

**PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA EL DESARROLLO MOTOR Y
HABILIDADES COORDINATIVAS EN NIÑOS DE PRIMARIA DEL CENTRO DE
PROYECCIÓN SOCIAL (CPS) USME (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)**

**OPCIÓN DE GRADO PASANTIAS SOCIALES
CENTRO DE PROYECCIÓN SOCIAL - CPS USME**

JULIÁN SANTIAGO BARBOSA ABRIL

CÓDIGO. 2191538



**UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
DIVISIÓN CIENCIAS DE LA SALUD
FACULTAD CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
BOGOTÁ D.C**

2023

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	3
ABSTRACT.....	3
INTRODUCCIÓN	4
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
JUSTIFICACIÓN	6
OBJETIVOS	7
OBJ. GENERAL	7
OBJ. ESPECÍFICOS	7
MARCO CONCEPTUAL	8
Desarrollo Motor.....	8
Primaria	8
Niños en estado de vulnerabilidad	9
Educación Física	9
Deporte.....	9
Capacidades Coordinativas	10
Capacidades Físicas.....	10
METODOLOGÍA.....	10
1. Tipos de Intervención.....	10
2. Población.....	11
3. Diseño metodológico.....	11
4. Espacio y Materiales	15
5. Cronograma.....	15
RESULTADOS.....	16
CONCLUSIONES	18
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	19
ANEXOS	21

RESUMEN

El programa para el desarrollo motor y capacidades coordinativas consta de 10 clases de intervención dirigidas a 60 escolares entre los 8 y 11 años de edad del colegio Estanislao Zuleta, con el objetivo de aportar en los procesos del desarrollo motor y capacidades coordinativas de esta población. El desarrollo de las 10 sesiones contiene ejercicios de esquema corporal, equilibrio, propiocepción, motricidad fina, motricidad gruesa, lateralidad, agilidad, desplazamientos, saltos y coordinación. Adicionalmente, se hicieron prácticas deportivas como: el balonmano y el fútbol. Todas las actividades se realizaron a través de juegos circuitos y con el acompañamiento del docente a cargo del curso, se generó un aprendizaje en desarrollo, significativo en los niños. Se realizó una sesión por semana, los materiales utilizados fueron pertinentes para los niños y los prestó el colegio Estanislao Zuleta. Finalmente, se recopiló información sobre la población para describir sus características de los niños de primaria y el impacto de la intervención en su desarrollo motor y capacidades coordinativas. Con los resultados se pudo evidenciar, que estas prácticas, fueron útiles y efectivas para el mejoramiento del desarrollo motor, habilidades coordinativas, habilidades sociales y psicológicas para los niños. Estos hallazgos respaldan la importancia, de que los niños de primaria reciban clases de educación física por un profesional con conocimientos afines a esta área.

PALABRAS CLAVE

Desarrollo motor, capacidades coordinativas, primaria, Educación física, deporte y niños en estado de vulnerabilidad.

ABSTRACT

The program for motor development and coordination skills consists of 10 intervention classes aimed at 60 schoolchildren between 8 and 11 years of age from the Estanislao Zuleta school, with the objective of contributing to the processes of motor development and coordination skills of this population. The development of the 10 sessions included exercises of body scheme, balance, proprioception, fine motor skills, gross motor skills, laterality, agility, displacements, jumps and coordination. Additionally, sports practices such as handball and soccer were performed. All the activities were carried out through circuit games and with the accompaniment of the teacher in charge of the course, a significant learning in development was generated in the children. The materials used were relevant for the children and were provided by the Estanislao Zuleta school. Finally, information was gathered on the population

to describe the characteristics of the elementary school children and the impact of the intervention on their motor development and coordination skills. The results showed that these practices were useful and effective for the improvement of motor development, coordination skills, social and psychological skills for the children. These findings support the importance of primary school children receiving physical education classes by a professional with knowledge related to this area.

Keywords

Motor development, coordination skills, primary school, physical education, sports and vulnerable children.

INTRODUCCIÓN

En el país se ha detectado un problema muy común, como lo es la falta de desarrollo de habilidades motoras básicas, desde las edades más pequeñas hasta las más grandes, estas faltas de habilidades motoras básicas se encuentran desde las casas, colegios, universidades y en algunas ocasiones en los diferentes trabajos que hay en el país. Garibotti et al. (2013), en su investigación afirma que el entorno familiar y su ubicación sociodemográfica son factores importantes en el desarrollo infantil. Un entorno familiar que fomenta el aprendizaje proporciona al niño los recursos y el apoyo necesarios para desarrollar sus habilidades y alcanzar su máximo potencial, su entorno sociodemográfico influye en sus aprendizajes fuera del núcleo familiar, lo que puede causar aprendizajes incompletos en su desarrollo infantil (Págs. 384).

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Actualmente el sistema educativo tiene muchas fallas, y sobre todo en las localidades más vulnerables de Bogotá. En el colegio Estanislao Zuleta no se implementan procesos de formación corporal e integral en el currículo de preescolar y primaria, si eso no se modifica, el desarrollo motor del niño se verá afectado. Es crucial reconocer la importancia del desarrollo de habilidades coordinativas, propiocepción, equilibrio y lateralidad, entre otros componentes del desarrollo motor. Estas habilidades son herramientas que contribuyen a mejorar los procesos de aprendizaje de los niños, ya que, están estrechamente relacionadas con la plasticidad cerebral y las etapas sensibles del desarrollo (Castroviejo, 1996).

En el colegio público Estanislao Zuleta se presenta una problemática, es la ausencia permanente de un profesor de educación física, según las altas directivas del colegio, no cuentan con la intención de tener un profesor en el área de la educación física de planta, ya que, el IDRD le proporciona dos profesores al año. Sin embargo, los dos profesores no alcanzan a cubrir la demanda de todo el colegio en ambas jornadas, lo que genera que muchos niños se queden sin su clase de educación física. Esta situación dificulta la implementación del plan de gobierno para el desarrollo de las capacidades coordinativas, condicionales y motrices de los niños. Como ya se dijo anteriormente la cantidad de niños que hay en el colegio es muy elevada, lo cual genera un problema, la cantidad de estudiantes que hay en un salón de clases. Un profesor no puede brindar una atención adecuada a todos los niños. Lo cual dificulta la transmisión de conocimientos y atención individualizada, cosas que son esenciales para el aprendizaje efectivo.

Como el colegio no cuenta con un profesional encargado de la materia de educación física. En la observación inicial y diálogos con los profesores encargados de cada curso, me di cuenta que son los mismos profesores quienes se encargan de dar la clase de educación física, siguiendo el plan que les brinda el estado, pero lamentablemente la mayoría de profesores no tienen un conocimiento acerca del desarrollo motor, ya que, ellos son profesores de otras áreas y lo que enseñan es empírico, es decir la experiencia que adquirieron a través de su vida, y todos sus conocimientos son cotidianos. Eso quiere decir, que sus estudios son para otras materias mas no en la educación física.

Uno de los mayores factores que influyen a tener un mal desarrollo motor es el sobrepeso y la obesidad, ya que, unos estudios, compararon dos grupos poblaciones de niños, donde un grupo de niños tenían su índice de masa corporal en estados normales y el otro grupo poblacional tenían su índice de masa corporal en niveles de sobre peso y obesidad. Los estudios demostraron que: Los niños con sobrepeso y obesidad tuvieron dificultades en estas competencias o pruebas de equilibrio, percepción temporal, percepción espacial y esquema corporal, factores que pueden ser atribuidos a la obesidad y sobrepeso. A comparación de los niños normales, se demostró que los niños y niñas con peso normal han tenido un buen rendimiento en las pruebas, también se mostró que las niñas tuvieron un desarrollo significativo a comparación de los hombres (Dos Santos & González, 2013). De acuerdo a esta investigación se pudo deducir que el sobrepeso y la obesidad influyen mucho en las fases sensibles de los

niños, ya que, tienen falencias en el equilibrio, percepción temporal, percepción espacial y esquema corporal.

Para contextualizar la pasantía social que se hizo en el centro de proyección social de Usme, La pasantía se realizó en un colegio, se encuentra en la localidad de Usme, en un barrio de estratos uno y dos. Por ello, la mayoría de los estudiantes del colegio también pertenecen a estos estratos. Durante el ejercicio de observación se hizo evidente la compleja situación social que se presenta en esta zona, según los profesores del colegio, los niños que asisten al colegio viven en barrios peligrosos, donde la droga, las pandillas y los toques de queda son comunes. Esto los hace susceptibles a involucrarse en actividades ilícitas. Por lo tanto, la mayoría de los niños se encuentra en un estado de vulnerabilidad.

JUSTIFICACIÓN

Es fundamental incluir en el currículo de primaria, procesos de formación corporal e integral a través de clases de educación física, con el objetivo de promover un desarrollo psicomotor adecuado y favorecer el desarrollo de competencias motrices en los niños (Ruiz et al., 2008). Es de vital importancia contar con un profesional especializado en el área para llevar a cabo estos procesos, ya que, de lo contrario, un enfoque inadecuado puede limitar y retrasar el desarrollo de habilidades motoras y perceptivas en los niños. Es necesario garantizar que se brinde una atención adecuada y personalizada para maximizar el potencial de cada niño en su desarrollo físico y perceptivo (Teixeira et al., 2015).

Según el Ministerio de Educación Nacional (MEN, 2010), afirma que los profesores de preescolar y primaria son los encargados de dirigir la educación física, con un énfasis en la psicomotricidad (Págs. 10). De acuerdo a lo anterior, en muchas instituciones educativas, como el colegio Estanislao Zuleta, son los docentes de preescolar y primaria quienes imparten las clases de educación física. Sin embargo, esto ha llevado a que en la mayoría de los casos exista un nivel de desarrollo motor grueso por debajo de lo normal en niños de 4 a 11 años. Por esta razón, es de suma importancia implementar un proyecto de intervención para el desarrollo motor de los niños de preescolar y primaria en el colegio Estanislao Zuleta. Este proyecto se llevará a cabo con un enfoque adecuado y será dirigido por un profesional capacitado y con el conocimiento necesario para implementar ejercicios que favorezcan el desarrollo motor de los niños en esta población.

La falta de profesionales especializados en educación física en las escuelas de preescolar y primaria está teniendo un impacto negativo en la formación corporal adecuada de los niños. Por eso, es fundamental implementar un programa de intervención para el desarrollo motor en el colegio Estanislao Zuleta. Este programa busca proporcionar un espacio que actualmente carecen los niños de preescolar y primaria, con la presencia de un profesional capacitado que contribuya de manera precisa en su desarrollo motor. Además, se brindarán herramientas a los docentes preescolares para fortalecer sus clases de educación física y reducir al mínimo el déficit en el desarrollo motor de los niños. La intervención también incluirá juegos pre-deportivos, lo cual beneficiará a la población no solo en el desarrollo de habilidades motoras, sino también en habilidades sociales, emocionales y en la toma de decisiones, así como otros procesos cognitivos relacionados con el procesamiento e interpretación de información del entorno. Por estas razones, la intervención del programa es crucial para contribuir al desarrollo integral de los niños del colegio Estanislao Zuleta, con el fin de mitigar los efectos negativos provocados por la falta de desarrollo motor debido a la ausencia de profesionales especializados en educación física.

La idea principal para implementar este proyecto es que los niños puedan mejorar sus habilidades físicas, coordinativas y sociales. Con el fin de desarrollar un interés personal por la práctica deportiva y comiencen a practicar el deporte regularmente. Este proyecto nos ayudará a que los niños comiencen a mejorar su trabajo en equipo, relaciones interpersonales y su condición física.

OBJETIVOS

OBJ. GENERAL

Promover la práctica deportiva mediante el mejoramiento del desarrollo motor y las capacidades coordinativas en niños de tercero de primaria del colegio Estanislao Zuleta.

OBJ. ESPECÍFICOS

- Caracterizar el nivel de desarrollo motriz que se desempeña en el colegio para así poder implementar una metodología para el mejoramiento del desarrollo motor y de las capacidades coordinativas.
- Diseñar e implementar actividades adecuadas para el mejoramiento del desarrollo motriz, las capacidades físicas y coordinativas por medio de las sesiones dirigidas por el profesional de la Cultura física.

- Promover habilidades sociales a través de la actividad para el mejoramiento del desarrollo motor.

MARCO CONCEPTUAL

Desarrollo Motor

Según Ruiz Pérez (1994), el desarrollo motor es un proceso que permite a las personas dominar su cuerpo y su entorno. A medida que las personas crecen y maduran, desarrollan habilidades motoras más complejas que les permiten realizar tareas y participar en actividades sociales. Si los profesionales que trabajan con el desarrollo motor tuvieran en cuenta los cambios que se producen a nivel físico, cognitivo, psicológico y social, podrían ofrecer una intervención más eficaz y adaptada a las necesidades individuales.

El desarrollo motor es el proceso por el cual los niños aprenden a controlar sus movimientos corporales. Este proceso comienza con movimientos simples y rígidos, y se va volviendo más complejo y coordinado a medida que el niño crece (Ibáñez López et al., 2004).

Primaria

La escuela primaria es una de las etapas más importantes para la vida de un niño, ya que, según Dewey (1902) abarca los primeros años de escolarización, entre de los 6 a los 12 años. Él dice que la primaria debe centrarse en el desarrollo integral del niño, fomentando su curiosidad, creatividad y habilidades prácticas a través de experiencias de aprendizaje significativas. Es una etapa donde se desarrolla sus habilidades motrices, el expresarse con su cuerpo y Según Vygotsky (1934), el desarrollo cognitivo y socioemocional del niño. Durante esta etapa, el niño adquiere habilidades lingüísticas más complejas, desarrolla el pensamiento lógico y comienza a participar en actividades de aprendizaje guiadas por adultos y pares. Por otro lado, es una etapa donde los niños son más receptivos a su medio ambiente y aprenden a imitar cosas a su alrededor. Piaget (1932), considera la primaria como una etapa en la que los niños de 6 a 12 años experimentan un desarrollo cognitivo significativo. Durante esta etapa, los niños adquieren habilidades de pensamiento más abstracto y lógico, desarrollan la capacidad de resolver problemas y comienzan a construir su propio conocimiento a través de la interacción con el entorno.

Niños en estado de vulnerabilidad

Según UNICEF (2006), los niños en estado de vulnerabilidad son aquellos que se encuentran expuestos a condiciones y situaciones que amenazan su bienestar y su desarrollo integral, como la pobreza, la violencia, la falta de acceso a servicios básicos, la discriminación o la negligencia. Estos niños requieren una protección especial y el apoyo de políticas y programas que garanticen sus derechos y les brinden oportunidades equitativas. Lastimosamente estos niños los observamos en muchos ámbitos de la vida cotidiana. En los colegios públicos, se puede encontrar con muchas situaciones donde a los se les violan sus derechos y a veces el espacio del colegio los ayuda a tener una salida de su dura realidad. Según la teoría ecológica de Bronfenbrenner (1979), los niños en estado de vulnerabilidad son aquellos que experimentan dificultades en su entorno inmediato y en los sistemas más amplios en los que están inmersos, como la familia, la escuela, la comunidad y la sociedad en general. Estas dificultades pueden afectar su desarrollo emocional, cognitivo y social.) También afecta a su desarrollo motriz, ya que, los niños se pueden afligir por toda la carga que tienen en su vida cotidiana y se les dificulta el expresarse sus sentimientos con su cuerpo, ya que, por las experiencias que les han sucedido ellos prefieren no transmitir nada y quedarse en silencio y quietos.

Educación Física

La educación física es una materia fundamenta que se da en los colegios, donde los niños tienen el tiempo y el espacio para desarrollar muchas habilidades corporales, según Romero Granados (2001), la educación física es un proceso de enseñanza-aprendizaje que se desarrolla a través de la actividad física, y que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral de las personas. También se puede decir que es el primer escalón para entrar en el área de los deportes y prácticas deportivas, ya que, se centra en el aspecto físico de la clase de educación física, como el desarrollo de la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la coordinación. Es decir, desarrollar las capacidades condicionales.

Deporte

Podemos llegar a decir que practicar un deporte es de las cosas que todo el mundo debería realizar, ya que, según Romero Granados (2001), el deporte es cualquier actividad, organizada o no, que implique movimiento mediante el juego con objeto de superación o de victoria a título individual o de grupo. Lo cual ayuda mucho a complementar los aprendizajes

del ser humano en todas las etapas de su vida. Por otro lado, si queremos ver el deporte como una práctica más seria, estructurada y competitiva, se puede ingresar a escuelas de formación deportiva e ir escalando hasta llegar al alto rendimiento.

Capacidades Coordinativas

En la etapa escolar es muy importante que, en las clases de educación física, se desarrollen las capacidades coordinativas, Hohmann et al., (2005), nos dice que las capacidades coordinativas son las habilidades que nos permiten una mayor adaptabilidad en el entrenamiento de las capacidades condicionales, lo cual enriquece mucho a los niños, ya que, están en constante movimiento y aprendizaje. Caminero (2006), dicen que son las habilidades que nos permiten controlar y organizar nuestros movimientos, incluso en situaciones nuevas o imprevistas. Es muy importante desarrollar estas capacidades, ya que, nos pueden ayudar a movernos mejor en nuestra vida cotidiana, Las capacidades coordinativas son las habilidades que nos permiten mover nuestro cuerpo de manera eficiente y efectiva, tanto en entornos predecibles como impredecibles, como indicó (Castañer y Camerino, 1990) tomado de Castejón (1995). Nos pueden ayudar a prevenir accidentes y lesiones a futuro.

Capacidades Físicas

A medida que los niños van creciendo y van madurando, se van desarrollando algunas habilidades y capacidades. Se desarrollan a lo largo de nuestra vida, es por eso que es muy importante que las desarrollemos en las edades adecuadas para su aprovechamiento completo. Las capacidades físicas nos ayudan a mejorar nuestro rendimiento, ya que, Blázquez (1993), en su investigación dice que son las cualidades internas del organismo que determinan la capacidad de realizar una actividad física con un determinado rendimiento. Estas cualidades son físicas, como la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad; o coordinativas, como la agilidad, la coordinación, el equilibrio y la reacción.

METODOLOGÍA

1. Tipos de Intervención

- Se realiza una intervención controlada, con el fin de que, sea atendido por el profesional de cultura física, con la certeza que plantee y aplique las sesiones teniendo en cuenta los objetivos planteados.

- Este es un proyecto de intervención, se utiliza para el mejoramiento del desarrollo motor y capacidades coordinativas de los niños de la manera más eficiente y efectiva.
- Se hace una recolección de datos para realizar una intervención que incluya la participación de los niños, con el fin de que participen y se lleve un registro de su asistencia.
- Las intervenciones se realizaron de 12:15 a 02:15 de la tarde los días martes y jueves, se trabajó con los grados terceros de primaria, lo cual hace que cada día ellos participen en las actividades, la asistencia de los niños no varió mucho.

2. Población

- La población a trabajar son niños del colegio Estanislao Zuleta de tercero de primaria de la localidad de Usme donde se encuentra el Centro de proyección social (CPS) se cuenta con una población en total de 67 niños, entre los 8 a 11 años.
- En este proceso participaron niños y niñas del colegio Estanislao Zuleta de Usme, los cuales estuvieron a lo largo del semestre participando en el programa de intervención.

3. Diseño metodológico

- Actividades iniciales y reconocimiento de la población

Previamente a la intervención, se realizaron dos sesiones de diagnóstico, donde se identificó las capacidades de los niños, para de esta manera, poder crear una propuesta adecuada a las expectativas del CPS y del colegio. Las actividades diagnósticas fueron:

- Cogidas
- Cadenita
- Congelados bajo tierra
- Circuito de trabajo en equipo y agilidad
- Captura la bandera
- Programa de intervención para el desarrollo motor y habilidades coordinativas en niños de primaria. El programa se ejecutó en 10 semanas, cada semana se realizó una sesión de clase de educación física para los niños de primaria (niños de tercero de primaria)
 - Sesión uno: Esquema corporal.

La sesión comenzara con el Juego de simón dice. El juego consiste en pedirle a los niños que imiten diferentes movimientos corporales mientras

siguen las instrucciones del profesor, ejemplo saltar, girar, estirar los brazos, etc. El siguiente juego consiste en una carrera de relevos. Se organizará una carrera de relevos en la que los niños tengan que correr, saltar obstáculos o hacer movimientos corporales específicos antes de pasarle el relevo al siguiente compañero. El siguiente ejercicio es baile en grupo. Se realizará una sesión de baile en la que los niños puedan mover todo su cuerpo al ritmo de la música. Como actividad final se les pedirá que hagan un dibujo de ellos mismos, con el fin de saber que conciencia corporal tienen ellos.

- Sesión dos: Equilibrio y propiocepción

Se iniciará con la actividad caminar sobre el puente roto. Se le pide a los niños que caminen en línea recta sobre una línea dibujada en el suelo o sobre unos lazos, manteniendo el equilibrio y sin salirse de la línea o el lazo. Seguimos con el juego de la pata sola. Se les pide a los niños que se pongan de pie sobre un solo pie y mantengan el equilibrio durante unos segundos, variante, para hacerlo más desafiante se le agregan movimientos de brazos, otra es hacerlo con los ojos cerrados. Como actividad final se hará un Juego de lanzamiento y recepción. Se les pide a los niños que lance una pelota al aire y trate de atraparla con una mano. Luego, pídele que la lance y la atrape con la otra mano. Este ejercicio ayuda a mejorar la coordinación ojo-mano y la propiocepción en los brazos.

- Sesión tres: Motricidad fina y motricidad gruesa

Se iniciará con la actividad de mis dedos al papel. Se le debe proporcionar a los niños papel y pinturas lavables, la actividad consiste en que los niños puedan usar sus dedos para hacer diferentes diseños dibujos o trazos en el papel. Con el fin de fortalecer los músculos de las manos y mejorar la precisión de los movimientos. Seguimos con un juego carrera de obstáculos. se crea una serie de obstáculos utilizando conos, aros y lazos. Con el fin de que los niños pasen esos objetos corriendo, saltando o gateando. con el objetivo de ayudar al desarrollo de la coordinación motora y la fuerza muscular. Como actividad final se hará un juego de lanzamientos. Se le coloca diferentes objetos: aros, cestas o lazos y los niños deberá lanzar el balón a diferentes distancias, tratando de encestar o acercar el balón hacia los objetivos. Esto con el fin de mejorar la coordinación viso manual y la precisión de sus movimientos.

- Sesión cuatro: Lateralidad y agilidad

Se iniciará con la actividad Simón dice. Se les pide a los niños que sigan instrucciones del profesor, y se dará la indicación de realizar movimientos laterales como: tocar el hombro derecho con la mano izquierda o cruzar una pierna sobre la otra. Seguimos con la actividad de lanzamiento y pateo con manos y pies alternos. Se les organiza un circuito en el que los niños lancen y pateen una pelota o un objeto utilizando primero la mano derecha y luego la mano izquierda, pie derecho y pies izquierdo. Con el fin de promover la coordinación de ambos lados del cuerpo. Como actividad de cierre haremos la carrera de obstáculos cronometrada: Se crea un circuito donde tenga obstáculos que los niños deben superar lo más rápido posible, utilizando conos, aros o cuerdas en el suelo.

○ Sesión cinco: Desplazamientos y saltos

Se inicia con la actividad de carrera en equipos. Se dividirá a los niños en equipos y se organizará una carrera, donde cada miembro del equipo deberá correr una distancia antes de que salga el compañero, manera en que ellos deben cruzar, será: gateando, retando, en cuclillas, en carretilla, corriendo y en caballito. Seguimos con una actividad carrera de relevos. Se divide grupo en equipos y cada miembro debe correr cierta distancia antes de pasarle el relevo al siguiente compañero, estarán en un circuito donde deben correr y saltar obstáculos como: aros, platillos y lazos. Seguimos con el juego saltos en saco. Donde dividirá el grupo y se organizará una carrera, consiste en que los niños deben meterse en un saco y saltar hacia la línea de meta cuando llegue el compañero a la línea de meta sale el siguiente del grupo, la dinámica es divertida y ayuda al desarrollo de la coordinación y fuerza en las piernas. Como actividad final se hará el juego de saltos de cuerda. Consiste en que los niños salten una cuerda de forma individual y en grupo deben intentar diferentes saltos, cómo saltar en un pie o hacer saltos dobles.

○ Sesión seis: Coordinación

Se iniciará con la actividad de juegos de lanzamiento y recepción. Se les pedirá a los niños que lancen una pelota entre ellos, practicando el lanzamientos y recepciones precisas ya sea con la mano o con el pie. Esto ayudará a mejorar la coordinación entre la mano y el ojo. Seguimos con un circuito de habilidades. Se crea un circuito con diferentes estaciones donde los niños tengan que realizar diferentes movimientos coordinativos, saltar sobre obstáculos hacer equilibrio

en una línea y lanzar una pelota a un sitio en específico con la mano o con el pie. Seguimos con el juego Simón dice. Consiste en que los niños imitarán los movimientos corporales que haga el profesor, saltar, girar, tocar diferentes partes del cuerpo etc. Con el fin de ayudar a mejorar la coordinación motora, la atención y concentración. Y como actividad para finalizar se hará baile rítmico. Se realizará la coreografía del chuchuwa. Consiste en que los niños puedan moverse al ritmo de la música y seguir la coreografía. Con el fin de promover la coordinación corporal y el sentido del ritmo.

○ Sesión siete y ocho: Balonmano

En la primera sesión de balonmano, se jugará congelados bajo tierra, donde los niños seguirán en dos grupos unos congelan los otros tienen que descongelar a sus propios compañeros el juego termina cuando todos los niños estén congelados. Posteriormente a esa actividad se hará pase y recepción. Consiste en organizar a los niños de parejas y pedirles que pasen el balón de mano en mano practicando diferentes tipos de pases (por encima de la cabeza, por debajo, con una mano y con la otra.) Con el fin de trabajar la mejor precisión y recepción. Una de las variantes es tapar y lanzar al gol. Consiste en que los niños se hagan de parejas y lancen a hacer el gol. Por ende, uno va a lanzar y el otro va a controlar con la diferencia de que uno va a ser el delantero y el otro va a ser el portero. Es importante hacer los lanzamientos a diferentes distancias.

En la segunda sesión comenzaremos jugando cadenita. En la segunda actividad haremos carrera con balón. Consiste en hacer varios grupos y que los niños corran con el balón de un extremo al otro extremo de la cancha practicando el control de balón y la velocidad. La actividad de cierre será tiro al blanco. Consiste en colocar diferentes objetos en la portería y hacer que los niños practiquen sus habilidades de tiro intentando acertar en los diferentes blancos.

○ Sesión nueve y diez: Fútbol

En la primera sesión de fútbol, se jugará congelados bajo tierra, donde los niños seguirán en dos grupos unos congelan los otros tienen que descongelar a sus propios compañeros el juego termina cuando todos los niños estén congelados. Posterior a la actividad se hará el juego de Simón dice, para hacer la movilidad articular adecuada y complementar el calentamiento. Luego de esas actividades se hará una breve explicación sobre superficies de contacto y

luego pasaremos a hacer ejercicios de control y pase. Consiste en que los niños se hagan de parejas y practiquen pases cortos y pases largos entre ellos. Con el fin de trabajar la precisión de las fases y las habilidades de recepción. Seguimos con una actividad de rondós. Consiste en hacer un cuadro y en ese cuadro tener cuatro niños donde harán pases simultáneos en diferentes direcciones. Actividad final se hará un partido 5 versus 5 donde la tarea principal es hacer cinco pasos consecutivos para hacer gol.

La segunda sesión será el mismo calentamiento de la primera sesión y en la actividad central se hará dribling en Zig zag. Consiste en colocar conos en forma de Zig zag y hacer que los niños dribling con el balón a través de ellos practicando el control y la coordinación. Seguimos con una actividad de tiro al arco. Se colocará un portero y los niños practicarán sus habilidades de tiro intentando marcar goles desde diferentes distancias y diferentes ángulos o zonas de la cancha. Actividad final se hará un partido 5 versus 5 donde la tarea principal es hacer cinco pasos consecutivos para hacer gol.

4. Espacio y Materiales

Los espacios que se encuentran en el colegio favorece mucho a la intervención que se realizó, ya que, cuenta con zonas verdes, parques para niños, una cancha múltiple y al frente del colegio hay una cancha sintética fútbol 5. Además, los cursos de tercero de primaria cuentan con salones propios, lo cual ayuda a tener un espacio para el llamado a lista y explicación teórica acerca de las actividades.

Los materiales que se utilizaron para la intervención fueron: Conos, balones, lasos, platillos y colchonetas los cuales fueron de fácil acceso y muy colaborativos para la intervención.

5. Cronograma

Las sesiones de clase se realizaron los días martes y jueves de 12:15 am a 2:15 pm, cada grupo tiene un día de clase de 2 horas que es lo que equivale a su clase de educación física, la distribución de los días fue asignada por la coordinadora del colegio.

RESULTADOS

Según la caracterización y el nivel de las habilidades motrices de los niños, se llevó a cabo la intervención con dos grupos de tercero de primaria con una media de asistencia de 30 niños por cada grupo, con edades entre los 8 y 11 años. Es primordial aclarar que el análisis de los resultados descriptivos del programa de intervención fue tomado hasta la sesión 8 correspondiente a la clase de balonmano, Por lo cual la información que a continuación presentaremos se basa en el proceso obtenido hasta la sesión 8.

Es importante destacar que en un grupo de tercero 301 participó una niña con una edad mayor a la de sus compañeros (con casi dos años de diferencia) sin embargo no presentó mejor destreza que sus compañeros. Por otro lado, los niños que practican un deporte constantemente en sus casas o en los descansos del colegio, presentan una mejor disposición a la clase, tienen una concentración y una tensión favorable a la hora de explicar y de realizar los ejercicios.

Desde otro punto de vista, existieron varias diferencias entre ambos terceros, ya que, el tercero 301 era más juicioso que el tercero 302. El tercero 301 tenía una característica particular y era que tenía niños desde los 8 a los 11 años y era un salón muy unido gracias a la directora de grupo, ya que ella me manifestaba que los tenía a todos unidos desde hace 3 años. Por otro lado, el tercero 302 tenía niños de estratos socioeconómicos muy diferentes, desde el estrato 0 hasta el 2.

La población que se intervino tiene un estrato socioeconómico muy variable, ya que, se encuentran desde el estrato cero hasta el dos. Por ese motivo no se llevan procesos ni guías adecuadas por la influencia y la falta de información de algunos padres de familia. Eso genera que los estudiantes tengan déficits, ya sea de atención o debilidad a niveles emocionales lo cual se traduce un desempeño bajo y poca concentración en clases.

Se diseñó y se implementó un proyecto para mejorar el desarrollo motor y las habilidades coordinativas, ya que, es bien sabido el colegio no cuenta con un profesional en el área de educación física, lo cual se puede evidenciar en el bajo desarrollo motor y capacidades coordinativas de los niños de tercero de primaria. Por ende, se hizo un plan de intervención donde se trabajó las siguientes temáticas: Esquema corporal, equilibrio, propiocepción, motricidad fina, motricidad gruesa, lateralidad, agilidad, desplazamientos, saltos coordinación, balonmano y fútbol.

A lo largo de las semanas se fue evidenciando una mejoría del desarrollo motor y las capacidades coordinativas, tanto así que muchos de los estudiantes tuvieron una mejoría notable, que fueron evidenciadas en sus encuentros de inter cursos, por otro lado, otros estudiantes no se evidencio una mejoría, ya que, tienen deficiencias a la hora de entender las indicaciones que se dan en las clases. Todas las sesiones del plan de intervención fueron dirigidas por el profesional en formación de educación física deporte y recreación.

Las habilidades sociales se trabajaron en toda la intervención, ya que, al transcurrir toda la intervención en la mayoría de las actividades que se implementaron cada semana, se realizó un trabajo de habilidades sociales. Se implemento el trabajo en equipo, liderazgo, la resolución de conflictos, escuchar a los demás, expresar sentimientos y pensamientos mediante dibujos. Todo se desarrollaba con actividades donde, una de las herramientas para cumplir el objetivo de las actividades era formar estrategias, formar equipos y resolver los problemas que se generaban dentro de la clase. Con el fin de que se pueda implementar en su vida cotidiana.

En general la intervención ayudó a mejorar habilidades cognitivas en la mayoría de los grupos, ya que se mejoró la atención y concentración, lo cual al principio era muy complicado, ya que, ellos estaban acostumbrados a prestar atención y concentración en el salón de clase y al momento de sacarlos del aula eran muy dispersos. De acuerdo con lo anterior, el plan de intervención de las ocho sesiones contribuyó al mejoramiento psicomotor de los niños y contribuyó significativamente a los procesos psicológicos y físicos.

Por otro lado, el juego fue una herramienta muy importante en este plan de intervención, ya que, ayudaba a conectar a los niños de manera más fácil a ejercicios metódicos repetitivos y tradicionales que se transmitían con el mando directo. Se puede confirmar que el aprendizaje hacia los niños fue significativo ya que ellos presentaban una alegría constantemente en cada sesión realizada.

Para finaliza, Se puede concluir que la intervención ayudo a la gran mayoría de los estudiantes, he hizo que se interesaran a practicar nuevas disciplinas deportivas o profundizar en las que ya han practicado. También se les dio la oportunidad de vivir experiencias donde se dieron cuenta que tenían buenas capacidades motrices que se pueden utilizar en el aprovechamiento del tiempo libre, en el deporte o en el bienestar de ellos mismo.

CONCLUSIONES

Una de las falencias más grandes en el sistema educativo distrital, es que se puede tener un plan de educación física general y bueno, pero de nada sirve si no tiene los profesores adecuados para el desarrollo oportuno del plan de educación física. Por ende, es importante que haya una participación de un profesor especializado en el desarrollo motor en niños que están cursando la primaria, ya que, ayuda a evitar deficiencias y retrasos en el desarrollo motor debido a procesos formativos inadecuados. Además, es crucial tener un proceso adecuado y oportuno de desarrollo motor, ya que esto también tiene un impacto significativo en el desarrollo psicológico, motor emocional y en sus habilidades sociales para los niños.

La intervención fue bien recibida y fue del agrado de todos, tanto de coordinadores, profesores, estudiantes y padres de familia. Ya que, se pudo evidenciar su utilidad y efectividad para el mejoramiento del desarrollo motor, habilidades coordinativas, habilidades sociales y psicológicas para los niños.

Finalmente se recomienda que las clases de educación física dirigidas a la población educativa primaria sean orientadas, guiadas y ejecutadas por profesionales especializados con el área de la actividad física, educación física o afines. Cabe resaltar que se puede enseñar a base de juegos y juegos deportivos.

Por otro lado, también se recomienda que el programa de pasantes y practicantes de cultura física, deporte y recreación continúe esta intervención, durante cada semestre, esto permitirá que los pasantes adquieran experiencia y desarrollen las habilidades necesarias para implementar los cambios necesarios.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Blázquez Sánchez, D. (1993). La condición física: evaluación y desarrollo. Barcelona: INDE. <https://tachh1.files.wordpress.com/2019/10/libro-evaluar-en-educacion-fisica-domingo-blacc81zquez-.pdf>

Bronfenbrenner, U. (1979). The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Harvard University Press. <https://khoerulanwarbk.files.wordpress.com/2015/08/urie-bronfenbrenner-the-ecology-of-human-developbokos-z1.pdf>

Caminero, F. (2006). Marco teórico sobre la coordinación motriz. Lecturas: Educación física y deportes, 10(93). <https://www.efdeportes.com/efd93/coord.htm>

Castejón, F.J. (1995). Fundamentos de iniciación deportiva y actividades físicas organizadas. Madrid: Dykinson. <https://www.iberlibro.com/9788481550962/Fundamentos-iniciaci%C3%B3n-deportiva-actividades-f%C3%ADsicas-8481550965/plp>

Castroviejo, P. (1996). Plasticidad cerebral. Revista neuronal, 24(135), 1361-1366. <http://psicomag.com/biblioteca/1996/Plasticidad%20Cerebral.pdf>

Dewey, J. (1902). The Child and the Curriculum. University of Chicago Press. <https://ia902707.us.archive.org/31/items/childandcurricul00deweuoft/childandcurricul00deweuoft.pdf>

Dos Santos, L. & González, M. (2013). Desarrollo de las habilidades motoras fundamentales en función del sexo y del índice de masa corporal en escolares. Cuadernos de Psicología del Deporte. 13, 2, 63-72. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232013000200007

Garibotti, G., Comar, H., Vasconi, C., Giannini, G., & Pittau, C. (2013). Desarrollo psicomotor infantil y su relación con las características sociodemográficas y de estimulación familiar en niños de la ciudad de Bariloche, Argentina. Archivos Argentinos de Pediatría, 111(5), 384-390. <https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2013/v111n5a04.pdf>

Hohmann, J., Lames, M., & Letzelter, M. (2005). Introducción a la ciencia del entrenamiento. Paidotribo. <http://librodigital.sangregorio.edu.ec/librosusgp/01174.pdf>

Ibáñez López, P., Mudarra Sánchez, M., & Alfonso Ibáñez, C. (2004). La estimulación psicomotriz en la infancia a través del método estitsológico multisensorial de atención temprana. *Educación XX1*, (7), 111-133. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70600706>

Ministerio de Educación Nacional. (2010). *Orientaciones Pedagógicas de Educación Física, Recreación y Deporte*. Bogotá, Colombia: MEN. https://www.mineducacion.gov.co/1780/articles-339975_recurso_10.pdf

Piaget, J. (1932). El juicio moral del niño. (Edición digital). Recuperado el 30 de noviembre de 2023, de https://www.burmalibrary.org/docs20/Piaget-moral_judgment_of_the_child-en-ocr-tu.pdf

Romero Granados, F. (2001). *La educación física y el deporte en la sociedad actual*. Granada: Editorial Universidad de Granada. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=190099>

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>

Ruiz Perez L. M. (1994). *Desarrollo Motor y Actividad Física*. Madrid: Gymnos. Pag. 20. https://granatensis.ugr.es/discovery/fulldisplay?vid=34CBUA_UGR:VU1&search_scope=MyInstitution&tab=Granada&docid=alma991002975599704990&context=L



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>


UNICEF. (2006). *Estado mundial de la infancia 2006: Niñas, educación y equidad*. <https://www.unicef.org/colombia/media/2411/file/Estado%20Mundial%20de%20la%20Infancia%202006.pdf>


Vygotsky, L. S. (1934). *Thought and Language*. MIT Press. <https://img3.reoveme.com/m/bac6393f496a1d08.pdf>


ANEXOS


CRONOGRAMA DE SESIONES	
ACTIVIDAD	FECHA
Esquema corporal	12 Septiembre
Equilibrio y propiocepción	19 Septiembre
Motricidad fina y gruesa	26 Septiembre
Lateralidad y agilidad	3 Octubre
Desplazamientos y saltos	10 Octubre
Coordinación	17 Octubre
Balonmano 1	24 Octubre
Balonmano 2	31 Octubre
Fútbol 1	7 Noviembre
Fútbol 2	14 Noviembre


PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)				MATERIAL
TEMA	Esquema corporal	CLASE	1	20 Platillos, 20 Conos, 1 Bafle, Lapices y Papel.
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN	DURACIÓN		GRÁFICA
INICIAL	Ejercicio 1: Juego de simón dice. El juego consiste en pedirle a los niños que imiten diferentes movimientos corporales mientras siguen las instrucciones del profesor, ejemplo saltar, girar, estirar los brazos, etc.	10 min		
CENTRAL	Ejercicio 2: Juego consiste en una carrera de relevos. Se organizará una carrera de relevos en la que los niños tengan que correr, saltar obstáculos o hacer movimientos corporales específicos antes de pasarle el relevo al siguiente compañero.	50 min		
	Ejercicio 3: Baile en grupo. Se realizará una sesión de baile en la que los niños puedan mover todo su cuerpo al ritmo de la música.			
FINAL	Ejercicio 4: Mi yo en papel. Se les pedirá que hagan un dibujo de ellos mismos, con el fin de saber que conciencia corporal tienen ellos.	10 min		

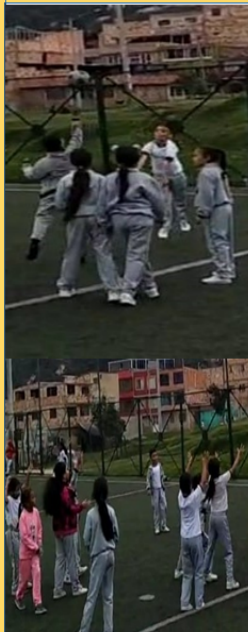
PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)				MATERIAL
TEMA	Equilibrio y propiocepción	CLASE	2	20 Platillos, 20 Balones, 15 Lazos.
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN	DURACIÓN		GRÁFICA
INICIAL	Ejercicio 1: Juego caminar sobre el puente roto. Se les pide a los niños que caminen en línea recta sobre una línea dibujada en el suelo o sobre unos lazos, manteniendo el equilibrio y sin salirse de la línea o el lazo.	10 min		
CENTRAL	Ejercicio 2: Juego de la pata sola. Se les pide a los niños que se pongan de pie sobre un solo pie y mantengan el equilibrio durante unos segundos, variante, para hacerlo más desafiante se le agregan movimientos de brazos, otra es hacerlo con los ojos cerrados.	50 min		
	Ejercicio 3: Juego de lanzamiento y recepción. Se les pide a los niños que lance una pelota al aire y trate de atraparla con una mano. Luego, pídele que la lance y la atrape con la otra mano. Este ejercicio ayuda a mejorar la coordinación ojo-mano y la propiocepción en los brazos.			
FINAL	Ejercicio 4: Estiramiento y vuelta a la calma.	10 min		

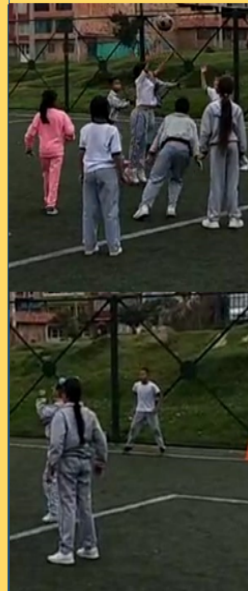
PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)				MATERIAL
TEMA	Motricidad Fina y Gruesa	CLASE	3	20 Platillos, 20 Conos, 20 balones, 20 aros, Pinturas y Papel.
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN	DURACIÓN		GRÁFICA
INICIAL	Ejercicio 1: Juego de mis dedos al papel. Se le debe proporcionar a los niños papel y pinturas lavables, la actividad consiste en que los niños puedan usar sus dedos para hacer diferentes diseños dibujos o trazos en el papel.	10 min		
CENTRAL	Ejercicio 2: Juego carrera de obstáculos. se crea una serie de obstáculos utilizando conos, aros y lazos. Con el fin de que los niños pasen esos objetos corriendo, saltando o gateando.	50 min		
	Ejercicio 3: Juego de lanzamientos. Se le coloca diferentes objetos: aros, cestas o lazos y los niños deberá lanzar el balón a diferentes distancias, tratando de encestar o acercar el balón hacia los objetivos.			
FINAL	Ejercicio 4: Estiramiento y vuelta a la calma.	10 min		



PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)				MATERIAL
TEMA	Lateralidad y Agilidad	CLASE	4	20 Platillos, 20 Conos, 20 balones, 20 aros.
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN	DURACIÓN	GRÁFICA	
INICIAL	Ejercicio 1: Juego de simón dice. Se les pide a los niños que sigan instrucciones del profesor, y se dará la indicación de realizar movimientos laterales como: tocar el hombro derecho con la mano izquierda o cruzar una pierna sobre la otra.	10 min		
CENTRAL	Ejercicio 2: Juego de lanzamiento y pateo con manos y pies alternos. Se les organiza un circuito en el que los niños lancen y pateen una pelota o un objeto utilizando primero la mano derecha y luego la mano izquierda, pie derecho y pies izquierdo. Ejercicio 3: Juego de la carrera de obstáculos cronometrada: Se crea un circuito donde tenga obstáculos que los niños deben superar lo más rápido posible, utilizando conos, aros o cuerdas en el suelo.	50 min		
FINAL	Ejercicio 4: Estiramiento y vuelta a la calma.	10 min		



PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)				MATERIAL
TEMA	Desplazamientos y Saltos	CLASE	5	20 Platillos, 20 Conos, 20 balones, 20 Lazos.
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN	DURACIÓN	GRÁFICA	
INICIAL	Ejercicio 1: Juego de carrera en equipos. Se dividirá a los niños en equipos y se organizará una carrera, donde cada miembro del equipo deberá correr una distancia antes de que salga el compañero, manera en que ellos deben cruzar será: gateando, retando, en cuclillas, en carretilla, corriendo y en caballito.	15 min		
CENTRAL	Ejercicio 2: Juego decarrera de relevos. Se divide grupo en equipos y cada miembro debe correr cierta distancia antes de pasarle el relevo al siguiente compañero, estarán en un circuito donde deben correr y saltar obstáculos como: aros, platillos y lazos. Seguimos con el juego saltos en saco. Donde dividirá el grupo y se organizará una carrera, consiste en que los niños deben meterse en un saco y saltar hacia la línea de meta cuando llegue el compañero a la línea de meta sale el siguiente del grupo, la dinámica divertida y ayuda al desarrollo de la coordinación y fuerza en las piernas. Ejercicio 3: Juego de saltos de cuerda. Consiste en que los niños salten una cuerda de forma individual y en grupo deben intentar diferentes saltos, cómo saltar en un pie o hacer saltos dobles.	50 min		
FINAL	Ejercicio 4: Estiramiento y vuelta a la calma.	10 min		

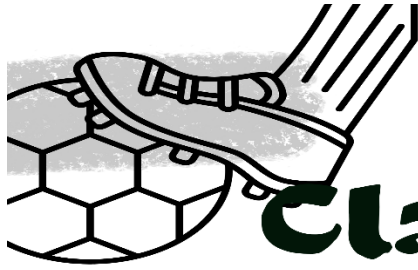
PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)				MATERIAL
TEMA	Coordinación	CLASE	6	20 Platillos, 20 Conos, 20 balones, 20 aros y 1 Bafle.
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN	DURACIÓN	GRÁFICA	
INICIAL	Ejercicio 1: Juego de lanzamiento y recepción. Se les pedirá a los niños que lancen una pelota entre ellos, practicando el lanzamientos y recepciones precisas ya sea con la mano o con el pie.	10 min		
CENTRAL	Ejercicio 2: Juego de habilidades. Se crea un circuito con diferentes estaciones donde los niños tengan que realizar diferentes movimientos coordinativos, saltar sobre obstáculos hacer equilibrio en una línea y lanzar una pelota a un sitio en específico con la mano o con el pie. Ejercicio 3: Juego de simón dice. Consiste en que los niños imitarán los movimientos corporales que haga el profesor, saltar, girar, tocar diferentes partes del cuerpo, etc.	50 min		
FINAL	Ejercicio 4: Baile rítmico. Se realizará la coreografía del chuchuwa. Consiste en que los niños puedan moverse al ritmo de la música y seguir la coreografía.	12 min		

PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)				MATERIAL
TEMA	Balonmano 1	CLASE	7	
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN		DURACIÓN	GRÁFICA
INICIAL	Ejercicio 1: Juego de congelados bajo tierra, donde los niños seguirán en dos grupos unos congelan los otros tienen que descongelar a sus propios compañeros el juego termina cuando todos los niños estén congelados.		15 min	
CENTRAL	Ejercicio 2: Juego de pase y recepción. Consiste en organizar a los niños de parejas y pedirles que pasen el valor de mano en mano practicando diferentes tipos de pases (por encima de la cabeza, por debajo, con una mano y con la otra.)		50 min	
	Ejercicio 3: Variantes del juego anterior, es tapar y lanzar al gol. Consiste en que los niños se hagan de parejas y lancen a hacer el gol. Por ende, uno va a lanzar y el otro va a controlar con la diferencia de que uno va a ser el delantero y el otro va a ser el portero. Es importante hacer los lanzamientos a diferentes distancias.			
FINAL	Ejercicio 4: Estiramiento y vuelta a la calma.		10 min	

PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)				MATERIAL
TEMA	Balonmano 2	CLASE	8	
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN		DURACIÓN	GRÁFICA
INICIAL	Ejercicio 1: Juego de congelados bajo tierra, donde los niños seguirán en dos grupos unos congelan los otros tienen que descongelar a sus propios compañeros el juego termina cuando todos los niños estén congelados.		10 min	
CENTRAL	Ejercicio 2: Juego de carrera con balón. Consiste en hacer varios grupos y que los niños corran con el balón de un extremo al otro extremo de la cancha practicando el control de balón y la velocidad.		50 min	
	Ejercicio 3: Juego de tiro al blanco. Consiste en colocar diferentes objetos en la portería y hacer que los niños practiquen sus habilidades de tiro intentando acertar en los diferentes blancos.			
FINAL	Ejercicio 4: Estiramiento y vuelta a la calma.		10 min	

PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)					MATERIAL
TEMA	Fútbol 1	CLASE	9	20 Platillos, 20 Conos, 20 balones.	
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN		DURACIÓN	GRÁFICA	
INICIAL	Ejercicio 1: Juego de juego de Simón dice, para hacer la movilidad articular adecuada y complementar el calentamiento.	Ejercicio 2: Juego de congelados bajo tierra, donde los niños seguirán en dos grupos unos congelan los otros tienen que descongelar a sus propios compañeros el juego termina cuando todos los niños estén congelados.	10 min		
CENTRAL	Ejercicio 3: Juego de control y pase. Consiste en que los niños se hagan de parejas y practiquen pases cortos y pases largos entre ellos. .	Ejercicio 4: Actividad de rondós. Consiste en hacer un cuadro y en ese cuadro tener cuatro niñas donde harán pases simultáneos en diferentes direcciones.	50 min		
FINAL	Ejercicio 5: Se jugara un partido 5 versus 5 donde la tarea principal es hacer cinco pasos consecutivos para hacer gol. Luedo se hara estiramiento y vuelta a la calma.		20 min		

PROGRAMA DE DESARROLLO MOTOR Y HABILIDADES COORDINATIVAS PARA NIÑOS DE TERCERO DE PRIMARIA (COLEGIO ESTANISLAO ZULETA)					MATERIAL
TEMA	Fútbol 2	CLASE	10	20 Platillos, 20 Conos, 20 balones.	
FASE	CONTENIDO Y DESCRIPCIÓN		DURACIÓN	GRÁFICA	
INICIAL	Ejercicio 1: Juego de juego de Simón dice, para hacer la movilidad articular adecuada y complementar el calentamiento.	Ejercicio 2: Juego de congelados bajo tierra, donde los niños seguirán en dos grupos unos congelan los otros tienen que descongelar a sus propios compañeros el juego termina cuando todos los niños estén congelados.	10 min		
CENTRAL	Ejercicio 3: Se hara una actividad de dribbling en Zig zag. Consiste en colocar conos en forma de Zig zag y hacer que los niños dribbling con el balón a través de ellos practicando el control y la coordinación.	Ejercicio 4: Actividad de tiro al arco. Se colocará un portero y los niños practicarán sus habilidades de tiro intentando marcar goles desde diferentes distancias y diferentes ángulos o zonas de la cancha.	50 min		
FINAL	Ejercicio 5: Se jugara un partido 5 versus 5 donde la tarea principal es hacer cinco pasos consecutivos para hacer gol. Luedo se hara estiramiento y vuelta a la calma.		20 min		



Clases de Educación Física



De Martes y jueves
de 12:15 pm a 2:15 pm

¡Anímate!

- ★ Niños y niñas de tercero de primaria
- ★ Por: Centro de proyección social USME
- ★ Lugar: Colegio Estanislao Zuleta
Sede A



Te Esperamos

