

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Deporte y Gamificación para el Desarrollo Motor en Niños

Juan Sebastián Flórez Cotes

Trabajo de grado para optar por el título de
Profesional en Cultura Física, Deporte y Recreación

Dirigido por

Cindy Joulieth Castro Ramírez

Magíster en Planeación para el Desarrollo

Universidad Santo Tomás

División de Ciencias de la Salud

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación

Bogotá, D.C.

2024

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Tabla de Contenido

Resumen	3
Abstract	4
Introducción	5
Planteamiento del Problema	7
Justificación	14
Objetivos	16
Objetivo General	16
Objetivos Específicos	16
Marco Teórico	17
Deporte	17
Deporte Escolar	17
Desarrollo Motor	18
Bienestar Físico	18
Habilidades Cognitivas	18
Habilidades Coordinativas	19
Gamificación	19
Escolares	19
Fútbol	20
Baloncesto	21
Voleibol	21
Tenis	21
Balonmano	22
Plan de Acción	23
Resultados	25
Conclusiones	29
Sugerencias y Recomendaciones	31
Referencias	33
Anexos	37

Resumen

El programa de intervención para el desarrollo motor de niños a través del deporte y la gamificación consta de un total de 22 sesiones dirigidas a los niños pertenecientes a la fundación Torre Fuerte Funtofe, con el fin de contribuir en el desarrollo motor y cognitivo de los niños a través de la práctica deportiva. El contenido de las 22 sesiones de intervención consta de diversos deportes que aportan principalmente al desarrollo de habilidades físicas como la velocidad, la fuerza y la resistencia, además de también habilidades cognitivas como la temporo-espacial, el equilibrio, la coordinación visomanual y visopédica, lateralidad y agilidad. Se ejecutaron 2 sesiones por semana con materiales acordes para las prácticas deportivas, al iniciar y finalizar la intervención se realizó el T-test de agilidad para medir la velocidad de desplazamiento y cambio de dirección de los niños, con la intención de evaluar las mejoras que aporta el deporte al desarrollo motor y cognitivo en niños de 5 a 13 años, encontrando resultados positivos a nivel motor, lo que demuestra la importancia de la intervención de un profesional en el área de la Cultura Física, Deporte y Recreación.

Palabras Clave: Deportes, Desarrollo Motor, Bienestar Físico, Infancia, Habilidades Cognitivas, Habilidades Coordinativas.

Abstract

The motor development intervention program for children through sports and gamification consists of a total of 22 sessions aimed at children belonging to the Torre Fuerte Funtofe Foundation, with the goal of contributing to their motor and cognitive development through sports practice. The content of the 22 intervention sessions includes various sports that primarily support the development of physical skills such as speed, strength, and endurance, as well as cognitive skills like spatial-temporal awareness, balance, hand-eye coordination and foot-eye coordination, laterality, and agility. Two sessions per week were carried out with appropriate materials for sports practice. At the beginning and end of the intervention, the T-test of agility was conducted to measure children's movement speed and direction-changing ability, with the aim of assessing the improvements that sports contribute to motor and cognitive development in children aged 5 to 13. Positive results in motor skills were observed, highlighting the importance of professional intervention in the field of Physical Culture, Sports and Recreation.

Keywords: Sports, Motor Development, Physical Well-being, Childhood, Cognitive Skills, Coordinative Skills.

Introducción

El desarrollo motor apoyado en diferentes deportes en la formación de niños escolarizados es muy importante para su bienestar físico y mental, siendo un punto de partida que beneficia directamente el desarrollo de habilidades motoras básicas y avanzadas, en donde a futuro el niño implementará estilos de vida mucho más saludables, mejorando factores como el índice de masa corporal, su alimentación, el mejoramiento cognitivo y coordinativo, llegando a mejorar sus aptitudes físicas; además, estos hábitos de vida saludable llevarán directamente al niño a evitar el sedentarismo y la posibilidad de mejorar sus procesos de aprendizaje. (Pavez-Adasme et al., 2020).

Además de los beneficios físicos, la práctica deportiva en niños fomenta un ambiente en donde se suelen desarrollar cierto tipo de competencias emocionales y sociales a través del juego en equipo y la participación en deportes organizados, los niños aprenden a trabajar en equipo, a respetar las reglas impuestas y a manejar la frustración de manera positiva. Estas experiencias sociales enriquecen su capacidad para relacionarse con sus compañeros de manera asertiva, mejorando habilidades interpersonales como por ejemplo la empatía, la comunicación y el trabajo en grupo, lo cual, es fundamental para una integración acorde dentro de una sociedad. Por otro lado, el deporte ayuda a mejorar la capacidad y función cognitiva de los niños. La actividad física puede llegar a aumentar la fluidez en la sangre hacia el cerebro, lo que mejora el rendimiento cognitivo, la concentración, la capacidad de mantener la atención, la resolución de problemas y la memoria. El deporte al aportar de manera significativa a la neuro-plasticidad de los niños (Martínez & López, 2020).

beneficiando no solo el aspecto físico sino también el académico de los niños.

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Además, el deporte es un pilar fundamental para crear hábitos de vida saludable, la práctica física constante apoyada de una buena alimentación aporta de manera positiva durante la vida de niños hasta adultos. Estos hábitos previenen ciertas enfermedades no transmisibles como por ejemplo el sobrepeso y obesidad, enfermedades que en el día a día son cada vez más frecuentes en la infancia. En las tareas diarias de un niño, aprenden a cuidar su cuerpo y su salud, creando conciencia de la importancia de la actividad física en su vida y evitando problemas de salud a futuro como la diabetes tipo II, problemas óseos y articulares (García & Ramírez, 2018).

Es por esta razón que se realizará un programa de intervención enfocado en mantener y desarrollar el factor locomotor en niños, mediante un plan de acción diseñado con 22 sesiones recreo-deportivas en donde se verán reflejados 6 deportes que brinden un espacio lúdico y de gozo a la población, en donde, el contenido de las primeras 2 sesiones estará enfocado en identificar a la población y realizar una prueba diagnóstica, continuando con 6 sesiones de aproximación hacia los deportes, para luego realizar 12 sesiones en donde tendrán la oportunidad de aprender diversos deportes en donde se incluyen: balonmano, baloncesto, microfútbol, tenis, softbol y voleibol. Por último, se realizarán 2 sesiones diagnóstico donde se aplicará nuevamente una prueba y se brindarán los resultados obtenidos durante toda la intervención.

Planteamiento del Problema

Los niños pertenecientes a la Fundación Torre Fuerte Funtofu del Centro de Proyección Social ubicado en la localidad de Ciudad Bolívar en la ciudad de Bogotá, cuyas edades oscilan entre los 7 a 12 años, no cuentan con espacios acordes y acondicionados para la práctica de diversos deportes, además que tampoco cuentan con un profesional en el área de la educación física o el entrenamiento deportivo que los guíe y les brinde espacios llenos de calidad en donde puedan desarrollar diferentes capacidades físicas y coordinativas alineadas hacia un desarrollo motor adecuado para dichas edades.

Es importante tener en cuenta las recomendaciones que sugiere la Organización Mundial de la Salud (OMS), el ejercicio o actividad física a intensidades moderadas aportan de manera positiva al bienestar integral del individuo en su infancia. Lo cual es acorde a una investigación aplicada a 20 estudiantes de educación física por medio de un programa con una duración de 3 meses, en donde se lograron obtener hallazgos positivos en cuanto a lo que se refiere al desarrollo motor en preescolares, (Piña et al, 2020). Por lo que se llega a concluir que es fundamental para el desarrollo correcto de un niño la intervención de profesionales capacitados en áreas afines a la educación física con competencias que le permitan llevar a cabo sesiones de clase acordes a las edades y capacidades motoras de cada uno de los niños que están atravesando una etapa escolar.

Además, que la gran mayoría de los niños no conocen alternativas de deportes, sino que se orientan hacia los deportes tradicionales en un país como Colombia como lo son el baloncesto, el fútbol y/o microfútbol. Por otra parte, los niños no cuentan con un espacio bien equipado para la práctica deportiva variada ya que, el único lugar donde pueden realizar actividades deportivas es una cancha de microfútbol que no se encuentra en óptimas

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

condiciones y que además suele ser ocupada por escuelas formativas de microfútbol, razón por la cual, los niños suelen tener media cancha para poder formarse en el ámbito deportivo.

De igual forma la cantidad de niños es alta en relación con el docente que está a cargo, ya que, si se tiene en cuenta que los niños en estas edades sensibles suelen ser bastante distraídos e incluso dispersos la intervención de un docente no suele ser suficiente para que ellos logren tener un aprendizaje mucho más significativo frente a lo que se les está enseñando y además requieren de un mayor grado de atención tanto por lo mencionado anteriormente como también por el entorno socioeconómico en el que se encuentran, el cual presenta realidades del consumo de drogas, alcohol y gente vulgar a los alrededores generando un ambiente hostil frente a la información que absorbe un niño de estas edades por naturaleza.

Por otro lado, se realizó un formulario con la intención de obtener información demográfica mucho más precisa de la población a la cual se le realizó la intervención, dicho formulario constó de 14 preguntas de las cuales 8 están enfocadas hacia la población de niños y adultos mayores y las restantes 6 únicamente enfocadas hacia el adulto mayor, la muestra de dicho formulario está conformada por 18 niños y 25 adultos mayores, es de gran importancia tener en cuenta que la presente intervención está enfocada únicamente en la población de niños de la fundación Fundación Torre Fuerte Funtofu, no obstante también se tomaron datos de los adultos mayores para poder desarrollar de manera adecuada actividades acordes a sus gustos y preferencias.

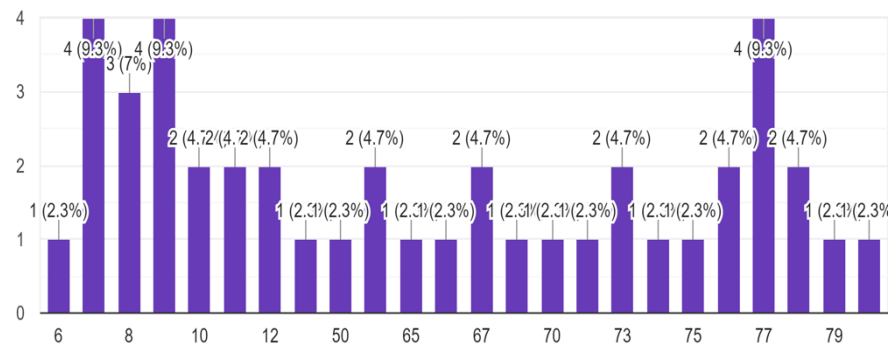
DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Gráfico 1

Resultados de edad de los participantes

¿Cuántos años tienes?

43 respuestas



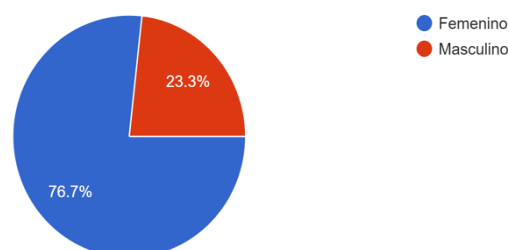
La presente gráfica indica que la gran mayoría de los niños tiene una edad promedio de 7 a 9 años, no obstante, es fundamental tener en cuenta que en el grupo hay niños de 12 años y de 6 años, siendo esta una brecha muy grande en el aprendizaje y desarrollo motor, ya que, para algunos niños puede ser muy fácil realizar ciertas actividades para otros puede ser un reto bastante grande, por ende, fue fundamental desarrollar sesiones con contenidos que ambos polos puedan realizar de manera acorde y desafiante.

Gráfico 2

División por sexo de los participantes

¿Tu sexo de nacimiento es?

43 respuestas

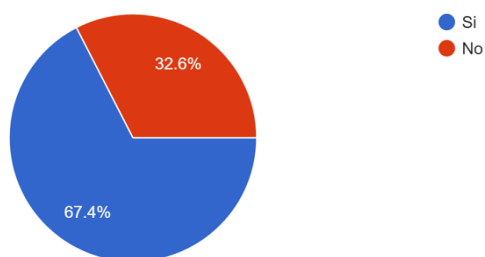


DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Gráfico 3

Resultados de los participantes en situación de estudio

¿Actualmente te encuentras estudiando?
43 respuestas

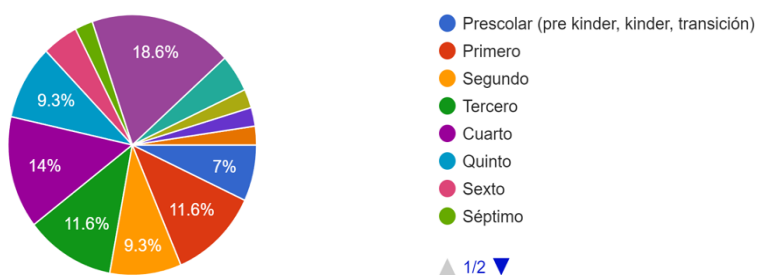


Gracias a la información brindada por el presente gráfico, se denota que 17 de los 18 niños están en estado de escolaridad

Gráfico 4

Resultado del nivel de escolaridad de los participantes

¿En qué grado escolar te encuentras?
43 respuestas

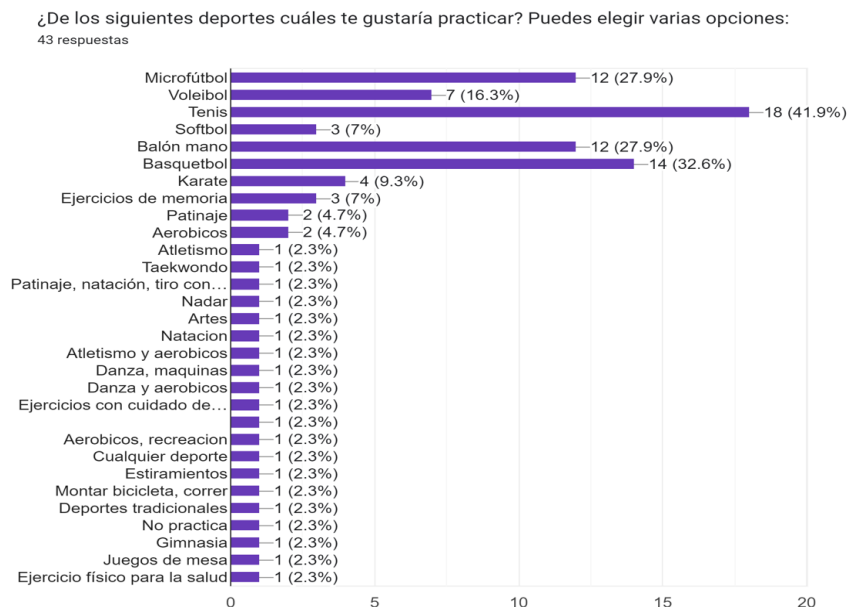


El presente gráfico permite identificar el nivel de escolaridad de los niños, el cual tiene una relación directa con su edad y en donde se puede notar que la gran mayoría de niños no tienen ningún atraso en su proceso de escolaridad, lo que nos da una idea del posible desarrollo motor y cognitivo que cada uno de ellos presenta.

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Gráfico 5

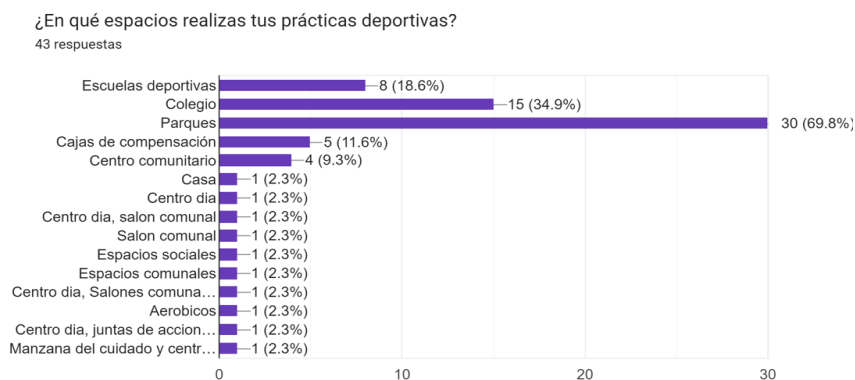
Resultados de las preferencias deportivas de los participantes



A partir de la información reflejada en el presente gráfico, se puede deducir que la gran mayoría de la población busca practicar deportes de conjunto en donde la asociación es fundamental, no obstante, el tenis tiene un gran número de interesados, reflejando el interés por deportes con elementos.

Gráfico 6

Resultados de los espacios donde los participantes realizan prácticas deportivas

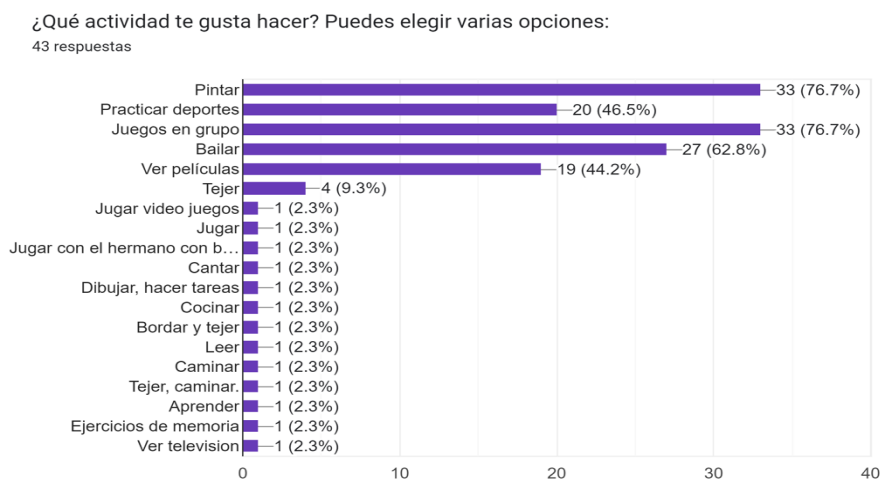


DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Gracias a la información brindada por el siguiente gráfico se llega a entender que el lugar más adecuado para la población realizar sus prácticas es en los parques.

Gráfico 7

Resultados de las actividades de preferencia de los participantes

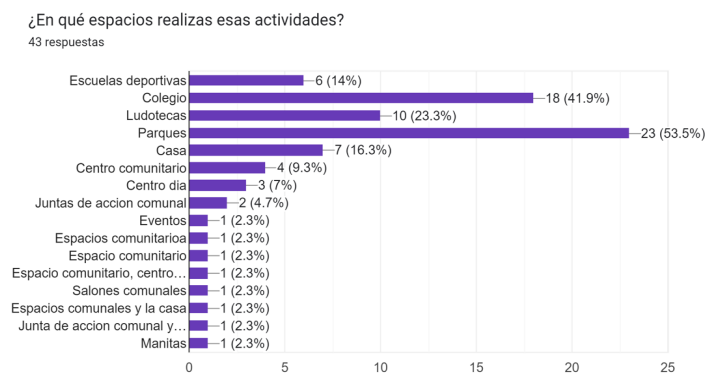


El presente gráfico brinda alternativas diferentes al ámbito deportivo que realiza la población, llegando a ser de gran utilidad en caso de que las sesiones no se puedan realizar por diversas eventualidades como el clima, en donde se denota un gran gusto por los juegos en grupo y pintar.

Gráfico 8

Resultados de los espacios donde los participantes realizan sus actividades

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR



Por medio de la información brindada en el presente gráfico se puede entender que la población realiza este tipo de actividades en espacios abiertos como parques, sin embargo, el uso de espacios cerrados puede relacionarse a actividades como “ver películas” o “pintar”.

Justificación

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

El desarrollo motor de los niños apoyado de manera directa por la práctica deportiva es clave para la formación de los niños escolarizados, ya que no solo favorece el criterio físico, sino que además ayuda a desarrollar la inteligencia, la coordinación y habilidades socioafectivas. Cuando se aterriza a un contexto mucho más realista como el que se presenta en poblaciones vulnerables que en su mayoría no tienen acceso a diversidad de deportes que benefician de manera directa al desarrollo correcto de los niños y jóvenes, este tipo de intervención se hace mucho más importante en el contexto que se presenta en la localidad de Ciudad Bolívar en la ciudad de Bogotá, donde la población más afectada suelen ser los menores de edad teniendo muy pocas oportunidades deportivas, presentando pocos espacios para hacer realidad su práctica y poco personal que incentive y proponga planes deportivos dentro de dicha comunidad, poniendo así en riesgo a los niños y jóvenes a ser mucho más sedentarios, por otro lado, teniendo en cuenta el entorno donde se encuentra ubicada esta población el deporte es una muy buena alternativa que evita que los niños se expongan al consumo de drogas, la criminalidad y la deserción de su ciclo académico y estudios.

Además, en alineamiento con la Ley 115 de 1994 Congreso de Colombia (1994) que establece que la educación física y el deporte son componentes esenciales en el desarrollo individual, es indispensable y fundamental implementar estrategias que garanticen el acceso al deporte para toda la población, priorizando las áreas vulnerables. La Carta Olímpica del Comité Olímpico Internacional (2021) refuerza dicha ley, ya que, establece de manera explícita que la práctica deportiva es un derecho para todas las personas, sin ningún tipo de distinción de condiciones sociales o económicas, por lo que, la falta de escenarios deportivos en la localidad de Ciudad Bolívar es una barrera que debe ser superada para de esta manera asegurar que los niños y jóvenes puedan disfrutar de los beneficios que ofrece la actividad física y el deporte.

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Además, la Organización Mundial de la Salud busca garantizar un alto nivel de salud y bienestar para todas las personas, la OMS tiene un papel fundamental tanto en la promoción como también en la prevención de la salud pública global, su mandato aborda diferentes áreas de intervención como por ejemplo el establecimiento de normas de salud internacionales, la coordinación frente a emergencias de salud al nivel global y la promoción de políticas sanitarias con base en evidencia científica (World Health Organization, 2020).

La OMS trabaja principalmente en promocionar la salud y también el bienestar, no solo previniendo enfermedades, sino que también, a través de los sistemas de salud y mejora del acceso a atención médica especializada. Además, la promoción de la salud en condiciones de equidad es otra prioridad para OMS, en donde se busca una cobertura sanitaria universal que busca brindar el acceso a la salud de calidad sin la necesidad de tener dificultades financieras, por lo que la OMS trabaja en asociación con los gobiernos, organizaciones no gubernamentales y otro tipo de agencias internacionales para fortalecer los sistemas de salud y de esta manera reducir la desigualdad en dichos sistemas, especialmente en países de ingresos medios y bajos.

Teniendo en cuenta lo mencionando anteriormente, se ha propuesto realizar un plan de acción que involucre la práctica de diversos deportes de una manera recreativa por medio de la metodología de la gamificación, que incentive la cooperación, los valores, el respeto y la participación de los niños pertenecientes a dicho sector vulnerable, cubriendo así la necesidad deportiva y brindándoles un espacio lleno de gozo y felicidad, en donde puedan desarrollarse no solo física y mentalmente, sino que también, como personas cultas dentro de una sociedad.

Objetivos

Objetivo General

Implementar un plan de acción apoyado en diversos deportes y actividades gamificadas para el desarrollo motor de niños.

Objetivos Específicos

- Determinar las necesidades y condiciones de la población para desarrollar de manera acorde un proceso de intervención que ayude a mejorar el desarrollo motor en la comunidad.
- Diseñar actividades recreo-deportivas que promuevan el desarrollo motor.
- Promover la competencia sana y la cooperación entre los individuos por medio del juego y la metodología de la gamificación.

Marco Teórico

Deporte

El deporte es una actividad física totalmente planificada que tiene como objetivo la mejora de la condición física, el bienestar general y la salud, además de mejorar el desarrollo de habilidades físicas específicas y coordinativas, ya sean de carácter individual o colectivo. Por otra parte, el deporte promueve aspectos psicológicos y emocionales como el trabajo en equipo, la resiliencia y la toma de decisiones bajo presión (García & Sánchez, 2018). El deporte es un medio para la integración social y para mitigar la discriminación y la desigualdad (Gómez & Ortiz, 2017).

Deporte Escolar

El deporte escolar es una práctica que se realiza dentro del sistema educativo y el cual tiene como objetivo complementar la formación académica de los estudiantes, el deporte escolar no solo está enfocado en la mejora física y en fomentar hábitos de vida saludables, sino que también, desarrolla diversas habilidades sociales como la cooperación, el respeto por las reglas y el trabajo en equipo (Carboneros, et al., 2020). En el ámbito escolar también se resalta el papel del deporte en el rendimiento académico, ya que, los estudiantes que participan en alguna práctica deportiva suelen tener mejores niveles de concentración y una muy buena capacidad para resolver problemas.

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Desarrollo Motor

El desarrollo motor es uno de los pilares principales que se deben trabajar y estimular en edades preescolares, según Lapresa et al. (2020). Da a entender que el desarrollo “es el momento de maduración, de crecimiento y de evolución de un individuo” (p.23). Además, desarrollo psicomotor tiene como principal función es integrar de manera progresiva habilidades tanto mentales como motoras (Teixeira et al., 2015). Por otra parte, según Keogh (1977) citado por Ruiz et al. (2008), destaca que el desarrollo motor se centra en la transformación de las competencias motrices y los diversos factores que pueden influir en dicho desarrollo en un individuo desde su nacimiento hasta su vejez.

Bienestar Físico

El bienestar físico no solo abarca la ausencia de diversas enfermedades o lesiones, sino que también, está estrechamente relacionado con la salud y la forma en que las personas realizan actividades cotidianas con normalidad y eficiencia sin ningún tipo de molestia, siendo beneficioso reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas y mejorando la calidad de vida. (Warburton et al., 2006).

Habilidades Cognitivas

Las habilidades cognitivas están estrechamente relacionadas con las capacidades mentales que permiten a las personas procesar la información de manera efectiva además que están ligadas a diferentes áreas como la atención, la memoria, el razonamiento y la capacidad para resolver problemas. Lo cual las hace fundamentales para la vida diaria, ya que influyen de manera directa en la manera en que un individuo aprende, interactúa y se adapta a diversas

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

situaciones, además la actividad física y el ejercicio impactan de forma significativa las funciones cognitivas, mejorando la atención y la memoria. (Diamond, 2013).

Habilidades Coordinativas

Las habilidades coordinativas son capacidades esenciales para realizar movimientos controlados y eficaces, estas habilidades se desarrollan a través de la práctica y resultan ser fundamentales para el desarrollo de diversas actividades deportivas. Según Magill y Anderson (2017). La coordinación ayuda a que los movimientos sean precisos y fluidos, lo que es fundamental para la ejecución de habilidades deportivas complejas.

Gamificación

La gamificación es una estrategia lúdica que implica el uso de elementos y dinámicas de los juegos en entornos no lúdicos como la educación o el ámbito laboral (Deterding et al., 2011). La gamificación se ha popularizado principalmente en el ámbito educativo ya que genera motivación e interés por parte de los estudiantes para realizar actividades al hacerlas mucho más atractivas y llamativas. Dentro de la educación física la gamificación es utilizada principalmente para fomentar el aprendizaje activo y significativo, involucrando tanto el cuerpo como la mente de los estudiantes, ya que se involucran elementos del juego como los puntos, niveles, recompensas, desafíos, etc. Es por lo que Castro et al. (2023) mencionan que la gamificación como metodología de educación, también aplica en escenarios de alfabetización en salud evidenciando aprendizajes significativos.

Escolares

Según Woolfolk (2010). Los escolares son aquellos niños que se encuentran en una etapa de desarrollo entre los 6 y 12 años. En este periodo de tiempo los niños experimentan

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

un crecimiento físico bastante notable y una mayor maduración en cuanto a sus habilidades cognitivas y sociales, es una etapa en la que se da un aprendizaje mucho más formal en contextos escolares, lo que es beneficioso para el desarrollo intelectual del niño en donde la interacción con los demás niños y la adquisición de nuevos conocimientos en el ámbito escolar y social tienen un papel fundamental en el desarrollo integral del niño.

Por otra parte, el ámbito académico ofrece la oportunidad al niño de que interactúe con otros niños de su edad, formando así amistades, entendiendo normas y desarrollando aspectos sociales. De esta manera el niño desarrolla una mejor capacidad para trabajar en equipo, resolver problemas o conflictos y generar confianza en sí mismo durante esta etapa del desarrollo. Además, la interacción social con compañeros y adultos es crucial para el desarrollo de la empatía, la toma de decisiones y el control emocional (Eisenberg & Morris, 2004).

Fútbol

El fútbol es un deporte de conjunto jugado entre dos equipos cada uno formado por once jugadores, el cual tiene como objetivo principal introducir el balón a la portería del equipo contrario utilizando en su gran mayoría los pies, el fútbol destaca frente a otros deportes principalmente por su dinamismo y su gran popularidad a nivel mundial, lo que lo ha convertido a través de los años en un fenómeno cultural y económico. Según Li (2022), el fútbol ha sido estudiado desde una perspectiva de redes internacionales, analizando principalmente las interacciones que han existido entre países a lo largo de la historia del deporte.

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Baloncesto

El baloncesto es un deporte de conjunto en el que compiten dos equipos de 5 jugadores, cada equipo, y cuya meta es anotar puntos lanzando un balón a través de un aro. Este deporte combina gran cantidad de capacidades y habilidades físicas y tácticas, como el manejo del balón, velocidad, cambios de dirección, dribbling y trabajo en equipo. Según Lorenzo et al. (2010), el baloncesto requiere de una combinación de habilidades físicas, cognitivas y técnicas, en donde se destaca de gran manera la importancia del trabajo táctico y estratégico tanto en la defensa como en el ataque. Por otro lado, Ibañez et al. (2009) mencionan que el baloncesto es un deporte de alta demanda física en donde se exigen esfuerzos intermitentes de alta intensidad con periodos cortos de esfuerzo máximo y otros momentos de corta recuperación.

Voleibol

El Voleibol es un deporte de conjunto que se juega entre dos equipos de seis jugadores ubicados cada uno a un lado de la cancha, el principal objetivo del voleibol es pasar el balón por encima de la red y que toque el suelo del campo del equipo contrario. Este deporte se caracteriza por tener la combinación de habilidades técnicas y físicas, como el saque, la recepción, el ataque, el bloqueo y los diversos tipos de golpe. Para Silva et al. (2014), el voleibol requiere de una alta capacidad de salto y de fuerza explosiva, ya que, muchas acciones suelen ser cruciales para éxito dentro de este deporte.

Tenis

El tenis es un deporte individual o de dobles en el que los jugadores se posicionan cada uno a un lado de la cancha en donde utilizan una raqueta para golpear una pelota por

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

encima de la red que divide el campo en dos con el objetivo de que la pelota rebote dos veces en el campo del rival. Para Kovacs (2007), el tenis requiere una combinación de movimientos explosivos de resistencia aeróbica, lo que hace que los jugadores deban tener una excelente preparación física para soportar la gran cantidad de cambios de ritmo y dirección que se presentan en el deporte, además de su larga duración.

Balonmano

El balonmano es un deporte de conjunto que se juega entre dos equipos, cuyo objetivo es marcar gol en la portería del oponente lanzando el balón con las manos. Según Benítez et al. (2010), el balonmano es un deporte colectivo de cooperación-oposición donde dos equipos intentan desplazar un balón a la portería contraria utilizando las manos, en un espacio reducido durante un tiempo determinado.

Plan de Acción

El plan de acción está enfocado en los objetivos propuestos, está compuesto por actividades enfocadas principalmente en mejorar el desarrollo motor de los niños, las estrategias planteadas en dicho plan se diseñaron en base a los resultados obtenidos en el diagnóstico inicial con la finalidad de que dichas actividades sean del agrado de la población para de esta manera generar adherencia al programa. Se planearon 22 sesiones en donde se incluyeron sesión de diagnóstico para identificar a la población, una sesión de test inicial para tener baremos bases sobre los cuales trabajar al largo de las siguientes sesiones, posteriormente se añadieron sesiones deportivas en donde se incluyen deportes como el balonmano, voleibol, tenis, microfútbol, baloncesto y softbol. Inicialmente las sesiones deportivas son de aproximación al deporte para después comenzar con sesiones de profundización en cada uno de ellos donde se busca que los niños entiendan de mejor manera cada uno de ellos y puedan desarrollar habilidades motoras y cognitivas relacionadas con dichos deportes, finalmente se incluyen sesiones de test final y resultados para comparar los resultados obtenidos con el primero para verificar los avances de los niños a lo largo de la intervención. Por otra parte, en la sección de anexos se encontrará con mayor detalle cada una de las fichas del plan de acción, en donde se especifica que se realizó durante cada una de las sesiones con las respectivas observaciones realizadas de dichas sesiones en cada uno de los diarios de campo de las mismas.

Imagen 1

Plan de acción

1		2		3		4		5		6	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Lunes	Miércoles	Lunes	Miércoles	Lunes	Miércoles	Lunes	Miércoles	Lunes	Miércoles	Lunes	Miércoles
16-sep	18-sep	23-sep	25-sep	30-sep	2-oct	26-mar	7-oct	09-oct	14-oct	16-oct	21-oct
Diagnóstico		Introducción a deportes						Fundamentos balonmano		Fundamentos voleibol	
Demográfico	Test inicial	Balón Mano	Voleibol	Tenis	Microfútbol	Baloncesto	Softbol	Aproximación	Práctica deportiva	Aproximación	Práctica deportiva

7		8		9		10		11	
SESIONES									
13		14		15		16		17	
Lunes		Miércoles		Lunes		Lunes		Miércoles	
23-oct		28-oct		30-oct		4-nov		6-nov	
								11-nov	
								13-nov	
								18-nov	
								20-nov	
								25-nov	
Fundamentos del tenis				Fundamentos del microfútbol		Fundamentos baloncesto		Fundamentos Softbol	
Aproximación y creación de material		Práctica deportiva		Aproximación		Práctica deportiva		Aproximación y creación de material	
POBLACIÓN								Práctica deportiva	
								Test final	
								Resultados	

Resultados

La intervención se llevó a cabo en los grupos de niños y adulto mayor en donde se tuvo prioridad en el grupo de niños y se descartó el grupo de adulto mayor para el desarrollo de pruebas con la intención de medir su nivel motor, ya que, con este grupo solo se trabajó durante 4 sesiones. En cuanto a la evaluación y prueba para el diagnóstico, aunque en el proceso de intervención hubieron niños de hasta 14,15,16 y 17 años, estos no fueron tenidos en cuenta para la toma de datos y resultados ya que su proceso no fue continuo y asistían ocasionalmente a la fundación, durante el tiempo de intervención se tuvo una media de asistencia de 19 niños con edades comprendidas entre los 5 a 13 años, cabe aclarar que el análisis de resultados fue tomado hasta la sesión número 16 por lo que la siguiente descripción estará basada plenamente en el proceso obtenido hasta esa sesión.

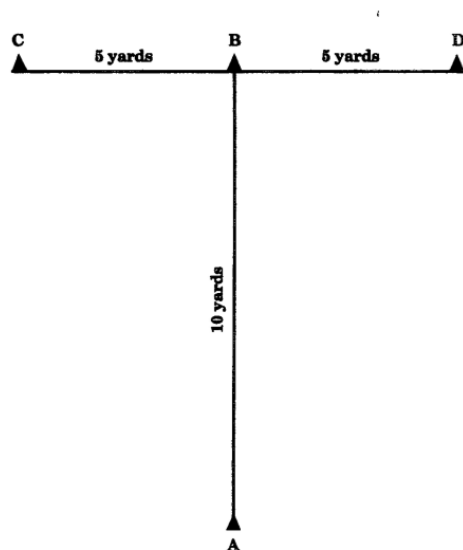
Se optó por realizar el T- test de agilidad para medir las capacidades de los niños, este test tiene como objetivo principal medir la agilidad a través del dominio físico en diversos patrones y lateralidades evaluando de esta manera la capacidad de las personas para cambiar de dirección velozmente manteniendo siempre una velocidad constante (Semenick 1990). Para el protocolo adecuado de la prueba es necesario el uso de cuatro conos, cronometro y metro, para el montaje de la prueba se ubicaron los cuatro conos formando una T como se señala la figura 1, el cono número 1 debe estar ubicado de manera lineal a 9.144 metros del cono número 2, el cono número 3 ubicado de manera lineal a la izquierda del cono número 2 a 4.572 metros de distancia y por último el cono número 4 direccionado de forma lineal a la derecha del cono número 2 a 4.572 metros para de esta manera formar la T (Semenick 1990). Para la ejecución del test se demostró la forma adecuada de hacer la prueba para que los niños evaluados no tuvieran problema a la hora de realizarla, se les indicó que debían tocar

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

cada uno de los conos a la hora de llegar a ellos, el punto de salida fue delante del cono número 1, avanzando lo más rápido posible hacia el cono 2 donde los niños debían dirigirse al cono 3 de manera lateral para posteriormente avanzar al cono número 4, para finalmente volver al cono 2 e ir de espaldas hacia el cono número 1 y finalizar la prueba, se tuvieron parámetros de descalificación como: salir antes de la señal de salida, no tocar los conos, obviar alguno de los conos y no realizarlo en el respectivo orden.

Imagen 2

T-test de agilidad



Posteriormente cada niño realizó la prueba 2 veces y se tomó en cuenta el mejor puntaje, la prueba se realizó en la sesión número dos de intervención para obtener una base de datos y poder comparar estos resultados con los obtenidos en la sesión número 16 y verificar de esta manera que tanto pudieron los niños mejorar su agilidad y destreza en relación con los 59 días de proceso que tuvieron los niños en la intervención deportiva, el tamaño de muestra para cada una de las pruebas fue de 19 niños entre los 5 a 13 años de edad.

Tabla 1

Comparación de resultados T-test de agilidad en niños: toma 1 y 2.

T-test de agilidad			
Sujeto	Edad	Toma 1	Toma 2
Sujeto 1	12	17.54	15.08
Sujeto 2	10	18.75	18.13
Sujeto 3	5	20	25.28
Sujeto 4	13	15.59	15.21
Sujeto 5	10	18.39	21.78
Sujeto 6	12	15.38	14.96
Sujeto 7	8	20.38	18.13
Sujeto 8	6	20.63	19.93
Sujeto 9	7	16.31	15.07
Sujeto 10	9	19.53	17.65
Sujeto 11	7	16.64	15.89
Sujeto 12	12	16.37	15.48
Sujeto 13	11	21.42	19.19
Sujeto 14	9	17.39	19.25
Sujeto 15	13	14.81	20.03
Sujeto 16	10	17.92	14.53
Sujeto 17	8	14.81	16.19
Sujeto 18	8	17.92	19.41
Sujeto 19	11	22.23	19.19

Según los resultados obtenidos en la Tabla 1, podemos evidenciar que 13 de 19 niños tuvieron una mejora en los tiempos realizados frente a 6 quienes tuvieron peores tiempos en la prueba frente a la ejecución de dicha prueba en la sesión número 2 de la intervención, no

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

obstante, de los 13 niños que obtuvieron resultados positivos solo 6 tuvieron mejoras realmente significativas venciendo la marca de la primera prueba por más de 2 segundos de diferencia, lo que sugiere que, si el tiempo de intervención hubiera sido más frecuente, largo y con espacios muchos más amplios, los niños podrían mejorar mucho más obteniendo resultados mucho más positivos para cada uno de ellos. Por otra parte, entre los 6 niños que obtuvieron marcas negativas frente a la primera vez que presentaron la prueba 3 de ellos tuvieron resultados significativamente negativos, llegando a tardarse en completar la prueba 3 segundos o más que la primera vez, esta decadencia en el tiempo de ejecución de la prueba puede deberse a factores anímicos o de atención, donde el niño se confunde durante la prueba perdiendo tiempo a la hora de su ejecución. Por otra parte, el diseño adecuado de actividades recreo-deportivas apporto de manera positiva al desarrollo tanto motor como social de los niños, teniendo en cuenta los datos obtenidos se ha demostrado que este tipo de intervenciones cumplen de manera satisfactoria con el objetivo planteado de mejorar el factor motriz de los niños a través de la práctica deportiva, por otro lado, se evidenció que la práctica deportiva también mejoró de manera positiva el aspecto social y la manera de relacionarse de varios niños entre ellos, aumentando la cooperación y el trabajo en equipo, además durante el proceso de intervención hubieron varias sesiones que no se pudieron realizar de la manera adecuada a causa de las fuertes lluvias, no obstante, se optó por la alternativa de la cinemateca, en la cual los niños veían películas orientadas hacia el compañerismo, el trabajo en equipo y la empatía con los demás, en donde el docente se encargaba de enfatizar en estos aspectos para sintetizar la información a los niños, lo cual es un factor que puede llegar a ser determinante a la hora de desarrollar dicho aspecto social en los niños.

Conclusiones

Es fundamental que los niños que se encuentran en edades sensibles del desarrollo motor tengan la intervención continua de un docente especializado en el área, para de esta manera poder evitar a futuro falta del desarrollo motor del niño por falta de procesos adecuados para ellos, además un proceso adecuado proceso de desarrollo motor puede llegar a contribuir de manera muy positiva y significativa al desarrollo de habilidades básicas motoras, el desarrollo emocional y el desarrollo cognitivo de los niños.

A pesar de que la intervención no se logró completar de la manera planeada, demostró que el deporte puede ayudar a los niños a mejorar el factor social, la colaboración y el compañerismo, además la implementación de la gamificación es fundamental en este tipo de población, ya que facilita tanto el aprendizaje como también la participación de los niños en actividades que generalmente suelen ser confusas o complicadas para ellos, cabe destacar que durante el tiempo de intervención varios niños que mantenían cierto grado de enemistad con otros lograron superar esas barreras y afianzar confianza con los demás, generando así un ambiente mucho más saludable en el cual ejecutar las prácticas deportivas, cómo lo menciona Castro et al. (2024) se ha evidenciado que la gamificación tiene alcances en el cambio de comportamiento de las personas, siendo una metodología que se adapta a las necesidades de los niños desde el lenguaje del juego.

Por otra parte, gracias a la intervención realizada los niños no solo conocieron y entendieron deportes con los que no están familiarizados, sino que también se notó una gran mejora motriz principalmente en la coordinación visomanual, además según los resultados obtenidos en la prueba T-test de agilidad, se evidencia que los niños tuvieron mejoras positivas tanto en su velocidad como en los cambios de dirección, lo que sugiere que el

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

deporte es una alternativa precisa para los niños, que aporta significativamente a su vida en general, tanto en su salud física como también en su salud mental y emocional.

Finalmente es importante tener en cuenta que el desarrollo motor, cognitivo y emocional de un niño debe ser desarrollado con cuidado, por esta razón es fundamental y recomendable que esta población siempre este siendo guiada y orientada por profesionales en el área de la educación física, la cultura física, el deporte y la recreación. Además, es fundamental asegurar el material de trabajo para los niños, para que cada uno de ellos cuente con el material necesario para realizar las actividades y de esta misma manera no entorpezca ni retrase su propio proceso y el de los demás, de esta manera y reuniendo todos estos factores el desarrollo motor y cognitivo de los niños será mucho más eficiente.

Sugerencias y Recomendaciones

La Fundación Torre Fuerte Funtofu del centro de proyección social ubicado en la localidad de Ciudad Bolívar en la ciudad de Bogotá, cuenta con gran diversidad de materiales para ejecución no solo de actividades deportivas sino también recreativas, como lo son: balones de fútbol, balones de baloncesto, balones de voleibol, conos, platillos, escaleras coordinativas, etc. Sin embargo, a pesar de no solo contar con buen material sino también con una buena cantidad, la fundación mantiene más del 90% del material guardado, habiendo gran cantidad de balones totalmente desinflados y además totalmente nuevos aún en sus empaques, por lo que se recomienda que hagan uso de todo el material para que los niños puedan gozar de mejor manera de los recursos que tiene la fundación. Por otra parte, es muy recomendable garantizar la seguridad de los niños, por lo que es fundamental que durante las intervenciones haya más personas que velen por la seguridad de los niños, principalmente a la hora de buscar los balones en las vías ya que los parques están ubicados sobre varias lomas por lo que es muy peligroso dejar a los niños solos mientras la persona a cargo busca los materiales que salen del parque. Por otra parte, es importante continuar trabajando a través de la gamificación ya que es un método de enseñanza eficaz en este tipo de población, brindado un gran abanico de posibilidades a la hora de trabajar cualquier deporte o actividad recreativa, e incluso para el entrenamiento físico. Finalmente se recomienda continuar con este proceso deportivo, ya que, a los niños les gustó bastante y querían ir con frecuencia a practicarlos, además que demostraban bastante curiosidad por ciertos deportes, principalmente voleibol y baloncesto. Además, es preciso encontrar un docente de educación física o deportes permanente que intervenga por lo menos dos veces a la semana en la fundación con la intención de continuar con este proceso que es tan beneficioso para la salud

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

de los niños, la mejora de habilidades cognitivas, motoras y además la mejora de su desarrollo social y como individuos.

Por último esta intervención tuvo un valor positivo como futuro profesional de la Cultura Física, Deporte y la Recreación, ya que, brindó no solo herramientas para el manejo de grupo y demás, sino que también logró dar a conocer un punto más aterrizado a la realidad en comparación a lo que se evidencia en la universidad Santo Tomás, en donde, la población no siempre está dispuesta a cooperar o seguir ordenes, que da a entender que cada persona es diferente y se debe tratar de manera diferente, dando prioridad a sus necesidades y ajustando todo a lo que la población necesita. Por otra parte, es importante considerar que este tipo de intervenciones deben hacerse con más frecuencia e incluso desde semestres anteriores, para que los futuros profesionales puedan untarse un poco más de la realidad que vive el país.

Referencias

- Benítez, L. M. T., & Gamarro, F. H. (2010). *El Balonmano en la Escuela. Nuevos enfoques metodológicos y actividades para su Enseñanza en la Escuela y Clubs Deportivos*. Wanceulen SL.
- Bloom, D. E., Cafiero, E., Jané-Llopis, E., Abrahams-Gessel, S., Bloom, L. R., Fathima, S., ... & Weiss, J. (2012). *The global economic burden of noncommunicable diseases* (No. 8712). Program on the Global Demography of Aging.
- Carboneros Castro, M., Gutiérrez-Ruiz, N., Martínez-Quiles, M., Deliautaite, K., & Angosto, S. (2020). Evaluación de la inteligencia emocional del maestro de educación física en centros educativos de la Región de Murcia. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 9(2), 13–22. <https://doi.org/10.6018/sportk.454131>
- Castro Ramírez, C., Ruiz González, L., Sierra Delgadillo, V., Acosta Fajardo, L., Córdoba Pulido, S., Gutiérrez Gómez, D., ... & Aburto-Corona, J. (2024). Training of women in the methodology of Gamification for the promotion of healthy habits in children. *European Journal of Public Health*, 34(Supplement_3), ckæ144-1707.
- Castro Ramírez, C., Sierra Delgadillo, V., Ruiz González, L., Acosta Fajardo, L., Piratova López, D., Fonseca Zamora, F., & Romero Correa, J. (2023). Training of women as promoters of social and emotional health in children and adolescents. *European Journal of Public Health*, 33(Supplement 2), ckad160-1016. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckad160.1016>
- Comité Olímpico Internacional. (2021). *Carta Olímpica*. <https://olympics.com/cartaolimpica>

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Congreso de Colombia. (1994). *Ley 115 de 1994*. Por la cual se expide la Ley General de Educación.

Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64, 135-168.

<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>

Deterding, S., Dixon, D., Khaled, R., & Nacke, L. (2011, September). From game design elements to gamefulness: defining "gamification". *In Proceedings of the 15th international academic MindTrek conference: Envisioning future media environments* (pp. 9-15).

Eisenberg, N., & Morris, A. S. (2004). Moral cognitions and prosocial responding in adolescence. *Handbook of adolescent psychology*, 155-188.

García, A., & Ramírez, P. (2018). Impacto del deporte en el desarrollo motor y cognitivo en niños escolarizados. *Revista de Educación Física y Deporte*, 35(2), 45-60.

<https://doi.org/10.1234/revedu.fisdepor.2018.35>

Gómez, A., & Ortiz, J. (2017). Deporte y cohesión social: Un análisis desde la inclusión. *Revista Sociodeportiva*, 3(1), 45-60.

Ibáñez, S. J., García, J., Feu, S., Lorenzo, A., & Sampaio, J. (2009). Effects of consecutive basketball games on the game-related statistics that discriminate winner and losing teams. *Journal of sports science & medicine*, 8(3), 458.

Kovacs, M. S. (2007). Tennis physiology: training the competitive athlete. *Sports medicine*, 37, 189-198.

Lee, I. M., Shiroma, E. J., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S. N., & Katzmarzyk, P. T. (2012). Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The lancet*, 380(9838), 219-229.

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

- Li, Y., & Mateos, G. (2022). Networks of international football: communities, evolution and globalization of the game. *Applied Network Science*, 7(1), 59.
- Lorenzo, A., Gómez, M. Á., Ortega, E., Ibáñez, S. J., & Sampaio, J. (2010). Game related statistics which discriminate between winning and losing under-16 male basketball games. *Journal of sports science & medicine*, 9(4), 664.
- Magill, R., & Anderson, D. I. (2010). *Motor learning and control*. New York: McGraw-Hill Publishing.
- Martínez-Baena, A. C., Mayorga-Vega, D., & Viciano Ramírez, J. (2018). Factores predictores de la actividad física en escolares españoles de acuerdo a su estado de peso. *Retos*, 33, 74-80.
- Martínez, J., & López, M. (2020). El papel del ejercicio físico en la prevención del sedentarismo y la promoción de la salud infantil. *Journal of Child Development and Physical Education*, 28(1), 12-25. <https://doi.org/10.5678/jcdpe.2020.28>
- Pavez-Adasme, G., Hernández-Mosqueira, C., Torres, S., Paillacar, M., Concha, C., Cabrera, M., Concha, M. y Gómez-Álvarez, N. (2020). Test de desarrollo motor aplicados en Chile entre el periodo 2014-2018. Una revisión sistemática. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 21(1), 1-13. DOI: <https://doi.org/10.29035/rcaf.21.1.1>
- Piña, D., Ochoa-Martínez, P., Hall-López, J., Reyez, Z., Alarcón, E., Monreal, L. y Sáez-López, P. (2020). Efecto de un programa de educación física con intensidad moderada vigorosa sobre el desarrollo motor en niños de preescolar. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 363-368. <https://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/18318>

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Ruiz, L., Linaza, J. y Peñaloza, R. (2008). El estudio del desarrollo motor: entre la transición y el futuro. *Revista fuentes*. 8, 243-258. <http://hdl.handle.net/11441/32351>

Silva, M., Lacerda, D., & João, P. V. (2014). Game-related volleyball skills that influence victory. *Journal of human kinetics*, 41(1), 173-179.

Semenick, D. (1990) Tests and measurements: The T-test. *National Strength and Conditioning Association Journal* 12(1), 36-37.
https://journals.lww.com/nsca-scj/Citation/1990/02000/TESTS_AND_MEASUREMENTS_The_T_test.8.aspx

Teixeira, H., Abelairas, C., Arufe-Giráldez, V., Pazos-Couto, J. y Barcala- Furelos, R. (2015). Influence of a physical education plan on psychomotor development profiles of preschool children. *Journal of Human Sport and Exercise*, 10(1), 126-140.
<https://www.redalyc.org/pdf/3010/301042304012.pdf>

Warburton, D. E. R., Nicol, C. W., & Bredin, S. S. D. (2006). Health benefits of physical activity: The evidence. *CMAJ*, 174(6), 801-809. <https://doi.org/10.1503/cmaj.051351>

World Health Organization. (2020). *About WHO*. Recuperado de <https://www.who.int/about>

Woolfolk, A. (2010). Psicología educativa. 11a. edición PEARSON EDUCACIÓN. México, pag, 377.

Anexos

	UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN		
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 1	Fecha: 16/09/2024
Objetivo	Realizar un diagnóstico detallado de la población teniendo como metodología la cartografía con la intención de reconocer las necesidades y preferencias de dicha población para el diseño de la propuesta.		
Recursos	Físicos	➤ Celular.	
	Humano	➤ Pasante: Explica la manera en que se debe llenar el formato y realiza actividades de presentación.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará la presentación personal del pasante para posteriormente realizar una ronda de juegos para conocer a la población.		15 minutos
Fase central	Se aplicará el instrumento para la recolección de datos demográficos.		60 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un juego de ronda.		10 minutos
		Total	85 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	No aplica.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Se llegó al lugar de la intervención nos presentamos la monitora y yo frente al grupo y expliqué cuál era la idea del plan de acción y los temas que veríamos durante todo el tiempo de intervención con ellos, los niños al principio estaban muy dispersos principalmente porque les daba bastante curiosidad quién era yo y que hacía en ese lugar, además de lo que haríamos y aprenderían, posteriormente hicimos el formulario con los niños y ellos se vieron muy emocionados por los deportes que podrían aprender. Finalmente se hicieron ciertos juegos de rondas en los que los niños se mantuvieron entusiastas y felices.		
Observaciones y Recomendaciones	El espacio cerrado con el que cuenta la fundación es muy pequeño para la cantidad de niños que abarca.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN			
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 2	Fecha: 18/09/2024
Objetivo	Realizar una sesión diagnóstica que tiene como objetivo tener datos reales de condiciones coordinativas, agilidad y velocidad de los participantes.		
Recursos	Físicos	➤ Conos y platillos.	
	Humano	➤ Pasante: Explica la manera en que se ejecutaran las pruebas y tomará los datos obtenidos por cada participante.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular y juegos predeportivos de velocidad y velocidad de reacción.		15 minutos
Fase central	Se realizará la prueba T-test de agilidad, para medir a los niños.		75 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático.		10 minutos
		Total	100 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	No aplica.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Se realizaron las pruebas a lo largo de la sesión, inicialmente los niños estaban muy desconcentrados y dispersos en el parque. Con el tiempo y después de generar algunas formativas los niños estuvieron mucho más atentos, se vio en general bastantes problemas de coordinación tanto visopédica como visomanual, algunas naturales por la edad, mientras que otras se vieron retraídas por falta de educación física.		
Observaciones y Recomendaciones	Los parques y canchas para realizar la propuesta no están en condiciones óptimas y están muy limitadas por la cantidad de gente que las ocupa.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN			
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 3	Fecha: 18/09/2024
Objetivo	Realizar un diagnóstico detallado de la población teniendo como metodología la cartografía con la intención de reconocer las necesidades y preferencias de dicha población para el diseño de la propuesta.		
Recursos	Físicos	➤ Celular.	
	Humano	➤ Pasante: Explica la manera en que se debe llenar el formato y realiza actividades de presentación.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará la presentación personal del pasante para posteriormente realizar una ronda de juegos para conocer a la población.		15 minutos
Fase central	Se aplicará el instrumento para la recolección de datos demográficos.		60 minutos
Fase final/cierre	Se explicará el plan de acción.		10 minutos
		Total	85 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	No aplica.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	La población se demoró bastante en llegar, por lo que empezamos un poco tarde, se les hizo una actividad de ronda para conocernos y presentarnos, los adultos mayores no se vieron interesados por actividades deportivas, más bien estuvieron más interesados por actividades como la costura o juegos de mesa, y habiendo una minoría en ejercicios orientados hacia la educación física.		
Observaciones y Recomendaciones	El espacio que tiene la población es demasiado pequeño para la cantidad de participantes.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN			
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 4	Fecha: 23/09/2024
Objetivo	Enseñar fundamentos técnicos y reglas básicas del voleibol con el objetivo de que los niños entiendan y empiecen a comprender el deporte. Por otra parte, desarrollar coordinación visomanual y habilidades como el lanzar y atrapar.		
Recursos	Físicos	➤ Platillos, balones de voleibol.	
	Humano	➤ Pasante: Explicar los fundamentos técnicos del voleibol y la reglamentación, corregir a los niños y enseñar la manera adecuada de atrapar, lanzar y golpear el balón.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular en donde además los niños se empezarán a familiarizar con el balón.		15 minutos
Fase central	Se enseñarán superficies de contacto del voleibol y los tipos de golpe de manera superficial, posteriormente los participantes jugarán un partido entre ellos.		90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático mientras se explica sobre lo aprendido en la sesión.		10 minutos
		Total	115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ En caso de mal tiempo se realizarán actividades bajo techo como cinemateca, juegos en ronda, etc.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Empezamos con la primera clase de voleibol en donde se buscaba dar una pincelada a los niños del deporte con la intención de que entendieran reglas básicas y la manera en que se juega, se vio gran interés por el deporte por parte de todos los niños, sin embargo, con el tiempo las niñas predominaron en el interés por este deporte, en donde se mantuvieron concentradas y atentas a las instrucciones y maneras de golpear el balón, por otro lado, los niños se desconcentraban bastante y buscaban jugar lo más pronto posible ignorando bastantes reglas enseñadas a lo largo de la sesión.		
Observaciones y Recomendaciones	No aplica.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN			
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 5	Fecha: 25/09/2024
Objetivo	Enseñar fundamentos técnicos y reglas básicas del basquetbol con el objetivo de que los niños entiendan y empiecen a comprender el deporte. Por otra parte, desarrollar coordinación visomanual y habilidades como el lanzar y atrapar.		
Recursos	Físicos	➤ Plátanos, balones de basquetbol.	
	Humano	➤ Pasante: Explicar los fundamentos técnicos del basquetbol y la reglamentación, corregir a los niños y enseñar la manera adecuada de atrapar, lanzar y golpear el balón.	
Fases	Descripción		Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular en donde además los niños se empezarán a familiarizar con el balón.		15 minutos
Fase central	Se enseñarán superficies de contacto del basquetbol y los tipos de lanzamientos para pase y remate de manera superficial, posteriormente los participantes jugarán un partido entre ellos.		90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático mientras se explica sobre lo aprendido en la sesión.		10 minutos
			115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ En caso de mal tiempo se realizarán actividades bajo techo como cinemateca, juegos en ronda, etc.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Se inicio la primera sesión de baloncesto en donde se buscaba dar una pincelada muy por encima del deporte para que los niños lo entendieran a grandes rasgos, en este deporte todos los niños se interesaron bastante por aprenderlo de manera adecuada, aprendiendo a como moverse con el balón y a hacer los pases, el único inconveniente que hubo fue el tamaño de los balones, ya que, hay niños bastante pequeños de 5 o 6 años a los que el balón se les es demasiado grande.		
Observaciones y Recomendaciones	Los balones que tiene la fundación de basquetbol son demasiado grandes y pesados para los niños que hay en dicha fundación.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

	UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN		
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 6	Fecha: 5/09/2024
Objetivo	Mejorar la coordinación, equilibrio y trabajo en equipo.		
Recursos	Físicos	➤ Celular.	
	Humano	➤ Pasante: Explicar de manera acorde cada uno de los ejercicios planteados con sus respectivas reglas.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará movilidad articular y calentamiento, en donde los participantes deberán mover las partes del cuerpo que se le indiquen y deberán moverse de un punto A hacia un punto B.		15 minutos
Fase central	Se realizarán juegos de selección de grupo donde se les pedirá que formen grupos con cierta cantidad de integrantes, cada vez que lo logren ganarán puntos, por otra parte, cuando se haga la división de grupos se jugará juegos de relevos con diversas variantes en donde los participantes tendrán que desplazarse rápidamente de un punto A hacia un punto B sin correr, para posteriormente entregar el relevo a un nuevo compañero. Para finalizar realizarán relevos grupales tomados de la mano y desplazándose en grupo sin soltar a ningún miembro.		60 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático y se retroalimentará lo aprendido.		10 minutos
		Total	85 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ Se tendrá como plan B juegos de agilidad mental para aquellos que tengan dificultad para moverse.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	En esta sesión se buscaba mejorar la coordinación y el equilibrio de los adultos mayores, en donde gran cantidad de ellos participaron de la sesión de manera muy activa y correcta, sin embargo, una minoría prefería quedarse sentados hablando y esperando las onces por las que generalmente van a la fundación.		
Observaciones y Recomendaciones	No se cuenta con material como balones, aros, conos, platillos, etc. Para realizar actividades con elementos.		

	UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
--	---

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 7	Fecha: 30/09/2024	
Objetivo	Enseñar fundamentos técnicos y reglas básicas del balonmano con el objetivo de que los niños entiendan y empiecen a comprender el deporte. Por otra parte, <u>desarrollar coordinación visomanual y habilidades como el lanzar y atrapar.</u>			
Recursos	Físicos	➤ Balón de microfútbol, platillos, conos.		
	Humano	➤ Pasante: Explicar los fundamentos técnicos del balonmano y la reglamentación, corregir a los niños y enseñar la manera adecuada de atrapar y lanzar el balón.		
Fases	Descripción		Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular en donde además los niños se empezarán a familiarizar con el balón.			15 minutos
Fase central	Se enseñarán superficies de contacto del balonmano y los tipos de lanzamientos para pase (pase de bolos y pase de beisbol) y remate de manera superficial, posteriormente los participantes jugarán un partido entre ellos.			90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático mientras se retroalimenta toda la información aprendida durante la sesión.			10 minutos
			Total	115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ En caso de que el deporte se le complique a la población se realizarán juegos de lanzamientos rastreros con pase de bolos y lanzamientos aéreos con lanzamiento de béisbol, en caso de lluvia los niños podrán participar de actividades en espacio cerrado como cinemateca.			
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Se enseñó de manera correcta la forma de jugar el deporte, no obstante, a pesar de que los niños se animaron bastante con el deporte no se pudo practicar por mucho tiempo que ya que comenzó a llover y los niños tuvieron que entrar más temprano de lo normal a la fundación.			

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 8		Fecha: 02/10/2024	
Objetivo	Estimular la coordinación y el equilibrio.				
Recursos	Físicos	➤ Celular.			
	Humano	➤ Pasante: Explicar la manera adecuada de realizar los ejercicios.			
Fases	Descripción		Gráfico	Tiempo	
Fase inicial	Se realizará movilidad articular y calentamiento, en donde los participantes deberán mover las partes del cuerpo que se le indiquen y deberán moverse de un punto A hacia un punto B.			15 minutos	
Fase central	Se realizarán juegos en los que la población deberá poner a pruebas su equilibrio, se les pedirá que caminen sobre las líneas de la cancha de microfútbol sin salirse de la misma, se les solicitará que cambien de dirección y eviten chocarse entre ellos, además jugará al juego de pacman, en donde cada uno de ellos siendo los fantasmas, deben evitar que pacman los atrape siguiendo la norma de no salirse de las líneas mientras se desplazan.			60 minutos	
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático y se retroalimentará lo aprendido.			10 minutos	
			Total	85 minutos	
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ Se realizarán juegos de memoria con aquellas personas que no quieran o no puedan participar de la actividad, incluyéndolos en la misma de una manera indirecta.				
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	En esta sesión participaron menos adultos mayores, ya que bastante de ellos no querían moverse ni participar poniendo como excusa la cantidad de calor y el sol que estaba haciendo ese día, no obstante, quienes participaron lo hicieron de manera muy activa.				
Observaciones y Recomendaciones	El espacio cerrado con el que cuenta la fundación es muy pequeño para la cantidad de participantes que asisten, por otra parte, muchos de ellos no van por las actividades que uno realiza, sino que simplemente van a la fundación esperando recibir su refrigerio.				

	UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
--	---

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 9	Fecha: 02/10/2024	
Objetivo	Enseñar fundamentos técnicos y reglas básicas del fútbol con el objetivo de que los niños entiendan y empiecen a comprender el deporte. Por otra parte, desarrollar coordinación visopédica y habilidades de pateo y recepción del balón.			
Recursos	Físicos	➤ Balón de fútbol sala, balón de fútbol, conos, platillos, escalera coordinativa.		
	Humano	➤ Pasante: Explicar los fundamentos técnicos del fútbol y la reglamentación, corregir a los niños y enseñar la manera adecuada de pasar y controlar el balón.		
Fases	Descripción		Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular en donde además los niños se empezarán a familiarizar con el balón, además se realizará un rondo de pases para entrar en confianza con el balón.			15 minutos
Fase central	Se enseñarán las superficies de contacto del fútbol, los tipos de control y los tipos de pase, posteriormente se realizarán circuitos de conducción de balón con platillos y conos, posteriormente juegos de agilidad utilizando la escalera coordinativa en donde se deberá finalizar con un remate al arco. Por último, se jugarán varios partidos entre los equipos que participen.			90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático en donde se retroalimentará todo lo aprendido durante la sesión de clase.			10 minutos
			Total	115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ Se realizarán juegos con la mano en caso de que a los niños se les complique el uso de los pies para que comiencen a familiarizarse con el balón, en donde también deberán lanzar el balón y patearlo hacia el arco. En caso de lluvia los niños podrán ir a cinemateca.			
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	A pesar de que se tenía planeada una sesión en la que se enseñaría lo esencial del fútbol, esta no se pudo realizar, ya que comenzó a llover bastante duro y tuvimos que realizar cinemateca, en donde se vio la película de Shrek 2, haciéndose énfasis principalmente en el trabajo en equipo y la importancia del mismo.			
Observaciones y Recomendaciones	El espacio de juego está ubicado sobre varias lomas en donde resulta peligroso ir a recuperar un balón que sale de la cancha de juego. En el caso de la presente sesión hubo lluvia y los niños no pudieron salir a realizar la actividad prevista, por lo que se tuvo que aplazar para la próxima sesión.			

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN			
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 10	Fecha: 07/10/2024
Objetivo	Enseñar fundamentos técnicos y reglas básicas del fútbol con el objetivo de que los niños entiendan y empiecen a comprender el deporte. Por otra parte, desarrollar coordinación visopédica y habilidades de pateo y recepción del balón.		
Recursos	Físicos	➤ Balón de fútbol sala, balón de fútbol, conos, platillos, escalera coordinativa	
	Humano	➤ Pasante: Explicar los fundamentos técnicos del fútbol y la reglamentación, corregir a los niños y enseñar la manera adecuada de pasar y controlar el balón	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular en donde además los niños se empezarán a familiarizar con el balón, además se realizará un rondo de pases para entrar en confianza con el balón.		15 minutos
Fase central	Se enseñarán las superficies de contacto del fútbol, los tipos de control y los tipos de pase, posteriormente se realizarán circuitos de conducción de balón con platillos y conos, posteriormente juegos de agilidad utilizando la escalera coordinativa en donde se deberá finalizar con un remate al arco. Por último, se jugarán varios partidos entre los equipos que participen.		90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático en donde se retroalimentará todo lo aprendido durante la sesión de clase.	Total	10 minutos
			115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ Se realizarán juegos con la mano en caso de que a los niños se les complique el uso de los pies para que comiencen a familiarizarse con el balón, en donde también deberán lanzar el balón y patearlo hacia el arco. En caso de lluvia los niños podrán ir a cinemateca.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Se tenía planeada una sesión de fútbol, pero a causa de fuertes lluvias no se pudo realizar, por lo que se hizo cinemateca en donde los niños vieron la película de Super Mario Bros, se hizo énfasis en el trabajo en equipo y la amistad.		
Observaciones y Recomendaciones	El espacio de juego está ubicado sobre varias lomas en donde resulta peligroso ir a recuperar un balón que sale de la cancha de juego. En el caso de la presente sesión hubo lluvia y los niños no pudieron salir a realizar la actividad prevista, por lo que se tuvo que aplazar para la próxima sesión.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN			
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 11	Fecha: 16/10/2024
Objetivo	Enseñar fundamentos técnicos y reglas básicas del fútbol con el objetivo de que los niños entiendan y empiecen a comprender el deporte. Por otra parte, desarrollar coordinación visopédica y habilidades de pateo y recepción del balón.		
Recursos	Físicos	➤ Balón de fútbol sala, balón de fútbol, conos, platillos, escalera coordinativa.	
	Humano	➤ Pasante: Explicar los fundamentos técnicos del fútbol y la reglamentación, corregir a los niños y enseñar la manera adecuada de pasar y controlar el balón.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular en donde además los niños se empezarán a familiarizar con el balón, además se realizará un rondo de pases para entrar en confianza con el balón.		15 minutos
Fase central	Se enseñarán las superficies de contacto del fútbol, los tipos de control y los tipos de pase, posteriormente se realizarán circuitos de conducción de balón con platillos y conos, posteriormente juegos de agilidad utilizando la escalera coordinativa en donde se deberá finalizar con un remate al arco. Por último, se jugarán varios partidos entre los equipos que participen.		90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático en donde se retroalimentará todo lo aprendido durante la sesión de clase.		10 minutos
		Total	115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ Se realizarán juegos con la mano en caso de que a los niños se les complique el uso de los pies para que comiencen a familiarizarse con el balón, en donde también deberán lanzar el balón y patearlo hacia el arco. En caso de lluvia los niños podrán ir a cinemateca.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Se realizó una sesión de fútbol con bastantes ejercicios que los niños aceptaron inicialmente muy felices, sin embargo, con el tiempo los niños pequeños se empezaron a sentir frustrados porque los grandes les impedían jugar ya que no les pasaban mucho el balón, a pesar de que se realizaron bastantes variantes para que lo hicieran, ellos las ignoraban y eran groseros entre ellos. Por lo que fue necesario parar bastantes veces la sesión para corregir comportamientos y hacer caer en cuenta a los niños la importancia de ser respetuosos frente a los niños más pequeños.		
Observaciones y Recomendaciones	El espacio de juego está ubicado sobre varias lomas en donde resulta peligroso ir a recuperar un balón que sale de la cancha de juego.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN			
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 12	Fecha: 21/10/2024
Objetivo	Brindar a los niños la posibilidad de demostrar lo aprendido en el voleibol, corrigiendo errores técnicos y enseñándoles trabajo en equipo.		
Recursos	Físicos	➤ Balón de voleibol, conos	
	Humano	➤ Pasante: Enseñar reglas más profundas del deporte, explicar fundamentos técnicos y realizar correcciones	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular en donde además los niños se empezarán a familiarizar con el balón, además se realizará un rondo de pases para entrar en confianza con el balón.		15 minutos
Fase central	Se enseñará reglamento del voleibol y se jugará inicialmente una variante del mismo llamado atrapaball que consiste en realizar pases atrapando el balón, posteriormente y cuando los niños hayan interiorizado mejor el deporte se procederá a jugar de manera libre voleibol, sin embargo, los niños más pequeños tendrán la posibilidad de seguir atrapando el balón.		90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático en donde se retroalimentará todo lo aprendido durante la sesión de clase.		10 minutos
		Total	115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ En caso de lluvia se optará por realizar actividad de cinemateca, por otra parte, a los niños que se les dificulte el deporte, serán puestos en grupos aparte para jugar una variante mucho más sencilla para ellos en este caso el atrapaball.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Durante la sesión los niños se vieron muy felices y atraídos por las actividades y el deporte propuesto, por otra parte, el terreno en el que se tuvo que hacer la actividad estaba en un muy mal estado y era demasiado pequeño, además los perros callejeros interrumpieron varias actividades al quitarle el balón a los niños, por lo que se complicó el desarrollo adecuado de dicho deporte.		
Observaciones y Recomendaciones	El espacio que se utilizó es bastante limitado, además que hay muchas personas bajo efectos de sustancias psicoactivas alrededor.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN			
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 13	Fecha: 23/10/2024
Objetivo	Brindar a los niños la oportunidad de disfrutar del deporte en toda su expresión, permitiéndoles una sesión libre en la que se corregirán errores y se explicarán diversas reglas basadas en el reglamento del baloncesto.		
Recursos	Físicos	➤ Balón de baloncesto	
	Humano	➤ Pasante: Explicar y guiar a los niños dentro de dicho deporte, brindándoles las herramientas adecuadas para jugarlo de la manera correcta.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular en donde además los niños se empezarán a familiarizar con el balón, además se realizará un rondo de pases para entrar en confianza con el balón.		15 minutos
	Se realizarán 4 equipos para empezar a jugar rey de cancha en donde los 2 equipos que no participan estarán en todo momento realizando juego de pases entre ellos mientras esperan el momento de jugar frente al equipo ganador, por otra parte, también deberán realizar regatees cortos mientras esperan su turno para jugar.		90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático en donde se retroalimentará todo lo aprendido durante la sesión de clase.		10 minutos
		Total	115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ En caso de que se dificulte el deporte, se procederá a realizar variantes con reglas menos estrictas, brindado posibilidad de jugar a todos los niños, por otra parte, en caso de lluvias los niños tendrán tiempo de cinemateca.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Se realizó la sesión de baloncesto de manera adecuada, los niños lo disfrutaron bastante, sin embargo, al ser un deporte con un poco más de contacto los niños tuvieron varios inconvenientes con otros niños, por lo que se optó por restringir ciertas reglas y realizar cambios de equipo.		
Observaciones y Recomendaciones	El parque no tiene una buena ubicación y suele ser bastante peligroso recoger los balones que salen del campo ya que, puede ser muy alto el índice de accidente al estar tan cerca a diversas vías, por otra parte, los niños se distraen bastante con los columpios y rodaderos que hay alrededor.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN			
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 14	Fecha: 30/10/2024
Objetivo	Permitir a los niños realizar una práctica libre de fútbol, en donde puedan desarrollar el deporte de la mejor manera y en donde se corregirán ciertos errores y se le explicará de mejor manera los fundamentos técnicos del deporte, buscando principalmente el trabajo en equipo y la colaboración con los demás.		
Recursos	Físicos	➤ Balón de fútbol sala, balón de fútbol.	
	Humano	➤ Pasante: Explicar los fundamentos técnicos del fútbol corregir aspectos dentro de la reglamentación, además retroalimentar a los niños en los posibles errores que hayan cometido.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular en donde además los niños se empezarán a familiarizar con el balón, además se realizará un rondo de pases para entrar en confianza con el balón.		15 minutos
	Se jugará un rondo en donde se busca que los niños se familiaricen con el balón, se formarán 2 grupos, uno de niños de más de 10 años y el otro de niños de 5 a 9 años, en donde se busca que exista un buen emparejamiento evitando la frustración en los niños y posibles accidentes, posteriormente en esos mismos grupos se jugarán 4 partidos en donde se buscará el gozo máximo de los niños ya además inculcarles la importancia del trabajo en equipo y el liderazgo.		90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático en donde se retroalimentará todo lo aprendido durante la sesión de clase.		10 minutos
		Total	115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ En caso de que a algunos niños no les guste la actividad se buscarán trabajos individualizados o en grupos pequeños de niños, en donde puedan explorar el deporte desde un punto mucho menos competitivo, por otra parte, en caso de lluvias los niños tendrán en total disposición la cinemateca de la fundación.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	En general los niños disfrutaron bastante del deporte, y actuaron de muy buena manera, incluso ayudando a los niños que tal vez se tropezaban o eran embestidos por niños más grandes, además se notó un muy buen espíritu de equipo en cada uno de ellos.		
Observaciones y Recomendaciones	El microfútbol es el deporte más complicado de enseñar en esta zona, ya que, al ser un deporte de uso de piernas principalmente, los niños a falta de técnica y precisión solían botar el balón fuera del campo, el mismo rodaba loma abajo generando un alto índice de accidente en los niños.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

	UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN		
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 15	Fecha: 06/11/2024
Objetivo	Realizar la prueba T test de agilidad para lograr medir resultados y compararlos con los de la sesión #2, con la intención de ver los avances de los niños mediante la intervención deportiva.		
Recursos	Físicos	➤ Conos y platillos.	
	Humano	➤ Pasante: Explicar los fundamentos técnicos del fútbol y la reglamentación, corregir a los niños y enseñar la manera adecuada de pasar y controlar el balón.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular y aumento de frecuencia cardiaca.		15 minutos
Fase central	Se realizará la prueba T-test de agilidad con la finalidad de comparar resultados con la primera sesión diagnóstica.		90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático.		10 minutos
		Total	115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ En caso de que sea imposible realizar la sesión se optará por cinemateca.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Se realizó la sesión de manera adecuada, al finalizar se les permitió a los niños tener práctica libre para luego volver a la fundación.		
Observaciones y Recomendaciones	El espacio se ocupaba constantemente por gente que buscaba jugar en las canchas, por lo que es incierto saber si se puede contar con el parque en todo momento.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

	UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN		
Pasante: Juan Sebastián Flórez Cotes		Sesión: # 16	Fecha: 13/11/2024
Objetivo	Realizar la prueba T test de agilidad para lograr medir resultados y compararlos con los de la sesión #2, con la intención de ver los avances de los niños mediante la intervención deportiva.		
Recursos	Físicos	➤ Conos y platillos.	
	Humano	➤ Pasante: Explicar los fundamentos técnicos del fútbol y la reglamentación, corregir a los niños y enseñar la manera adecuada de pasar y controlar el balón.	
Fases	Descripción	Gráfico	Tiempo
Fase inicial	Se realizará un calentamiento con movilidad articular y aumento de frecuencia cardiaca.		15 minutos
Fase central	Se realizará la prueba T-test de agilidad con la finalidad de comparar resultados con la primera sesión diagnóstica.		90 minutos
Fase final/cierre	Se realizará un estiramiento estático		10 minutos
		Total	115 minutos
Actividades Extra (Plan B, C)	➤ En caso de que sea imposible realizar la sesión se optará por cinemateca.		
Diario de campo (Se diligencia por cada visita a territorio)	Se realizó la sesión de manera adecuada, al finalizar se les permitió a los niños tener práctica libre para luego volver a la fundación.		
Observaciones y Recomendaciones	El espacio se ocupaba constantemente por gente que buscaba jugar en las canchas, por lo que es incierto saber si se puede contar con el parque en todo momento.		

DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Imagen 3

Lista de participantes en sesiones

		FUNDACIÓN TORRE FUERTE														
		LISTADO DE ASISTENCIA FUNTOFU							Pasante: Juan Sebastián Pérez Cotes							
				FECHAS												
		EDAD		15/09/2024	18/09/2024	23/09/2024	25/09/2024	30/09/2024	02/10/2024	07/10/2024	18/10/2024	21/10/2024	23/10/2024	30/10/2024	08/11/2024	13/11/2024
	NOMBRES Y APELLIDOS															
1	KAREN ANDREA BORJA ROJAS	9														
2	REYCHELL DUARTE ALARCON	9														
3	MARIA JOSE ALBINO NIETO	10														
4	DANNA PAOLA ALARCON GALINDO	8														
5	MAYRA ALEJANDRA PEDROZO	8														
6	GABRIELLA SOFIA GIRALDO	7														
7	MARIANA SOFIA LANCHEROS	8														
8	SARAY CELESTE LANCHEROS	9														
9	VALLERY MORENO JIMENEZ	10														
10	GREIMARI ALEJANDRA CORONEL	5														
11	MIRANDA SOFIA LOPEZ PULIDO	10														
12	YINETH DANIELA BAUTISTA	8														
13	MARGELIS YORMIRI CORONEL	7														
14	EMILY KATERIN MARTIN NARVAEZ	10														
15	MARON STEFFANY BAUTISTA	10														
16	ANDREA PALACIOS RENTERIA	11														
17	LAURA CAROLINA CAMARGO	12														
18	EVELYN CHARLOTTE PEREIRA	5														
19	KIMBERLY CHANEL LINARES	12														
20	ANA LUCIA DIAZ CARVAJAL	8														
21	ALISON XIMENA DIAZ CARVAJAL	8														
22	IZEL CAMILA CAMARGO ORTIZ	8														
23	AMY SOFIA SANCHEZ	12														
24	MARINA SANCHEZ FONSECA	2														
25	HANNY BARRAGAN	4														
26	IHAN SANTIAGO PEREIRA	4														
27	JOHAN ESTEBAN DUARTE	7														
28	MATIAS STEVEN PRADA ALBINO	12														
29	GREIBY JOSE CORONEL MORENO	5														
30	KEVIN ALEXANDER PALACIOS	10														
31	DOMINIK GARCIA LINARES	12														
32	ALAN MATIAS LINARES VELASCO	8														
33	ABDIEL ANDRES PRIETO OQUENDO	6														
34	JEAN PAUL CARREÑO CASTILLO	6														
35	JUNIOR ENRIQUE HERNANDEZ	11														
36	JUAN SEBASTIAN CASTRO	6														
37	JOEL BARRAGAN	13														

Imagen 5

Clase de voleibol



DEPORTE Y GAMIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR

Imagen 6

Clase de coordinación y equilibrio

