFANCIA*. España: Vigo.
- Educación, T. p. (2011). revista digital para profesionales de la enseñanza. *federación de enseñanza de CC.OO de Antioquia*, 17.
- Emerson David Barboza Barboza, L. L. (2019). *Los Juegos de conjunto como herramientas para mejorar la convivencia escolar en los estudiantes del grado 6-01 de la Institución Educativa Juan XXIII Del Municipio de Purisima Cordoba*. SAN MARCOS / SUCRE.
- Fernández, G. y. (2002).
- física, G. c. (s.f.). *Las Habilidades y destrezas Motrices en la Educación Física esolar*.
- Flores, A. B. (2000). *Habilidades Motrices*. Barcelona - España: INDE.
- Fonseca, V. D. (2000). Estudio y génesis de la Psicomotricidad. En V. D. Fonseca, *Estudio y génesis de la Psicomotricidad* (pág. 421). INDE.
- Guerrero, A. P. (2014). *“Fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar por medio de juegos tradicionales en los niños y niñas de 5 a 10 años de la institución educativa Sochaquira abajo sede Guaquira – Guayata Boyacá*. Boyacá.
- Guerrero, A. P. (2014). *fortalecimiento de las habilidades basicas motoras correr, saltar y lanzar por medio de juegos tradicionales en los niños y niñas de 5 a 10 años de la institución educativa Sochaquira Abajo, Sese Guajira\_Guayatá "Boyaca"*. Sutatenza.

- Herrera Alomoto, P. d. (Abril, 2015). *Los juegos y su incidencia en el desarrollo de la motricidad gruesa utilizando material del medio dirigido a niños y niñas de primer año de preparatoria de la escuela de educación general básica "Naciones Unidas" del cantón Saquisilí de la provincia. LATACUNGA.*
- Hurtado, J. (2000). *Metodología de la Investigación Holística*. Caracas: Fundación Sygal Servicios y Proyecciones para América Latina.
- Jesús David Ramírez Rodríguez, R. C. (2018). *Los juegos tradicionales como estrategia didáctica, para el desarrollo motor de los patrones básicos (lanzar y atrapar) en los niños de 101 del colegio IED Robert F. Kennedy, sede B jornada tarde*. Bogotá.
- John Edison Romero Díaz, Á. G. (2015). *PROPUESTA DIDÁCTICA, PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS HABILIDADES BÁSICAS MOTRICES LANZAR Y ATRAPAR, EN NIÑOS Y NIÑAS DEL GRADO 302 DE PRIMARIA EN EL COLEGIO IED ROBERT FRANCIS KENNEDY JORNADA TARDE*. Bogotá.
- Julián Felipe Garzón Cazallas, A. F. (2019). *Propuesta Didáctica Desde la Clase de Educación Física para Mejorar las Habilidades Básicas Motrices (lanzar y atrapar) en los Niños del Grado Tercero del Colegio Nydia Quintero de Turbay Jornada Tarde*. Turbay.
- Julián Pérez Porto y Ana Gardey. (2011). *Definición*. Obtenido de <https://definicion.de/lanzamiento/>
- Julio Cesar Restrepo, A. A. (2018). *LA LÚDICA COMO ESTRATEGÍA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS HABILIDADES BÁSICAS MOTRICES EN LOS ESTUDIANTES DE GRADO QUINTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO ROLDÁN DEL MUNICIPIO DE BRICEÑO*. Yarumal.
- Montesdeoca, G. P. (Octubre 2015). *Psicomotricidad en la educación inicial*. Quito - Ecuador.
- Moreno, J. M. (2020). Re pensar la competencia motriz. *acceda crisis*, 375 -384.
- Ofele, M. R. (marzo. 1999). LOS JUEGOS TRADICIONALES Y SUS PROYECCIONES PEDAGÓGICAS. *Efdeportes.com*, 13.
- Pérez Chochos, C. R. (Abril, 2015). *LOS JUEGOS TRADICIONALES INFANTILES DE PERSECUCIÓN Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS NIÑOS DE 4 AÑOS DE EDAD DE LA UNIDAD EDUCATIVA " HISPANO- AMÉRICA DEL CANTON AMBATO"*. Ambato- Ecuador.
- Pérez Chochos, C. R. (Abril, 2015). *Los juegos tradicionales infantiles de persecución y su influencia en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de 4 años de edad de la unidad Educativa "Hispano América" del Canton Ambato*. Ambato.
- Ramírez, A. P. (2015). *PROPUESTA INSTRUMENTAL PARA LA EVALUACIÓN DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE NIÑOS INMERSOS EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA*. Bogotá.
- Ramos, G. (abril de 2014). *Definición*. Obtenido de <https://definicion.mx/lanzamiento/>
- Rigal, R. (2006). *Educación Motriz, y Educación Psicomotriz en preescolar y primaria*. Barcelona - España: INDE.
- Rivera, D. M. (Marzo 2009). La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. actividades para su desarrollo. *Revista Digital*, 13.
- Ruiz. (2001). 72.

- S.J. TAYLOR, R. B. (2000). Introducción a los métodos cualitativos . *Ediciones paidós* , 344.
- Semino Yarlequé, G. M. (2016). *Nivel de psicomotricidad gruesa de los niños de 4 años de una Institución Educativa Privada del distrito de Castilla-Piura*. Peru.
- Suárez, V. J. ( Junio de 2009 ). *efdeportes* . Obtenido de efdeportes :  
<https://www.efdeportes.com/efd133/patron-de-lanzamiento-en-ninos.htm>
- Toasa Cobo, J. E. (Julio, 2015). "*La importancia de la estimulación temprana en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de 0 a 5 años que acuden a la consulta Pediátrica en el hospital General Puyo*". Ambato- Ecuador.
- Vanessa Cidoncha Falcón, E. D. (2010). Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio. *EFDeportes.com*.
- Vanessa Cidoncha Falcón, E. D. (s.f.). aprendizaje motor: las habilidades motrices basicas: coordinacion y equilibrio . *efdeportes* .
- Vygotsky. (1896 - 1934). *Vigotsky y su teoría constructivista del juego*.
- wild. (2010 ). La mejora del desarrollo motor a través de los lanzamientos y recepciones . *efdeportes* .
- Winckstrom. (2000). Habilidades motrices. 7.
- Zuluaga, H. D. (2019). *Los juegos tradicionales una estrategia didáctica para el desarrollo de la autonomía en niños de 6 a 8 años en el colegio Vista Bella sede c. Bogota*.

## ANEXOS

Anexo 1. Rúbricas del test inicial y final de lanzamiento modificado con valoración de mano dominante.

Calificación	1. extensión del codo y el hombro al lanzar	2. Movimiento de la muñeca que sostiene la pelota	3. Posesión y colocación de la pelota.	4. El rompimiento de la fuerza de inercia.	5. movimiento de empuje final y la salida del pie de pivot.	6. Realiza una aceleración máxima del tronco	7. lanza la pelota por encima del hombro	8. mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad	9. Posición de los pies al lanzar.	10. Movimientos de acción encadenados
EXCELENTE			13	3	1	2	2	3	4	2
SOBRESALIENTE	4	7	1	7	1	4	1	2	1	1
ACEPTABLE	5	2		4	6	3	5	3	7	4
INSUFICIENTE	5	5			5	5	4	6	2	3
DEFICIENTE					1		2			4
Total, de estudiantes	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14

*Tabla 2 Rúbrica de evaluación del test inicial*

Calificación	1. extensión del codo y el hombro al lanzar	2. Movimiento de la muñeca que sostiene la pelota	3. Posesión y colocación de la pelota.	4. El rompimiento de la fuerza de inercia.	5. movimiento de empuje final y la salida del pie de pivot.	6. Realiza una aceleración máxima del tronco	7. lanza la pelota por encima del hombro	8. mantiene el equilibrio en el traslado del centro de gravedad	9. Posición de los pies al lanzar.	10. Movimientos de acción encadenados
EXCELENTE	5	5	7	5	4	4	7	6	3	4
SOBRESALIENTE	1	2		2		2		1	4	3
ACEPTABLE					1	1				
INSUFICIENTE	1				2					
DEFICIENTE										
Total, de estudiantes	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7

*Tabla 3 Rúbrica de evaluación del test final*

#### Anexo 2. Registros fotográficos



*Ilustración 1 Test inicial de lanzamiento*



*Ilustración 2 Test inicial de lanzamiento*



*Ilustración 3 Test inicial de lanzamiento*



*Ilustración 4 Test inicial de lanzamiento*



*Ilustración 5 Test inicial de lanzamiento*



*Ilustración 6 Test final de lanzamiento*



*Ilustración 7 Test final de lanzamiento*





*Ilustración 8 Test final de lanzamiento*