



UNIVERSIDAD DEL AZUAY
FACULTAD DE FILOSOFÍA , LETRAS Y CIENCIAS
DE LA EDUCACIÓN

PROGRAMA DE PROFESIONALIZACIÓN EN CULTURA FÍSICA

**Previa a la obtención del Título de Licenciada
en Ciencias de la Educación, Mención Cultura
Física.**

TEMA:

**“PROPUESTA METODOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DEL
ATLETISMO DE LA EDUCACIÓN BÁSICA EN LA ESCUELA
JUAN MONTALVO DEL CANTÓN PASAJE”**

AUTORA:

ALEXANDRA GUADALUPE MALDONADO ULLAURI

DIRECTOR:

MST. VICENTE CÓRDOVA MOSQUERA

CUENCA – ECUADOR

2007

DEDICATORIA

A mis queridos Padres:

Vicente y Regina porque con su inmenso amor y sacrificio formaron mis ideales

A mi esposo:

Galex con mucho cariño.

A mis hijos

Galex Bryan, Daniel Alexander, Gabriela Alexandra.
Por llenar mi vida de amor con su calida presencia

A mis hermanos:

Anita, Enma, Pablo, Maria Luisa y Rodolfo.
Por su ejemplo y comprensión.

A mis sobrinos:

Por la motivación que me han brindado

Y a todas aquellas personas que de una u otra manera.
Hicieron posibles la culminación de mi carrera.

ALEXANDRA

AGRADECIMIENTO

Al Dr. Mario Jaramillo Paredes Rector de la Universidad del Azuay, por habernos dado la oportunidad de estudiar en el programa de Profesionalización en cultura física.

Al Lcdo. Carlos Delgado: Por ser el impulsador de este proyecto.

Al Mst. Vicente Córdova Mosquera, Director de la investigación, por su calidad humana y vocación de maestro, quien me oriento en forma profesional.

Al Director, personal docente, padres de familia de la Escuela “Juan Montalvo” del cantón Pasaje por su apoyo permanente y su colaboración generosa; de modo particular, a los niños y niñas de los grados superiores, gracias a los cuales se pudo desarrollar con éxito mi trabajo de grado.

A mis amigas Lilian Márquez, Mercedes Erréis y Fanny Vásquez por su apoyo incondicional.

ALEXANDRA GUADALUPE MALDONADO ULLAURI

RESUMEN

El presente trabajo aspira a contribuir a la capacitación de los Docentes “Juan Montalvo” del cantón Pasaje en la Práctica del Atletismo Escolar. En base a la corriente Histórica Cultural y de la Pedagogía Crítica; y se plantean lineamientos didácticos para diseñar y aplicar la capacitación técnica y táctica de los maestros, también se elabora un proyecto de entrenamiento a los alumnos del plantel, para lo cual se propone un plan de seguimiento y evaluación.

Al ejecutar la propuesta recomendada en este informe con la participación de la Comunidad Educativa, se logrará activar la práctica del atletismo en la Institución.

ABSTRACT

The present work, aspires to contribute to the training of the educational ones of the school “Juan Montalvo” of the canton Passage in the practice of the school athletics. Based on the cultural historical current and the Pedagogy Criticizes, be think didactic limits to design and apply the technique – tactical training of the teachers, a project of training is also elaborated the students of the facility, for that which intends a pursuit plan and evaluation.

When executing the proposal recommended in this report whit the participation of the educational community, it will be possible to activate the practice of the athletics in the Institution.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
RESUMEN	IV
ABSTRACT	V
ÍNDICE DE CONTENIDOS	VI
INTRODUCCION	1

1. CAPITULO

DIAGNÓSTICO

1.1. RESULTADOS DE LA ENCUESTA A LOS SIÉS MAESTROS DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA JUAN MONTALVO	4
1.2. RESULTADOS DE LA ENCUESTA A CIEN ALUMNOS DE CUARTO, QUINTO, SEXTO Y SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA	14
1.3 RESULTADOS DE LA ENCUESTA APLICADA A 60 PADRES Y MADRES DE FAMILIA REPRESENTANTES DE LOS ALUMNOS DEL CUARTO, QUINTO, SEXTO, Y SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA	24
1.4.1 Formulario Dirigido a los Docentes	34
1.4.2 Formulario Dirigido a los Alumnos	35
4.4.3 Formulario Dirigido a los Padres y Madres de Familia.....	36
1.5 TABLAS	37
1.5.1 Tabla de Resumen A	37
1.5.2 Tabla de Resumen B	38
1.5.3 Tabla de Resumen C	39
1.6 CORRECCIÓN DE RESULTADOS	40

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DEL ESTUDIO.....	41
2.1.1 La Realidad en el Ámbito de la Cultura Física	42
2.1.2 Fundamentación Teórica.....	42
2.1.2.1 Fundamentación Pedagógico	42
2.1.2.2 Fundamento Psicológico	43
2.1.2.3 El Atletismo	45
2.1.2.4 Breve Historia del Atletismo	46
2.1.2.5 La Cultura Física en la Sociedad Ecuatoriana	47
2.1.2.6 La Educación Física en Primaria	47
2.2 CARACTERÍSTICAS DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 7 -12 AÑOS	48
2.2.1. Maduración Motora	48
2.2.1.1 Maduración Física.....	48
2.2.2.2 El Desarrollo Cognitivo	49
2.2.2.3 Maduración Psicosocial	49
2.2.2.4-Leyes Generales del Desarrollo Físico de los Niños	50
2.2.2.5 Fases del Crecimiento	53
2.2.2.6 Desarrollo del Esqueleto.-.....	53
2.2.1.7 Tendencias del crecimiento.-	54
2.3. EL DOCENTE EN EDUCACIÓN FÍSICA	55
2.3.1 Principales Funciones del Maestro Especialista en Educación Física	56
2.3.1.1 Los Contenidos Básicos.....	57
2.3.1.2 Las Capacidades Perceptivas Motrices.....	57
2.3.1.3. Las Capacidades Físico-Motrices	58
2.3.1.4 Las capacidades socio –motrices	58
2.3.1.5 Las Habilidades Motrices	58
2.4 INTERVENCIÓN DIDÁCTICA Y ESTILOS DE ENSEÑANZA	59
2.5. INSTALACIONES Y RECURSOS MATERIALES	60
2.6 LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA.....	63

2.7 ESTRUCTURA DE LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA	63
---	----

CAPITULO III

3. LA PROPUESTA

3.1. PROGRAMA DEL SEMINARIO DE CAPACITACIÓN A DOCENTES DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA Y DE GRADO	67
3.2 CRONOGRAMA DEL SEMINARIO DE CAPACITACIÓN EN ATLETISMO PARA MAESTROS DE ÁREA Y DE GRADO	69
3.3 CONTENIDO DE CAPACITACIÓN DEL SEMINARIO DIRIGIDO A LOS DOCENTES DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA Y DE GRADO	70
3.3.1...EL ATLETISMO ESCOLAR: REGLAS FUNDAMENTALES	
3.4 PERIODIZACIÓN DE ENTRENAMIENTOS DEPORTIVOS PARA LOS NIÑOS DE LA ESCUELA "JUAN MONTALVO"	77

CAPÍTULO IV

4. PLAN DE SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

4.1. LA EVALUACIÓN EN CULTURA FÍSICA	92
4.2. LA EVALUACIÓN DEL ALUMNO	93
4.2.1. EVALUACIÓN DE LAS PRÁCTICAS ATLÉTICAS EN EL PLANTEL.....	94
4.2.2. LA CALIFICACIÓN	95
4.2.3. EJEMPLO DE EVALUACIÓN GENERAL APLICANDO EL NIVEL 2.....	95
4.3 PLAN DE SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN A DOCENTES DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA Y DE GRADO DE LA ESCUELA JUAN MONTALVO	96
4.4 PLAN DE SEGUIMIENTO Y AVALUACIÓN A LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA JUAN MONTALVO	97
4.5LACOEVALUACIÓN	98
4.5.1 TESTS .APLICADO A 6 MAESTROS DE LA ESCUELA "JUAN MONTALVO"	
4.5.2 TEST COEVALUACIÓN A LOS ALUMNOS	98
4.6 HETERO EVALUACIÓN.....	100

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES	104
RECOMENDACIONES.	105
BIBLIOGRAFÍA	106
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

Como alumna de la Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación, especialización en Cultura Física de la Universidad del Azuay, presento el Informe del Proyecto titulado PROPUESTA METODOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DEL ATLETISMO DE LA EDUCACIÓN BÁSICA EN LA “ESCUELA JUAN MONTALVO”

Después de haber participado en el Seminario previo a la obtención del título de Licenciada en Cultura Física, he centrado la investigación en la Escuela “Juan Montalvo” que pertenece a la ciudad de Pasaje, provincia de El Oro.

La metodología que se utilizó está formada por varias técnicas. Por una parte, se realizaron encuestas a los miembros de la comunidad educativa, es decir a los maestros, los alumnos y a padres de familia. Para la base conceptual se empleó la investigación bibliográfica mediante la consulta de varias obras referentes al objeto de estudio, así como también se investigó en el Internet. Con la información obtenida, se realizaron las comparaciones necesarias que dieron lugar a las conclusiones y recomendaciones.

El Informe consta de cinco Capítulos. El primero describe el Diagnóstico que contiene el análisis de los resultados de la encuesta que permitió ratificar el problema de la investigación; en el segundo se desarrolla el Marco Teórico que fundamenta el presente trabajo, tanto en lo conceptual referente al tema específico del Atletismo, así como las bases filosóficas, psicológicas y pedagógicas que lo sustenta; en el tercero se plantea la Propuesta metodológica; en el cuarto se presenta un Plan de seguimiento y evaluación; y por último, se enuncian las conclusiones y recomendaciones.

El trabajo logró cumplir los objetivos generales como específicos; por tanto, se logró contribuir a la capacitación de los docentes en la práctica del Atletismo con los niños gracias a la socialización de los resultados del diagnóstico para detectar la situación de esta disciplina deportiva en la escuela Juan Montalvo. Además, se logró diseñar una Propuesta metodológica integral con la participación de la comunidad

educativa, logrando activar la práctica del atletismo en la Institución, se plantearon lineamientos para diseñar y aplicar la capacitación técnica y táctica para los maestros y alumnos del plantel permitiendo ejecutar un Plan de seguimiento y evaluación. Por tal motivo, considero que el Proyecto ejecutado vendrá a satisfacer una necesidad institucional que ha sido de prioridad en el Plan Estratégico, en lo que respecta al fomento del deporte infantil

Los beneficiarios directos del Proyecto fueron los maestros de la Institución porque incrementaron su capacitación en relación a los conocimientos sobre la Cultura física infantil y la práctica metódica del deporte, también los padres de familia; pero de manera particular, los niños, quienes se motivaron en la práctica del atletismo y mejoraron sus habilidades psicomotrices, lo que favorece su formación integral.

Es mi aspiración que la investigación desarrollada sea de utilidad para los docentes de la Escuela Juan Montalvo, de modo particular, a los de Cultura Física, ya que las orientaciones didácticas y pedagógicas sugeridas enriquecerán la preparación de quienes laboran con niños de nivel escolar.

CAPITULO I

1. DIAGNÓSTICO

De acuerdo al proyecto, que sirvió de base para el desarrollo de la investigación, se inició con la aplicación de instrumentos mediante encuestas a los maestros, alumnos y padres de familia, lo que permitió obtener un diagnóstico de la realidad del Atletismo en la Escuela Juan Montalvo.

La población y muestra empleada fue la siguiente:

6 maestros de cuarto, quinto, sexto y séptimo año de educación básica.

100 alumnos de cuarto, quinto, sexto y séptimo año de Educación Básica.

60 padres y madres de familia representantes de los alumnos del cuarto, quinto, sexto, y séptimo año de Educación Básica.

La labor de recolección de datos, contó con la aprobación del Director del Plantel, la colaboración de los docentes, padres de familia y de los alumnos.

Luego de realizada la tabulación respectiva, los resultados se presentan en base de cuadros porcentuales y gráficos, se realizó la interpretación de cada una de las respuestas y permitió compararlas entre los grupos encuestados con la finalidad de obtener información de primera mano acerca de la situación del Atletismo en la Institución.

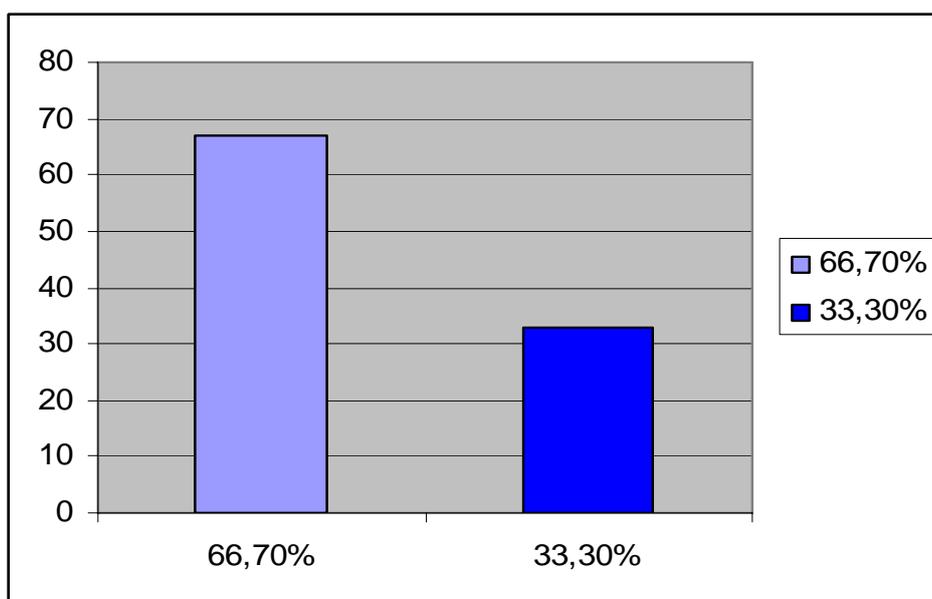
1.1. RESULTADOS DE LA ENCUESTA A LOS SIES MAESTROS DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA JUAN MONTALVO.

El cuestionario fue aplicado a los maestros en forma individual mediante una ficha cuyo modelo se anexa al final del presente Informe.

1.- ¿Hay interés de la institución para realizar la práctica del atletismo?

CUADRO 1

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJE
SI	4	66,7%
NO	2	33,3%
Total	6	100%



FUENTE: Encuesta a maestros.

ELABORACION: La investigadora.

Interpretación de resultados

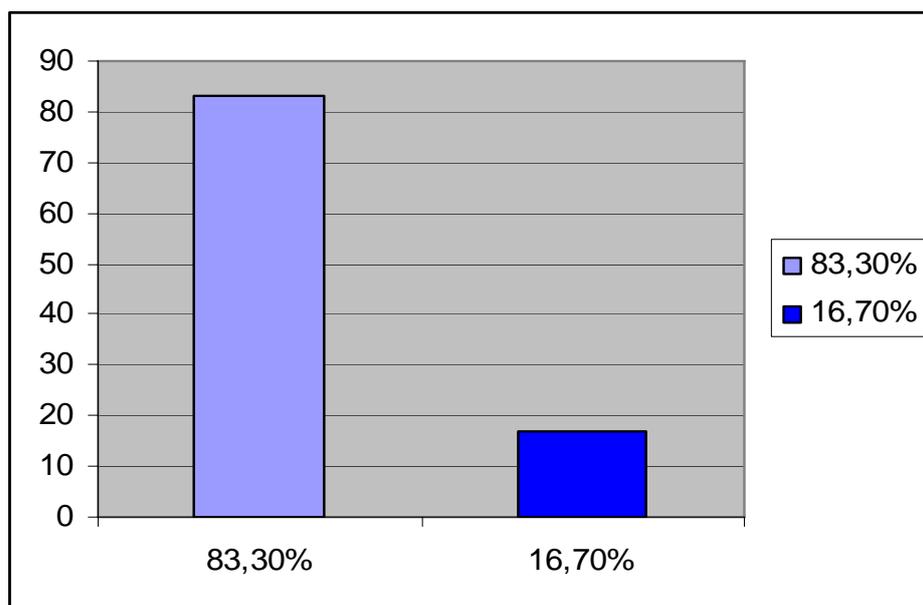
De acuerdo a los datos obtenidos en la encuesta, se demuestra que para 4 maestros, quienes representan el 66,7% de los entrevistados consideran que sí hay interés de parte de la institución para realizar la práctica del atletismo. 2 maestros, que representan al 33,3% señalan lo contrario.

2: ¿Faltan recursos económicos para la práctica del atletismo?

CUADRO 2

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJE
SI	5	83,3%
NO	1	16,7%
Total	6	100,0%

FIGURA 2



FUENTE: Encuestas a maestros.
investigadora.

ELABORACION: La

Interpretación de resultados

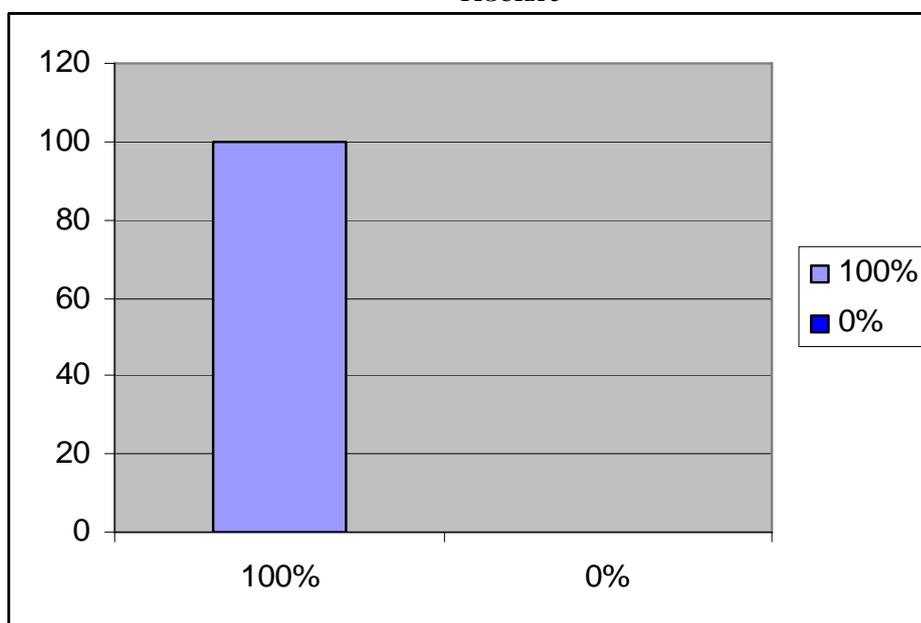
Según los resultados obtenidos en la encuesta se obtiene que para 5 maestros quienes representan 83,3% de los entrevistados manifiestan que en la institución faltan recursos económicos para activar la práctica del Atletismo, 1 maestro, que representa el 16,7% indica lo contrario.

3.- ¿Falta información sobre el reglamento del atletismo?

CUADRO 3

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJE
SI	6	100%
NO	0	0%
Total	6	100%

FIGURA 3



FUENTE: Encuesta a maestros.

ELABORACION: La investigadora.

Interpretación de resultados

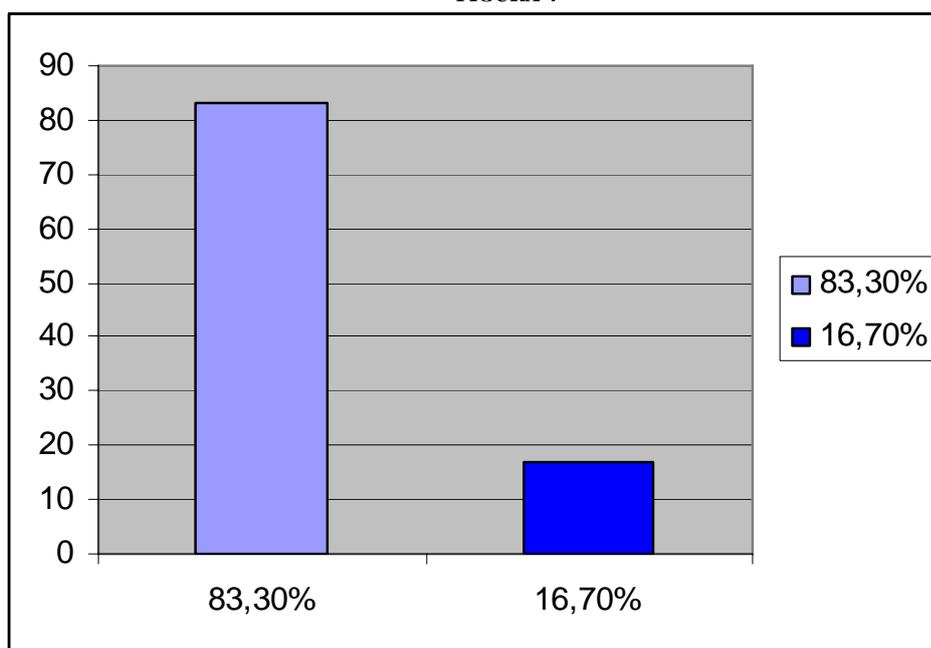
En la encuesta aplicada a los maestros obtiene, que 6 maestros que representan al 100% consideran, que en la institución falta información sobre el reglamento de atletismo para un mejor desarrollo de este deporte.

4.- ¿Faltan implementos deportivos?

CUADRO 4

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJES
SI	5	83,3%
NO	1	16,7%
Total	6	100,0%

FIGURA 4



FUENTE: Encuesta a maestros.

ELABORACIÓN: La investigadora.

Interpretación de resultados.

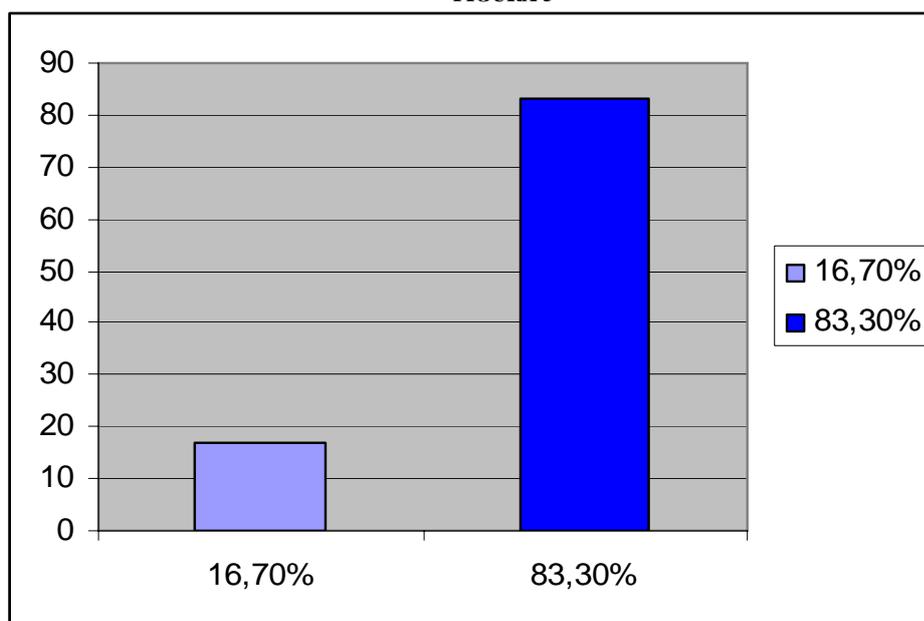
Al analizar la encuesta, 5 maestros que representan el 83,3% afirman que la institución carece de implementos deportivos adecuados para la práctica del atletismo; solamente 1 maestro que representa el 16,7% considera lo contrario.

5.- ¿Hay interés en los alumnos por practicar el atletismo?

CUADRO 5

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJE
SI	5	16,7%
NO	1	83,3%
Total		100%

FIGURA 5



FUENTE: Encuesta a maestros.

ELABORACION: La investigadora.

Interpretación de resultados

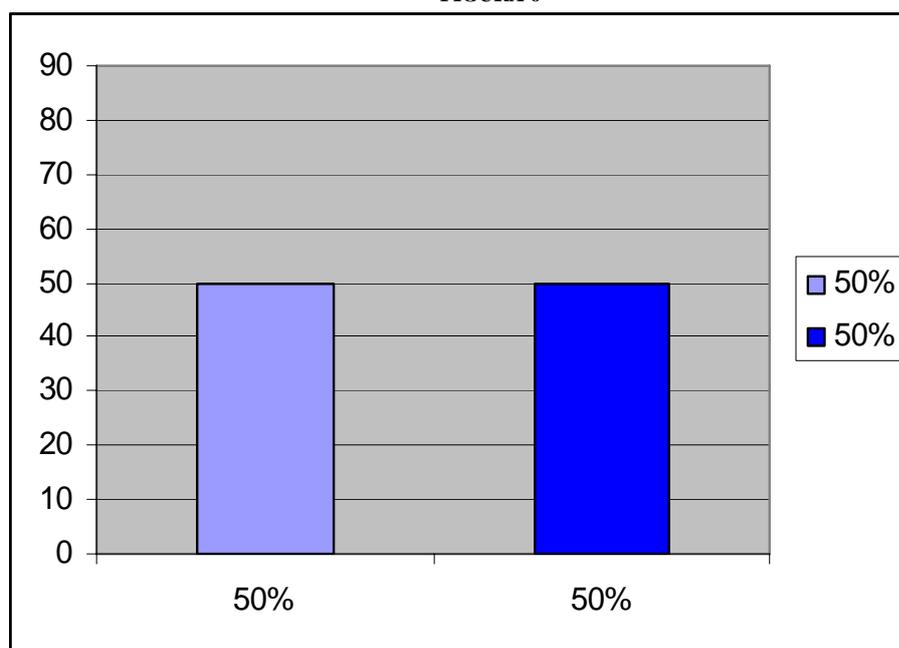
Se obtiene que 1 maestro representa el 16,7% considera que si hay interés en los alumnos por practicar el atletismo, en cambio 5 maestros que representan el 83,3% manifiestan lo contrario.

6.- ¿Hay la motivación de los docentes para la práctica del atletismo?

CUADRO 6

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJE
SI	3	50%
NO	3	50%
Total	6	100%

FIGURA 6



FUENTE: Encuestas a maestros.

ELABORACION: La investigadora.

Interpretación de resultados

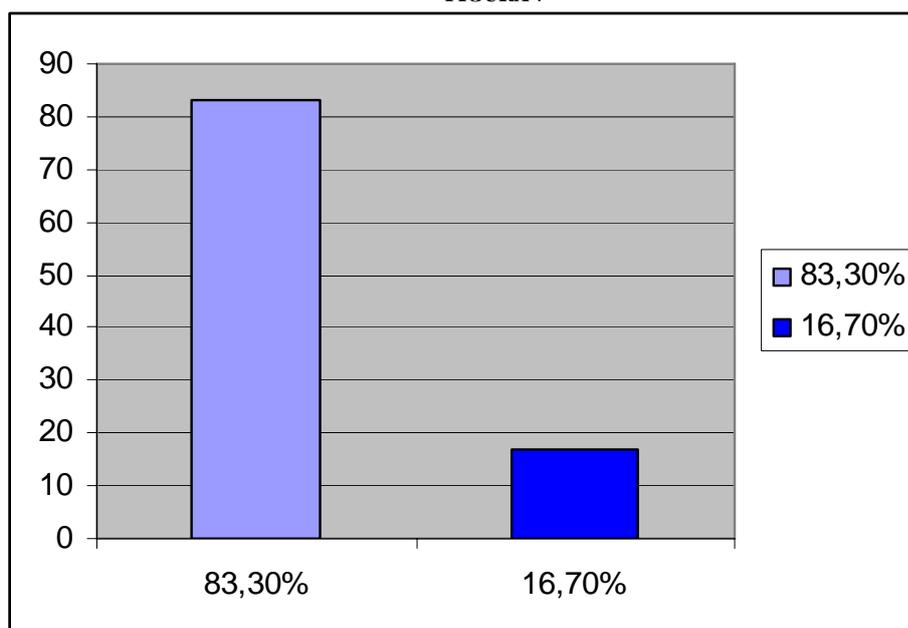
Los datos obtenidos en la encuesta son: 3 maestros que representan al 50% sostienen que si hay motivación de los docentes para la practica del atletismo en la institución, en cambio 3 maestros que representan el 50% consideran lo contrario a lo manifestado por sus compañeros.

7.- ¿Se han contratado profesores especializados en estos últimos años?

CUADRO 7

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJE
SI	5	83,3%
NO	1	16,7%
Total	6	100%

FIGURA 7



FUENTE: Encuesta.

ELABORACION: La investigadora.

Interpretación de resultados

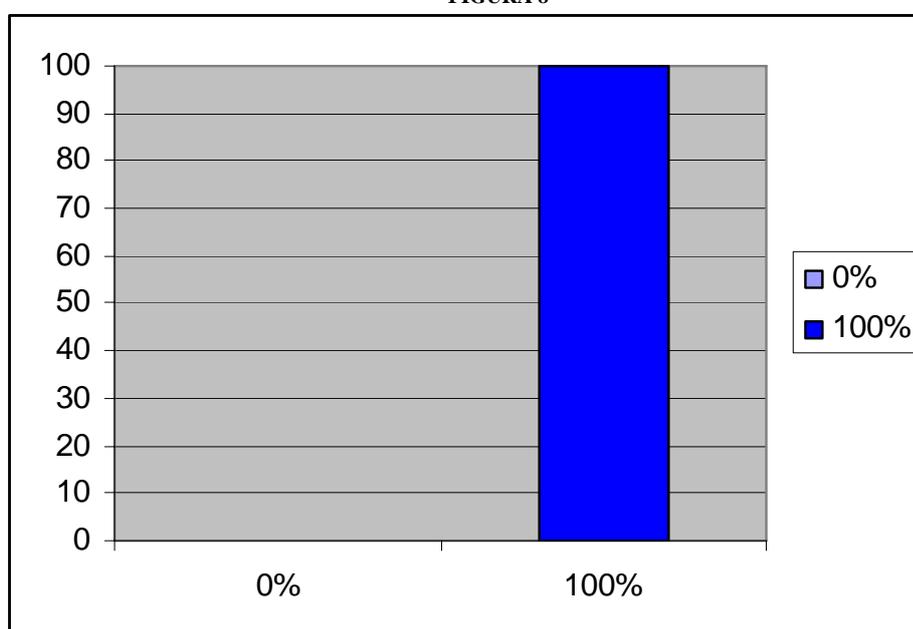
Mediante los datos obtenidos en la encuesta se demuestra que para 5 maestros que representan el 83,3% si se ha contratado profesores especializados en estos últimos años, y 1 maestro que representa el 16,7% opina lo contrario.

8.- ¿Se realizan campeonatos internos de atletismo?

CUADRO 8

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJE
SI	0	0%
NO	6	100%
Total	6	100%

FIGURA 8



FUENTE: Encuesta.

ELABORACION: La Investigadora.

Interpretación de resultados

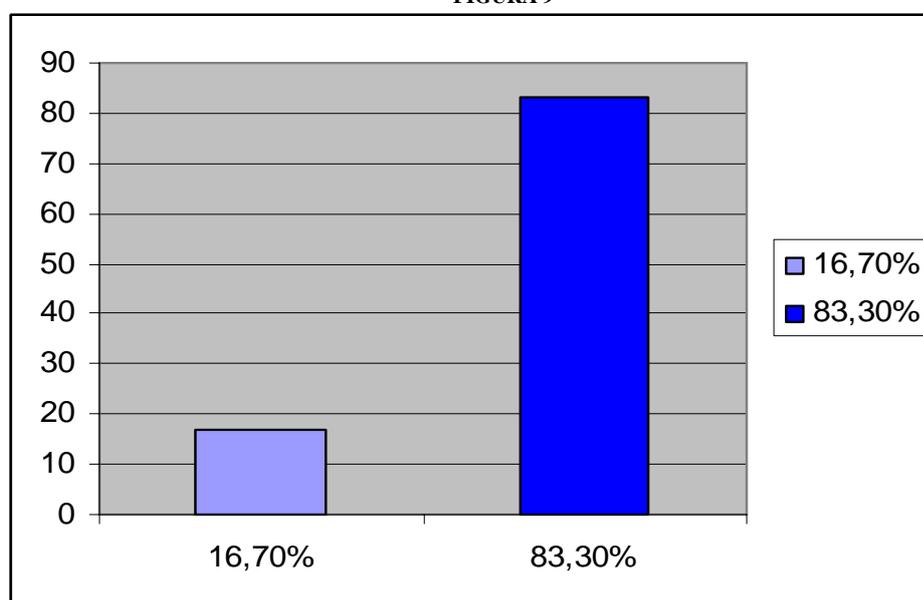
Luego de obtener los datos de la encuesta, se demuestra que 6 maestros que representan el 100% indican que no se realizan campeonatos internos de Atletismo en la Escuela Juan Montalvo.

9.- ¿Hay apoyo de los padres de familia?

CUADRO 9

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJE
SI	1	16,7%
NO	5	83,3%
Total	6	100%

FIGURA 9



FUENTE: Encuesta.

ELABORACION: La investigadora.

Interpretación de resultados

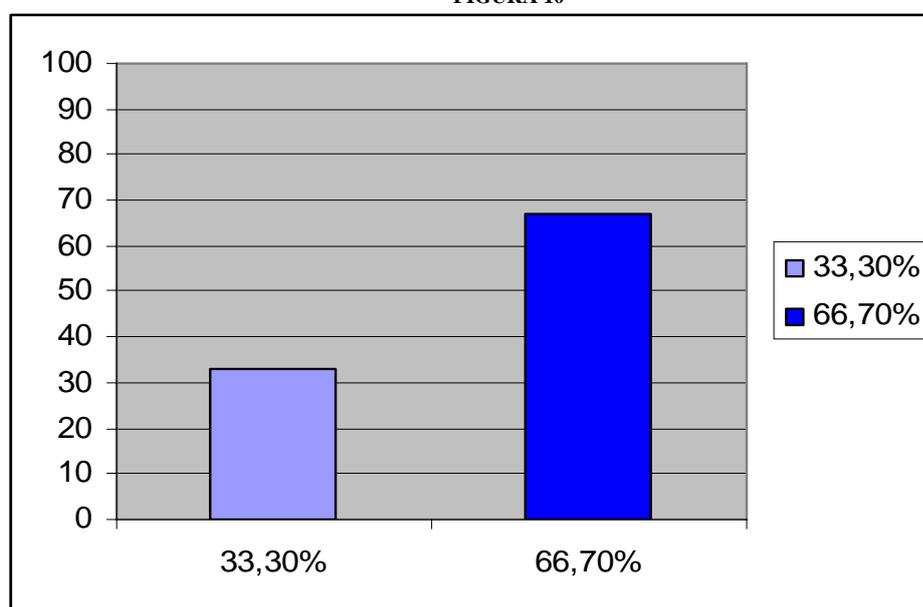
En la encuesta aplicada se obtuvo que 1 maestro que representa el 16,7% de los investigados consideran que si hay apoyo de los Padres de Familia para la activación del Atletismo en la Institución, y 5 maestros que representan el 83,3% opinan lo contrario.

10.- ¿Han recibido seminarios de capacitación en atletismo?

CUADRO 10

ALTERNATIVA	# DE MAESTROS	PORCENTAJE
SI	2	33,3%
NO	4	66,7%
Total	6	100%

FIGURA 10



FUENTE: Encuesta.

ELABORACION: La Investigadora.

Interpretación de resultados

En la encuesta realizada 2 maestros que representan el 33,3% si han recibido seminario de capacitación en Atletismo, y 4 maestros que representan el 66,7% no han recibido seminario de capacitación en este deporte.

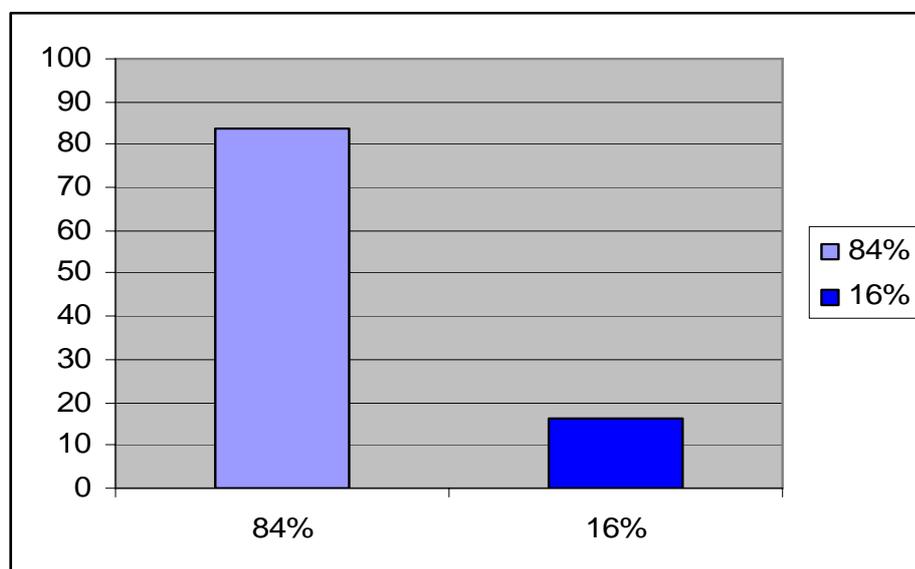
1.2. RESULTADOS DE LA ENCUESTA A CIEN ALUMNOS DE CUARTO, QUINTO, SEXTO Y SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA.

1.- ¿Te gusta el Atletismo?

CUADRO 11

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	84	84%
NO	16	16%
Total	100	100%

FIGURA 11



FUENTE: Encuesta.

ELABORACION: La Investigadora.

Interpretación de resultados

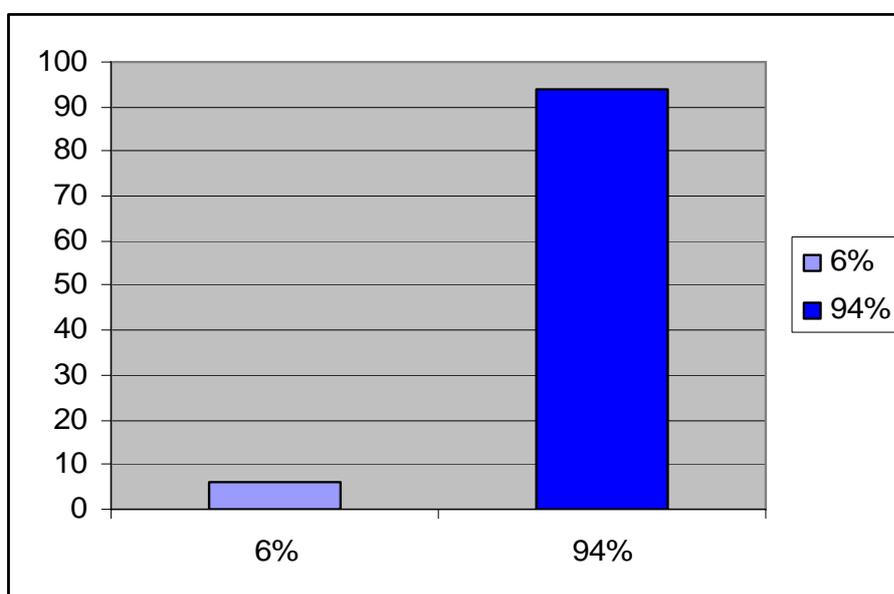
Al aplicar la encuesta a los alumnos se obtuvo que 84 alumnos que representan 84% respondieron que sí les gusta el Atletismo, y 16 alumnos que representan al 16% contestaron que no les gusta el Atletismo.

2.- ¿Existen en la Escuela los implementos necesarios para practicar el Atletismo?

CUADRO 12

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	6	6%
NO	94	94%
Total	100	100%

FIGURA 12



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La Investigadora

Interpretación de resultados

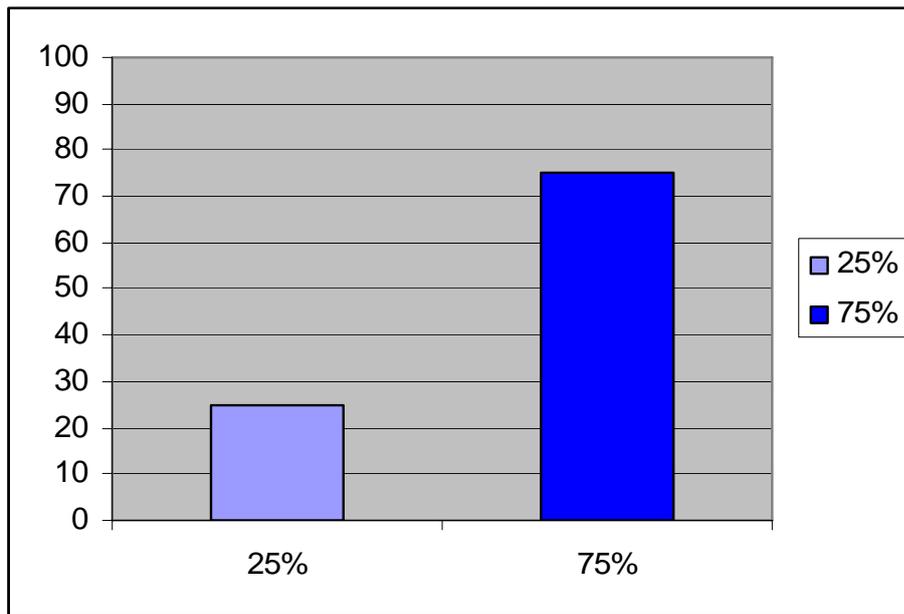
En la encuesta aplicada a los alumnos, se obtuvo que 6 alumnos que representan el 6% de los entrevistados opinan que la Escuela cuenta con los implementos necesarios para la practica del Atletismo, y el 94 que representa el 94% consideran lo contrario.

3.- ¿Conoces sobre el reglamento del Atletismo?

CUADRO 13

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	25	25%
NO	75	75%
Total	100	100%

FIGURA 13



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La Investigadora

Interpretación de resultados

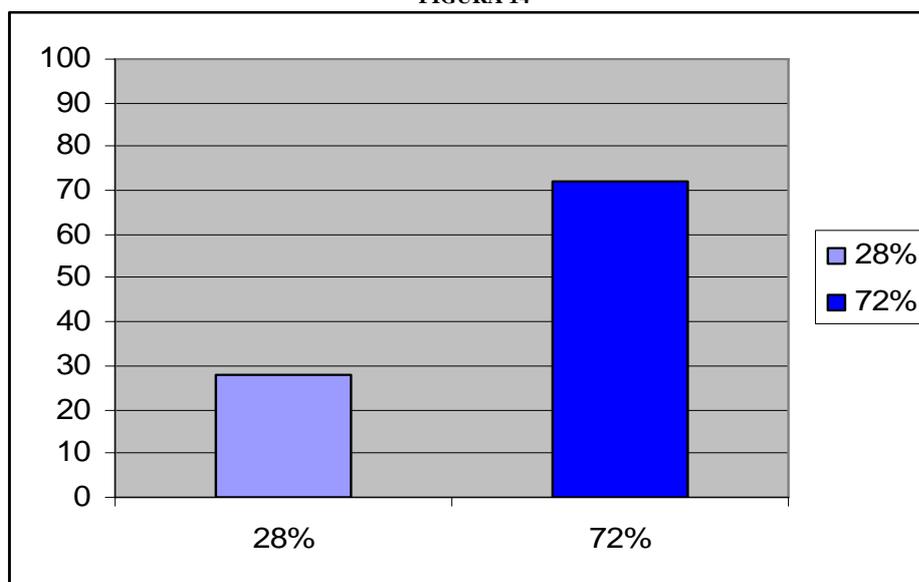
Los datos obtenidos en la encuesta demuestran que 25 alumnos que representan el 25% de los entrevistados consideran que sí conocen sobre el reglamento de Atletismo, y 75 alumnos que representan el 75% opinan lo contrario.

4.- ¿Han recibido charlas de Atletismo?

CUADRO 14

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	28	28%
NO	72	72%
Total	6	100%

FIGURA 14



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La Investigadora

Interpretación de resultados

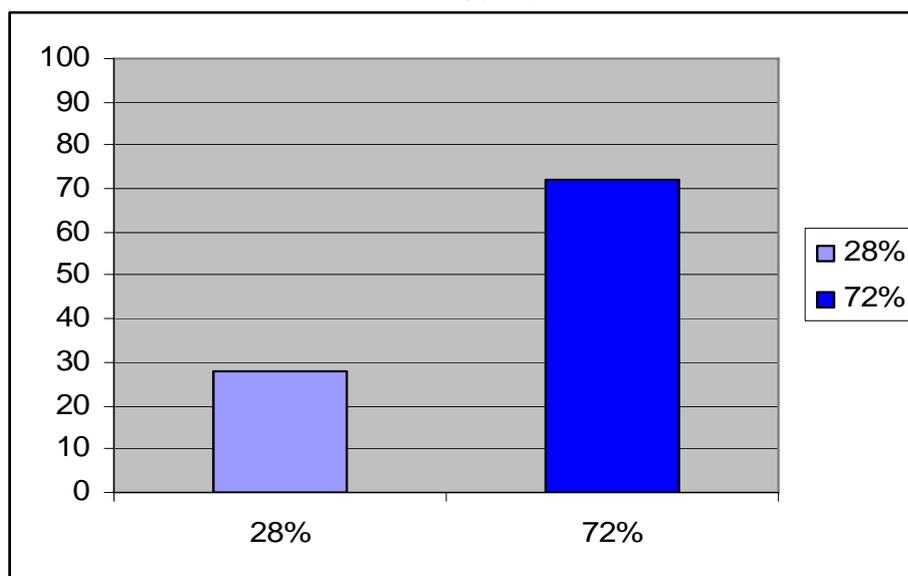
En la encuesta establecida veremos que 28 alumnos que representan el 28% de los entrevistados si han recibido charlas de Atletismo y que 72 alumnos que representan el 72% opinaron lo contrario.

5.- ¿Hay interés de los profesores por practicar el Atletismo?

CUADRO 15

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	28	28%
NO	72	72%
Total	100%	100%

FIGURA 15



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

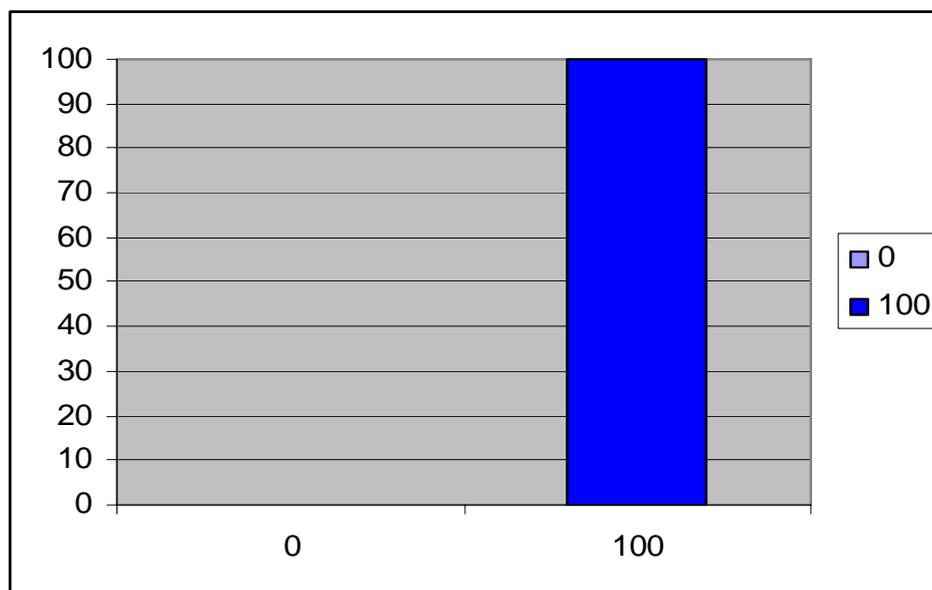
De acuerdo a los datos obtenidos en la encuesta, 28 alumnos que representa el 28% de los entrevistados opinan que si hay interés en los docentes por la práctica del Atletismo y 72 alumnos que representan el 72% opinan lo contrario.

6.- ¿Se realizan campeonatos internos de Atletismo?

CUADRO 16

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	0	0
NO	100	100
Total	100	100%

FIGURA 16



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

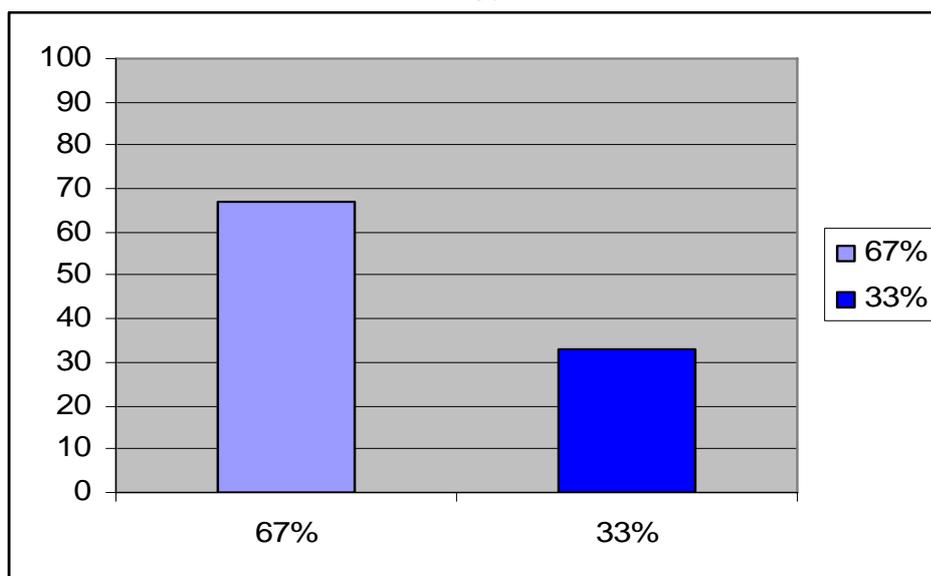
Al realizar la encuesta se obtuvo que el 100% de los entrevistados opinaron que en la escuela Juan Montalvo no se realizan campeonatos internos de Atletismo.

7.- ¿Te gustaría que la escuela participara en el Ínter escolar de Atletismo?

CUADRO 17

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	67	67%
NO	33	33%
Total	100	100%

FIGURA 17



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

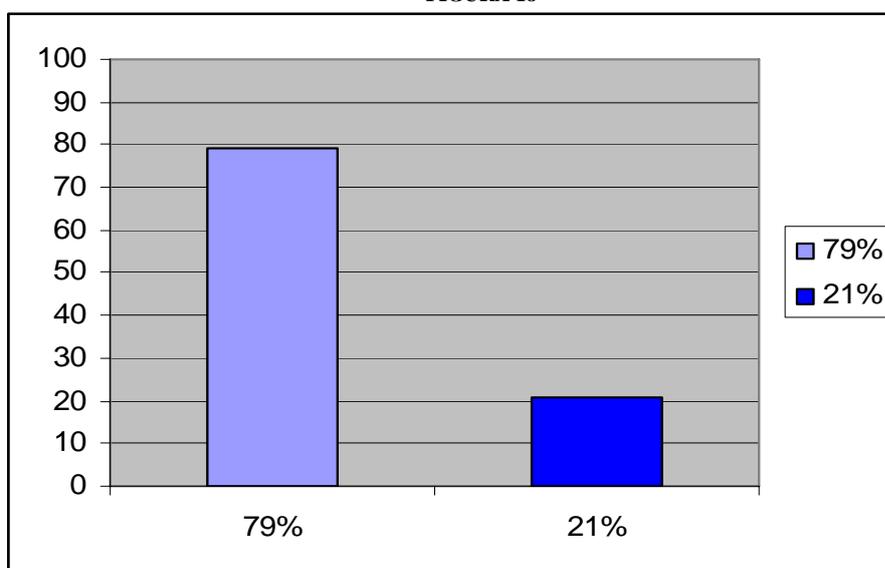
Según los datos obtenidos en la encuesta 67 alumnos que representan el 67% de los entrevistados manifiestan que si les gustaría que su escuela participe en el Inter. Escolar de Atletismo, y el 33 que representan el 33% opinaron lo contrario.

8.- ¿Se han contratado profesores especializados en Atletismo?

CUADRO 18

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	79	79%
NO	21	21%
Total	100	100%

FIGURA 18



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

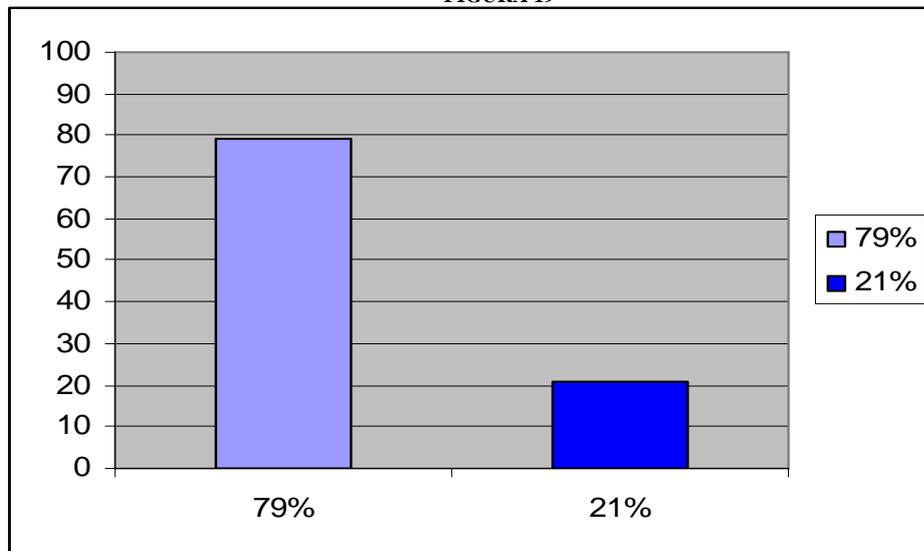
Mediante los resultados obtenidos en la encuesta 79 alumnos que representan el 79% de los entrevistados opinaron que en la institución si se han contratado profesores especializados en Atletismo, y 27 alumnos que representan el 21% opinan lo contrario.

9.- ¿Hay apoyo para los padres de familia para que se desarrolle el Atletismo?

CUADRO 19

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	43	43%
NO	57	57%
Total	100	100%

FIGURA 19



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

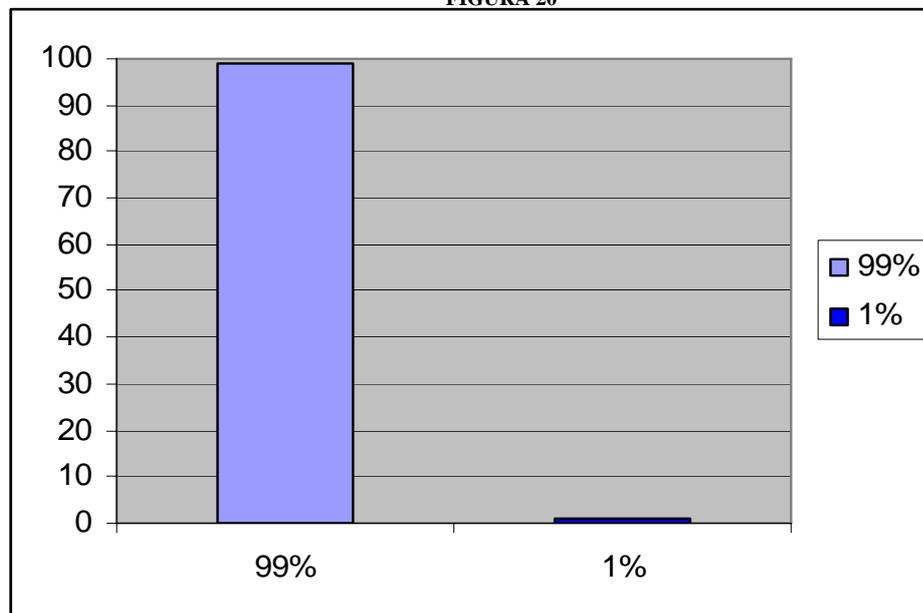
A través de los datos obtenidos en la encuesta 43 alumnos que representan el 43% de los entrevistados consideran que si hay apoyo de los padres de familia para que se desarrolle el Atletismo, y 57 alumnos que representan el 57% opinan lo contrario.

10.- ¿Les gustaría tener canchas adecuadas para practicar el Atletismo?

CUADRO 20

ALTERNATIVA	# DE ALUMNOS	PORCENTAJE
SI	99	99%
NO	1	1%
Total	100	100%

FIGURA 20



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

Con los datos obtenidos en la encuesta se demuestra que 99 alumnos que representan el 99% manifiestan que sí les gustaría tener canchas adecuadas para practicar el atletismo, y 1 alumno que representa el 1% opina lo contrario.

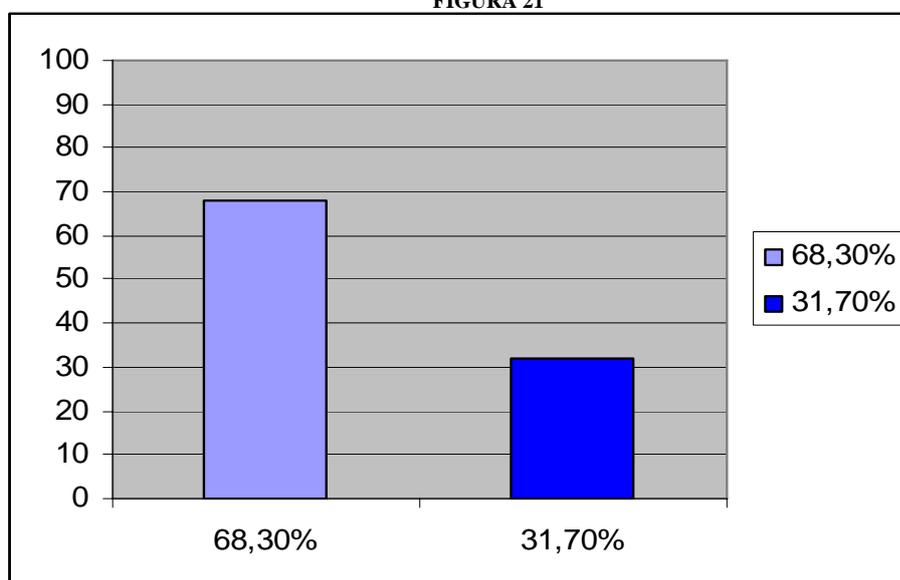
1.3. RESULTADOS DE LA ENCUESTA APLICADA A 60 PADRES Y MADRES DE FAMILIA REPRESENTANTES DE LOS ALUMNOS DEL CUARTO, QUINTO, SEXTO, Y SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA.

1.- ¿Hay interés de la institución para realizar la práctica de Atletismo?

CUADRO 21

ALTERNATIVA	# DE PADRES	PORCENTAJE
SI	41	68,3%
NO	19	31,7%
Total	60	100%

FIGURA 21



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

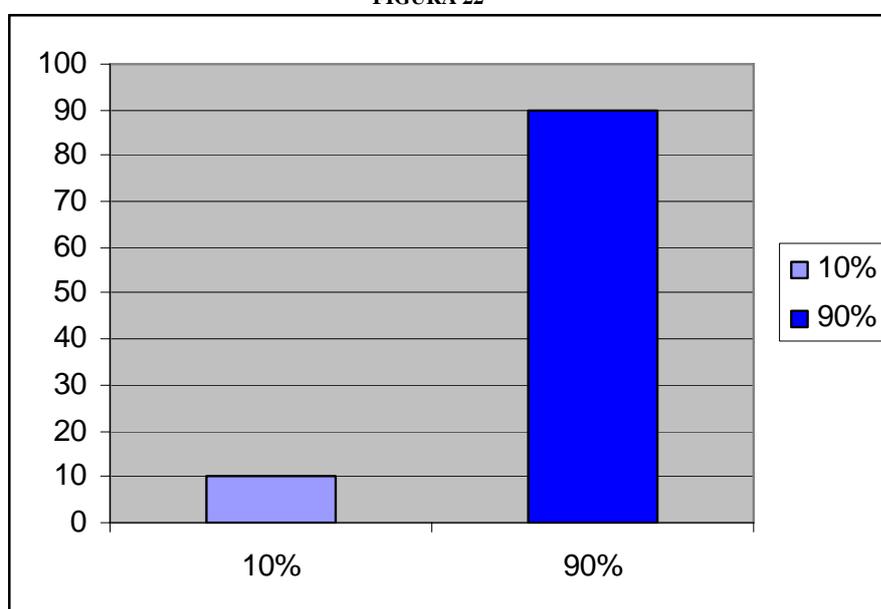
Mediante los datos obtenidos 41 padres de familia que representan el 68,3% de los entrevistados consideran que si hay interés de la institución para realizar la práctica de Atletismo, y 19 padres de familia que representan el 31,7% opinan lo contrario.

2.- ¿Tiene la escuela recursos económicos para activar la práctica del Atletismo?

CUADRO 22

ALTERNATIVA	# DE Pad, DE FAMILIA	PORCENTAJE
SI	6	10%
NO	54	90%
Total	60	100%

FIGURA 22



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

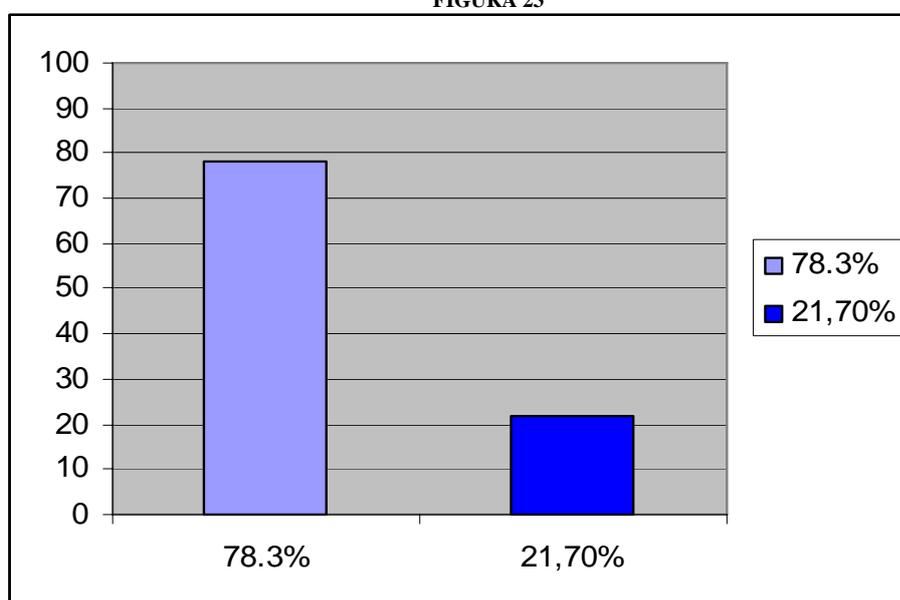
A través de los datos obtenidos en la encuesta 6 padres de familia que representan el 10% consideran que la escuela tiene los recursos económicos para activar la práctica del Atletismo, y 54 padres de familia que representan 90% opinan lo contrario.

3.- ¿Falta información sobre el reglamento del Atletismo?

CUADRO 23

ALTERNATIVA	# DE Pad. DE FAMILIA	PORCENTAJE
SI	47	78.3%
NO	13	21,7%
Total	60	100%

FIGURA 23



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

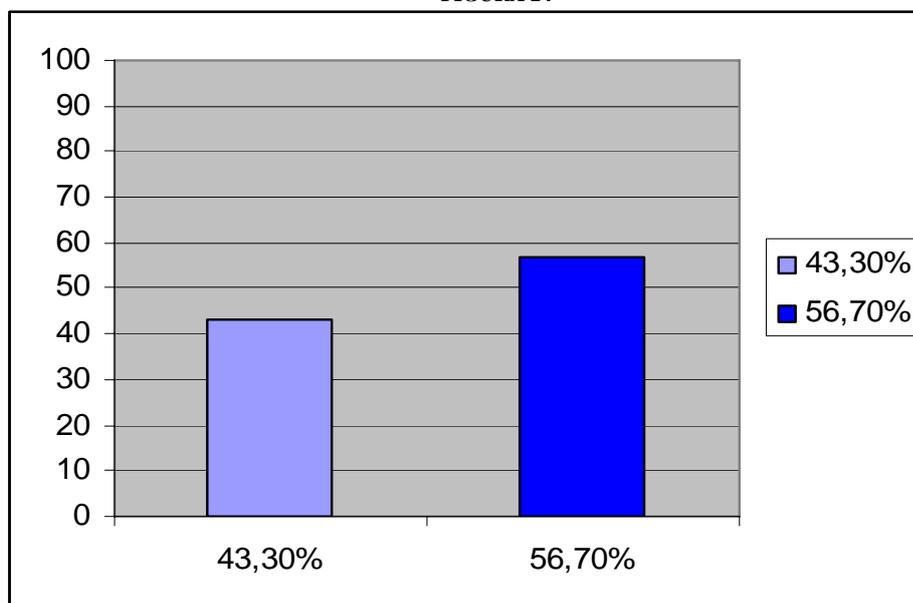
Según los datos obtenidos en la encuesta 47padres de familia que representan el 78,3% de los entrevistados consideran que falta información sobre el reglamento del Atletismo, y 13 padres de familia que representan el 21,7% opinan lo contrario.

4.- ¿Faltan implementos deportivos?

CUADRO 24

ALTERNATIVA	# DE Pad, DE FAMILIA	PORCENTAJE
SI	26	43,3%
NO	34	56,7%
Total	60	100%

FIGURA 24



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

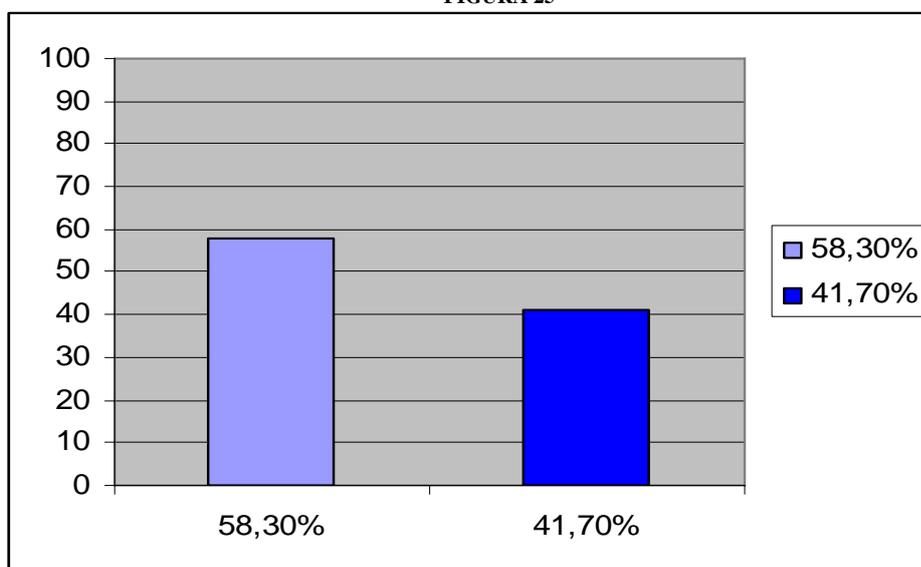
La encuesta realizada demuestra que 26 padres de familia consideran que sí faltan implementos deportivos para la práctica del Atletismo en la escuela Juan Montalvo, y 34 padres de familia que representan el 56,7% expresan lo contrario.

5.- ¿Hay poco interés en sus hijos por practicar el Atletismo?

CUADRO 25

ALTERNATIVA	# DE Pad, DE FAMILIA	PORCENTAJE
SI	35	58,3%
NO	25	41,7%
Total	60	100%

FIGURA 25



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

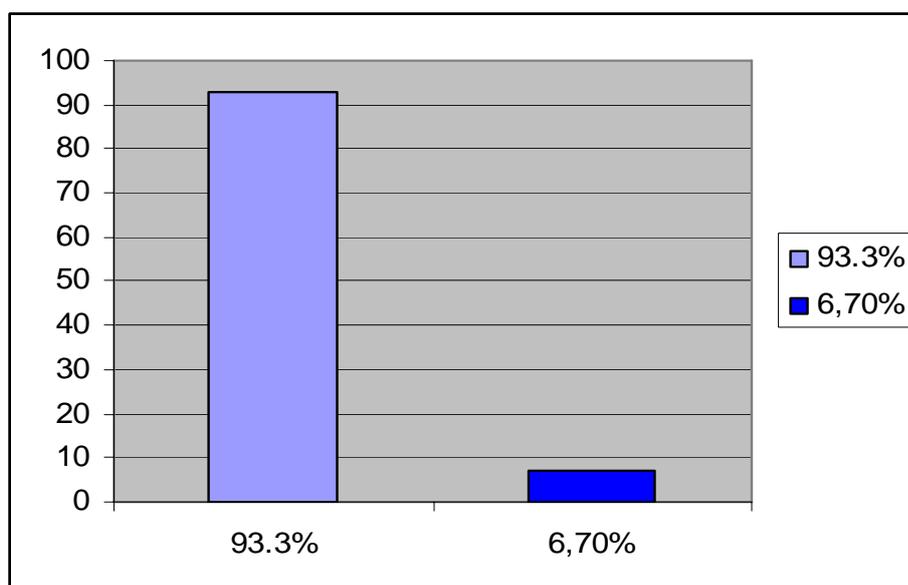
En la encuesta se obtuvo que 35 padres de familia que representan el 58,3% de los entrevistados consideran que hay poco interés en sus hijos por practicar el Atletismo, y 25 padres de familia que representan el 41,7% opinan lo contrario.

6.- ¿Se motiva por parte de los profesores a la práctica del Atletismo?

CUADRO 26

ALTERNATIVA	# DE Pad, DE FAMILIA	PORCENTAJE
SI	56	93.3%
NO	4	6,7%
Total	60	100%

FIGURA 26



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

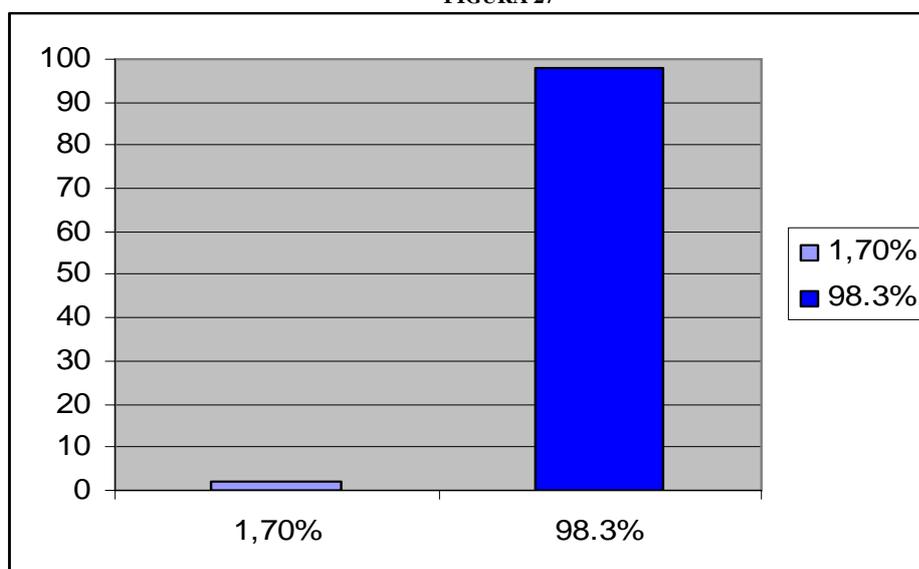
Con los datos obtenidos en la encuesta se demuestra que 56 padres de familia que representan el 93.3% consideran que sí hay motivación de los profesores a la práctica del Atletismo en la institución, y 4 padres de familia que representan el 6,7% manifiestan lo contrario.

7.- ¿Se han contratado profesores especializados en la escuela?

CUADRO 27

ALTERNATIVA	# DE Pad, FAMILIA	PORCENTAJE
SI	1	1,7%
NO	59	98.3%
Total	60	100%

FIGURA 27



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

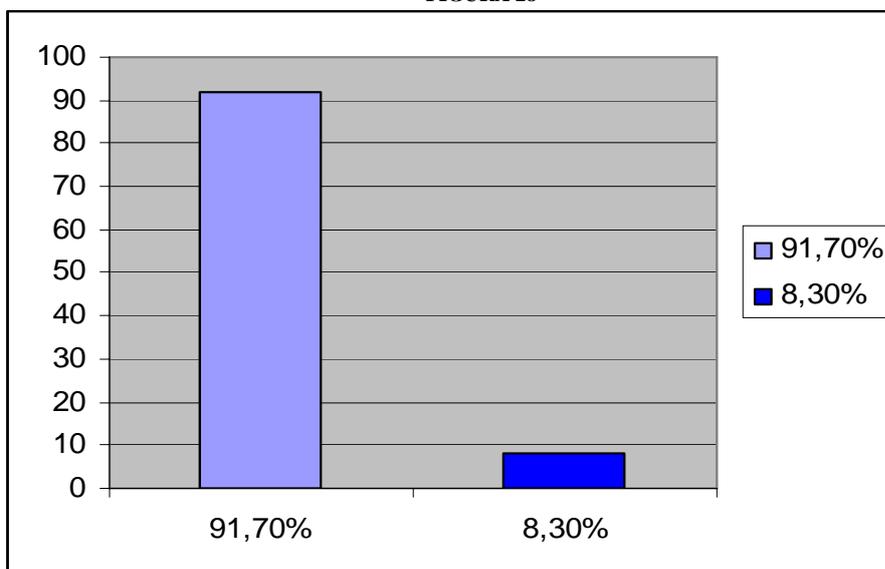
De acuerdo a los datos obtenidos 1 padre de familia que representa el 1,7% de los entrevistados considera que si han contratado profesores especializados, y 59 padres de familia que representan el 98,3% expresa lo contrario.

8.- ¿Se han realizado campeonatos internos de Atletismo?

CUADRO 28

ALTERNATIVA	# DE Pad, FAMILIA	PORCENTAJE
SI	55	91,7%
NO	5	8,3%
Total	60	100%

FIGURA 28



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

Interpretación de resultados

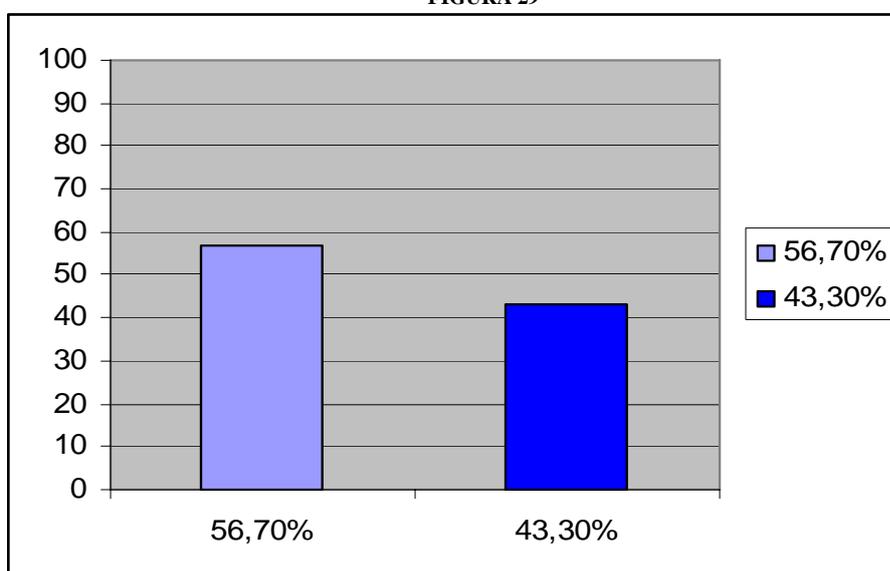
En los datos obtenidos en la encuesta 55 padres de familia que representan el 91,7% manifiestan que en la escuela no se han realizado campeonatos internos de Atletismo, y 5 padres de familia que representan el 8,3% expresan lo contrario.

9.- ¿Hay apoyo por parte de Uds. para la práctica de Atletismo?

CUADRO 29

ALTERNATIVA	# DE Pad, DE FAMILIA	PORCENTAJE
SI	34	56,7%
NO	26	43,3%
Total	60	100%

FIGURA 29



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La Investigadora

Interpretación de resultados

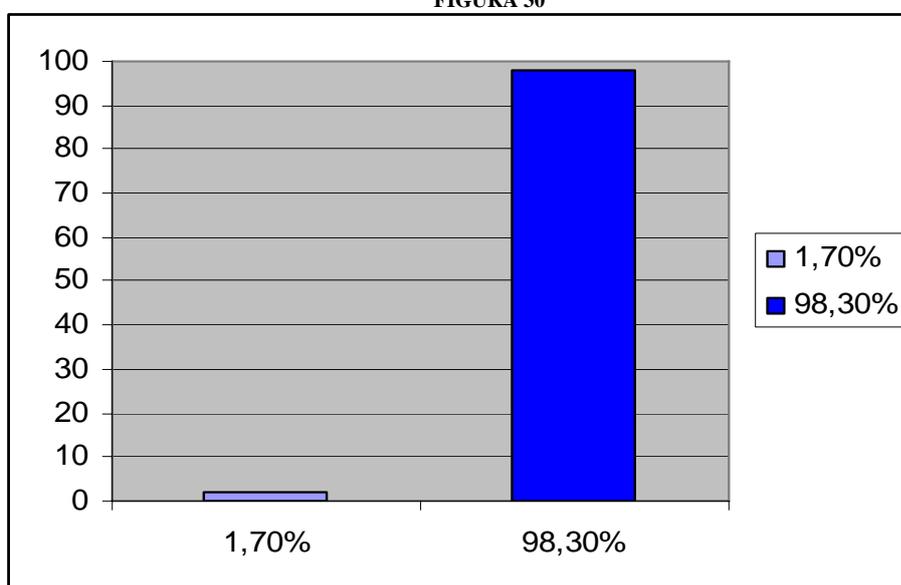
Según datos obtenidos en la encuesta 34 padres de familia que representan el 56,7% manifiestan que si hay apoyo por los padres de familia para la practica del Atletismo, 26 padres que representan el 43,3% expresan lo contrario.

10.- ¿Han recibido seminario de capacitación sus hijos en Atletismo?

CUADRO 30

ALTERNATIVA	# DE Pad, DE FAMILIA	PORCENTAJE
SI	1	1,7%
NO	59	98,3%
Total	60	100%

FIGURA 30



FUENTE: Encuesta

ELABORACION: La investigadora

A través de los datos obtenidos en la encuesta 1 padre de familia que representa el 1,7% manifiesta que sus hijos han recibido seminario de capacitación en Atletismo y 59 padres de familia que representan el 98,3% expresa lo contrario.

1.4. RESULTADOS DEL FORMULARIO DE PREGUNTAS DIRIGIDO A LOS DOCENTES, PADRES DE FAMILIA Y ALUMNOS DE LA ESCUELA “JUAN MONTALVO”

CUESTIONARIO

1.4.1 FORMULARIO DIRIGIDO A LOS DOCENTES

Instructivo:

Lea detenidamente cada una de las preguntas y marque con una X en el casillero que corresponda a la respuesta que Ud. considera correcta.

PREGUNTAS:

1. ¿Hay interés de la Institución para realizar la práctica del atletismo?

Si No

1. ¿Faltan recursos económicos para activar la práctica del atletismo?

Si No

2. ¿Falta información sobre el reglamento del atletismo?

Si No

4. ¿Faltan implementos deportivos?

Si No

5. ¿Hay interés en los alumnos por practicar el atletismo?

Si No

6. ¿Hay la motivación de los docentes para la práctica del atletismo?

Si No

7. ¿Se han contratado profesores especializados en estos últimos años?

Si No

8. ¿Se realizan campeonatos internos de atletismo?

Si No

9. ¿Hay apoyo de los padres de familia?

Si No

10. ¿Han recibido seminario de capacitación en atletismo?

Si No

1.4.2. FORMULARIO DIRIGIDO A LOS ALUMNOS

Instructivo:

Lea detenidamente cada una de las preguntas y marque con una X en el casillero que corresponda a la respuesta que Ud. considera correcta.

PREGUNTAS:

1. ¿Te gusta el atletismo?
Si No
2. ¿Existen en la Escuela los implementos necesarios para practicar el atletismo?
Si No
3. ¿Conoces sobre el reglamento del atletismo?
Si No
4. ¿Han recibido charlas de atletismo?
Si No
5. ¿Hay interés de los profesores por practicar el atletismo?
Si No
6. ¿Se realizan campeonatos internos de atletismo?
Si No
7. ¿Te gustaría que la Escuela participara en el Inter. Escolar del atletismo?
Si No
8. ¿Se han contratado profesores especializados en atletismo?
Si No
9. ¿Hay apoyo de los padres de familia para que se desarrolle el atletismo?
Si No
10. ¿Les gustaría tener canchas adecuadas para practicar el atletismo?
Si No

1.4.3. FORMULARIO DIRIGIDO A LOS PADRES Y MADRES DE FAMILIA

Instructivo:

Lea detenidamente cada una de las preguntas y marque con una X en el casillero que corresponda a la respuesta que Ud. considera correcta.

PREGUNTAS:

1. ¿Hay interés de la Institución para realizar la práctica del atletismo?

Si No

3. ¿Tiene la Escuela recursos económicos para activar la práctica del atletismo?

Si No

4. ¿Falta información sobre el reglamento del atletismo?

Si No

4. ¿Falta de implementos deportivos?

Si No

5. ¿Hay poco interés en sus hijos por practicar el atletismo?

Si No

6. ¿Se motiva por parte de los profesores a la práctica del atletismo?

Si No

7. ¿Se han contratado profesores especializados en la escuela?

Si No

8. ¿Se realizan campeonatos internos de atletismo?

Si No

9. ¿Hay apoyo de Uds. para la práctica del atletismo?

Si No

10. ¿Han recibido seminario de capacitación sus hijos en atletismo?

Si No

1.5 TABLAS

1.5.1. TABLA DE RESUMEN A

UNIVERSIDAD DEL AZUAY

INVESTIGADORA: ALEXANDRA MALDONADO

TECNICA: ENCUESTA

APLICADA: A DOCENTES DE LA ESCUELA JUAN MONTALVO

N° de Encuestados	Hay Interés de la Institución para la P.A.		Falta Recursos para Actividad		Falta Información sobre el Regl. De A.		Falta Implementos Deportivos		Hay Interés en los Alumnos en Práctica A.		Hay Motivación en los Docentes para la práctica de A.		Se han contratado Profesores Especiales		Se realizan campeonatos Internos de Atletismo		Hay apoyo de los padres de Familia		Han Recibido Seminarios de Capacitación	
	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
6	4	2	5	1	6	0	5	1	1	5	3	3	5	1	0	6	1	5	2	4
Tot.	4	2	5	1	6	0	5	1	1	5	3	3	5	1	0	6	1	5	2	4

1.5.2. TABLA DE RESUMEN B

UNIVERSIDAD DEL AZUAY

INVESTIGADORA: ALEXANDRA MALDONADO

TECNICA: ENCUESTA

APLICADA: A LOS ALUMNOS DE 4to A, 4to B, 5to A, 5to B

ALUMNOS: 100 ALUMNOS

6to A, 6to B, 7mo B

Año de Básica	N° de Encuestados	¿Te gusta el atletismo?		Existe en la Escuela Implementos Necesarios		Conoces sobre el Reglamento de Atletismo		Han recibido Charlas de Atletismo		Se realizan campeonatos inter-de nos de atletismo		Te gustaría que la Esc. Participe el Esc. A		Se han contratado Profesores especiales		Hay interés de los Padres por la Prac. A		Hay apoyo de Padres de Familia		Les gustaría tener canchas de atletismo	
		10		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
10	4toA	13	2	0	15	4	11	3	12	0	15	0	15	13	2	6	9	6	9	15	0
10	4toB	7	3	2	8	3	7	3	7	0	10	10	0	4	6	2	8	4	6	9	1
15	5toA	12	3	1	14	1	14	6	9	0	15	15	0	12	3	5	10	5	10	15	0
15	5toB	14	1	3	12	2	13	2	13	0	15	13	2	12	3	2	13	4	11	15	0
15	6toA	12	3	0	15	1	14	3	12	0	15	0	15	13	2	5	10	6	9	15	0
15	6toB	12	3	0	15	3	12	1	14	0	15	14	1	10	5	1	14	10	5	15	0
15	7mo	14	1	0	15	11	4	10	5	0	15	15	0	15	0	7	8	8	7	15	0
Tot	Tot	84	16	6	94	25	75	28	72	0	100	67	33	79	21	28	72	43	57	99	1

1.5.3. TABLA DE RESUMEN C

UNIVERSIDAD DEL AZUAY

INVESTIGADORA: ALEXANDRA MALDONADO

TECNICA: ENCUESTA

APLICADA: A LOS ALUMNOS DE 4to A, 4to B, 5to A, 5to B

ALUMNOS: 60 ALUMNOS

6to A, 6to B, 7mo B

N° de Encuestados	Año de Básica	Hay interés en la Institución por el A.		Hay recursos económicos para la prac. De A.		Falta información sobre el Atletismo		Hay poco interés en sus hijos por Prac. A.		Se motiva por parte de los prof. Para la Pract. A.		Se ha contratado profesores especializados		Se realiza campeonatos Internos		Faltan implementos deportivos		Hay apoyo de Uds. Para la práctica de atletismo		Han recibido seminarios de capacitación	
		10		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
10	4toA	7	3	4	6	8	2	6	4	4	6	9	1	0	10	8	2	6	4	0	10
10	4toB	9	1	0	10	9	1	5	5	6	4	9	1	0	10	9	1	6	4	0	10
10	5toA	8	2	0	10	5	5	2	8	5	5	9	1	0	10	10	0	5	5	1	9
10	5toB	8	2	0	10	9	1	6	4	6	4	10	0	0	10	9	1	4	6	0	10
10	6toA	3	7	0	10	6	4	3	7	6	4	10	0	0	10	9	1	5	5	0	10
10	7mo	6	4	2	8	10	0	4	6	8	2	10	1	1	9	10	0	8	2	0	10
60	Tot	41	19	6	54	47	13	26	34	35	25	57	4	1	59	55	5	34	26	1	59

1.4 CORRELACIÓN DE RESULTADOS

Estos resultados permiten realizar varias conclusiones preliminares en el sentido de que no se da la debida importancia al Atletismo por parte de los maestros, existe un limitado interés por capacitarse y consideran que existe poco apoyo por parte de los padres de familia en este campo.

Las exigencias educativas actuales proponen la práctica del atletismo como mecanismo para lograr la maduración psicomotriz y social del individuo; y en relación a los requerimientos que emplea la enseñanza primaria en nuestro país, mediante los Planes de Estudio, se evidencia que la escuela Juan Montalvo existen varias falencias en esta asignatura.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del Estudio

Según el M.E.C. en su obra "Educación Física" manifiesta que la educación en nuestro país se ve inmersa en situaciones y exigencias que invitan a maestros, padres de familia y comunidad a reflexionar acerca de la situación formativa que padecen las instituciones educativas.

La realidad no obstante evidencia que el ritmo de los cambios que vive nuestra sociedad es demasiado acelerado y que le falta tiempo para discernir todo lo que sucede alrededor. (Pág. 14-15)

Al realizar el presente trabajo se enfoca la realidad que atraviesa la Escuela "Juan Montalvo" del Cantón Pasaje en las prácticas de atletismo, ya que no cuentan con la orientación técnica - táctica para el desarrollo de esta disciplina. Entre las principales causas para esta situación problemática se señalan:

La insuficiente preparación metodológica de los maestros encargados del entrenamiento de este deporte, la falta de motivación por parte de los docentes y de la recepción de los mismos en los alumnos y alumnas del plantel. Además se puede presenciar que existe poco interés de los directivos de la institución por fomentar esta disciplina notándose un descuido en cuanto a implementación de material y educación del escenario deportivo, existe poco interés de padres y madres para apoyar a sus hijos en la práctica del atletismo.

La autora

2.1.1 La Realidad en el Ámbito de la Cultura Física.

Según Msc. Linda Vidal de Alman en su obra Ejercicios y Movimiento sostiene, que en los centros educativos, por lo general se considera a nivel de autoridades y de compañeros profesores de otras asignaturas que la Educación Física es menos importante y, no se colabore para el buen desempeño de la cátedra.

Es necesario crear ambientes en los cuales los niños sean felices y puedan establecer sus propios espacios productos de su creatividad. La mayoría de profesionales de Educación Física no han descubierto las verdaderas posibilidades de sus alumnos, convirtiéndolos en meros imitadores y en muchos de los casos ni en eso, debemos saber que el maestro es un facilitador del conocimiento, y conlleva a una motivación orientada a que el niño desarrolle un sentido de independencia social que recientemente ha descubierto a fin de que logre un sentimiento de propia autoestimación debe proveerle la oportunidad de lograr su expresión progresiva y conciente del sexo, para que pueda desarrollar un mayor conocimiento del yo, en el medio que se desenvuelve. (Pág. 2,3)

2.1.2 Fundamentación Teórica

2.1.2.1 Fundamentación Pedagógico

El fundamento pedagógico se sustenta en la corriente histórica - cultural derivada de la filosofía socialista. De Zubiria, Julián, en su obra "Los Modelos Pedagógicos" considera al hombre como un ser social por excelencia, que sus habilidades y actividades son producidas de las relaciones que tiene con sus semejantes. Es el producto de su medio cultural - histórico, en donde es capaz de actuar en el para transformar la realidad.

El mismo autor opina que el hombre y la mujer a través de la educación desarrolla sus potencialidades para así alcanzar su libertad e identidad y ser finalmente el transformador de la nueva sociedad. Entre los principales representantes de esta corriente son Vy gotsky, Makarenko, Paulo Freiré, Leopoldo Zea, etc. La corriente de la pedagogía crítica propone que el maestro debe realizar cambios profundos en su

formación y practica educativa en coherencia con los modernos paradigmas. La figura del maestro con sólida formación humana tiene la responsabilidad de ser educador, no solamente instructor. La tarea educativa aborda todos los elementos del ser humano que es una unidad bio-psicosocial (Pag. 102-103).

Según Locke, Juan en su obra "Pensamientos acerca de la Educación", ediciones La Lectura es partidario de la frase dejuvenal "mens sana in corpore sano" (mente sana en cuerpo sano), pretende, antes de cualquier otro intento, que el cuerpo del niño esté sano y que se consiga fortalecerlo. La primera parte de su obra Pensamientos relativos a la educación la dedica a la educación física. A partir de Locke, el interés por la educación y cuidado del cuerpo fue adquiriendo importancia en todos los países. Según el autor el fin de la educación física es triple:

1. Fortalecer el cuerpo para que sea capaz de resistir la fatiga.
2. Crear destrezas corporales y hábitos de endurecimiento corporal que ayudarán a poner a cubierto la salud.
3. Conservar el cuerpo fuerte y vigoroso para que pueda obedecer y ejecutar las ordenes del espíritu.

El propósito de la Educación Física es sobre todo escuela del carácter y la moralidad.

La Educación Física en definitiva ha de reducirse a pocas y sencillas reglas: mucho aire libre, ejercicios, sueños, régimen sencillo nada de vino, vestidos no muy abrigados.

La influencia pedagógica de Locke ha sido valiosa, su concepción acerca de la educación física quizá sea la que más valor positivo haya adquirido (Pág. 277 — 279)

2.1.2.2 Fundamento Psicológico

De acuerdo con Bemstun y Nietzeel en su obra "Introducción a la Psicología" sostiene, que los teóricos conductistas brindaron en su época y sus momentos valiosos aportes a la educación, ellos se preocupan por la conducta del hombre y como influye en el aprendizaje; una nueva corriente aparece los llamados

cognoscitivista y entre ellos tenemos a Piaget, Bandura, Bruner y otros a través de sus estudios hacen correcciones a las teorías primeras y van a enriquecer el trabajo docente al brindarle al maestro información de lo que ocurre en la mente del niño y como las estructuras mentales lo van ayudar a un mejor aprendizaje. Con el dominio de las teorías cognoscitivas, el trabajo docente se va a enfocar y a dirigir hacia la orientación del niño, por ende, este, el niño adquiere el rol de actor principal en el proceso de aprendizaje.

La teoría de Bandura presta atención a los procesos cognitivos, enfatiza que el comportamiento no se desarrolla exclusivamente a través de lo que aprende el individuo directamente por medio del acondicionamiento aparente y clásico si no que también a través de lo que aprende indirectamente (vicariamente) mediante la observación y la representación simbólica de otras personas y situaciones.

También manifiesta que la teoría de Jean Peaget tiene dos atributos principales la organización y la adaptación. La organización consiste en las estructuras o etapas de conocimiento las cuales conducen a conductas diferentes en situaciones específicas. La adaptación según Peaget los niños se adaptan de dos maneras por asimilación y acomodación. La asimilación es la adquisición de la nueva información y la acomodación es como se ajusta la nueva información. El desarrollo intelectual es un proceso continuo, para facilitar su descripción y análisis se divide en cuatro etapas que son:

Etapa sensomotriz, etapa preoperacional, etapa concreta y etapa lógico — formal. La etapa de las operaciones concretas se inicia de los 7 a los 11 años es importante para el desarrollo de las acciones pedagógicas pues su duración casi coincide con el de la Dscolarización básica (primaria)

Las características principales que presentan los niños en esta etapa son:

- Los procesos de razonamiento del niño se vuelven lógico, se desarrolla lo que Piaget llama operaciones lógicas.
- El niño desarrolla procesos de pensamientos lógicos a diferencia de un niño de la etapa preoperacional, estos pensamientos lógicos puede aplicarse a problemas

concretos o reales (Pág. 230-235).

El mismo autor hace referencia al constructivismo que fue optado por Peaget donde el sujeto mediante su actividad (tanto física como mental) avanza en el progreso intelectual, en el aprendizaje para el autor no esta en los objetos **ni** previamente en nosotros es el resultado de un proceso de construcción en que el que participa de forma activa la persona. Peaget quiso demostrar que el aprendizaje no se produce por acumulación de conocimientos, sino porque existen mecanismos internos de asimilación y acomodación. Podemos resumir el pensamiento de Peaget en relación con el aprendizaje del siguiente modo.

1. Es un proceso de construcción activa por parte del sujeto, el cual mediante su actividad física y mental determina sus reacciones ante la estimulación ambiental.
2. No depende solo de la estimulación externa, también esta determinado por el nivel de desarrollo del sujeto.
3. Es un proceso de reorganización cognitiva.
4. Las relaciones sociales favorecen el aprendizaje siempre que produzca contradicciones que obliguen al sujeto a reestructurar sus conocimientos.
5. La experiencia física es una condición necesaria para que se produzca el aprendizaje pero no es suficiente, se necesita además la actividad mental (Pág. 345-349).

2.1.2.3 El Atletismo

Según la gran enciclopedia de los deportes S.A. define que correr, saltar y lanzar son acciones a las que el hombre se ha visto forzado desde siempre fundamentalmente por motivos de supervivencia. Las diversificadas características del atletismo, cuyas exigencias agonísticas determinaron el estudio de técnicas muy específicas revelan esta modalidad como el más completo y abarcador de los ejercicios deportivos. Probablemente mejor que la natación y la halterofilia, el atletismo deporte individual por excelencia, permite medir con rigor la progresión científica y atlética de aquellos que lo practican y cuestionan en determinados momentos, el problemática tema del limite de la capacidad humana. Todos estos

valores y sobre todo los que le acrecentaron la excelencia y el alto nivel de la competición, determinaron la valoración política del atletismo (Pág. 138)

2.1.2.4 Breve Historia del Atletismo

La Gran Enciclopedia "Mi primaria" comenta: que el origen del atletismo remonta al año 776 A.C. en la antigua Grecia en donde se realizaron las primeras pugnas atléticas que incluían diferentes ejercicios de fuerza y destreza duraban todo el día y se celebraba una sola carrera a la distancia de un estadio, es decir 192 metros, mas tarde, los ejercicios deportivos se fueron ampliando con competiciones de lucha saltos y lanzamientos. Entre los romanos el deporte se consideró un medio para ejercitar las actividades guerreras y para reforzar el carácter. También en Europa durante la edad media, los caballeros feudales se entrenaban en los torneos, se practicaba además el tiro con arco la equitación y la esgrima.

En América precolombina, desde el siglo IV A.C., los aztecas practicaban el juego de pelota vinculado a sus creencias religiosas. En Asia casi a principios de nuestra era, un tipo de lucha que practicaba el ejército chino en sus entrenamientos dio origen a la lucha japonesa.

La mayoría de los deportes practicados en la actualidad surgieron a lo largo del siglo XIX (Pág. 162) En 1896 se iniciaron en Atenas los juegos Olímpicos, una modificación restaurada de los antiguos juegos que los griegos celebraban en Olimpia. Mas tarde, los juegos se han celebrado en varios países a intervalos de cuatro años; excepto durante las guerras mundiales. En 1913 se fundó la federación Internacional de atletismo Amateur (IAAF) con sede central en Londres, siendo la (IAAF) el organismo rector de las competiciones de atletismo a escala internacional, la cual establece las reglas y da oficialidad a los records obtenidos por los atletas (Pág. 160-162)

2.1.2.5 La Cultura Física en la Sociedad Ecuatoriana

De acuerdo a la Mgs. Linda Vidal de Alman en su obra Ejercicio y Movimientos expresa, que durante muchas años en el Ecuador, se viene desarrollando la cátedra de Educación Física y se han evidenciado generalmente que los maestros de esta área trabajan únicamente en actividades gimnástico - deportiva, se trata de enseñar a los educandos sin considerar que forman parte de un todo, y que también se desenvuelven en una familia, comunidad que sus vivencias y conductas se deben al medio en que sirven. La profunda crisis reinante nos ha venido a desengañar y, nos damos cuenta que el maestro está en la obligación de realizar un cambio de actitud y de planes a corto optimización de los recursos humanos, que son nuestros niños jóvenes. (Pág. 4-6)

2.1.2.6 La Educación Física en Primaria

Según el Manual del Ecuador, en su libro curriculares II ediciones Parramón manifiesta que la selección de un área representa la definición de los contenidos que se derivan directamente de los objetivos generales de la educación para una etapa determinada y, por tanto, hay que tener en cuenta que hacen referencia al desarrollo de las capacidades de la persona: cognostiva, motrices, de autonomía y de equilibrio personal, de relación interpersonal y de inserción social.

En este sentido, la educación física como área definida en el curriculum escolar, debe entenderse como una agrupación de contenidos que, en tomo a los propios de la educación física, han de permitir la consecución de unos objetivos que abarquen todas las capacidades del ser humano. En este proceso es muy importante la acción que desarrolla el grupo de docentes del centro, ya este será el encargado de adaptar los objetivos y contenidos establecidos. El claustro de profesores de un centro ha de tener una idea clara y consensuada acerca de los siguientes aspectos:

- El sentido y la importancia que debe tener la educación física para alcanzar los objetivos de la etapa.
- Las diferentes disciplinas que pueden formar parte de los contenidos de la educación física.

- El enfoque pedagógico que la escuela va a dar a la educación física.
- Los contenidos que tienen que considerarse prioritarios.
- En la etapa de primaria la educación física se basa en actividades motrices de carácter lúdico, donde se deja al niño libertad para que cree sus propias normas. (Pág. 537-538)

2.2 CARACTERÍSTICAS DE LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 7 -12 AÑOS

2.2.1. Maduración Motora

En el Manual de educación física en su obra "Deportes y Recreación por edades" sostiene que los niños y niñas de siete años van a vivir temporalmente una etapa de reflexión. Tardarán escasamente un año en iniciar una nueva etapa expansiva, en donde su capacidad para analizar, su curiosidad, atención con que siguen las conversaciones de los demás y otras conductas típicas de los 8 años demuestran los avances que en las últimas etapas de maduración han acumulado.

A partir de los 10 años se evidencia un rasgo característico de flexibilidad muscular en el ángulo político que desde los cinco años se había ido reduciendo, a diferencia de los miembros superiores la flexibilidad evoluciona en sentido contrario. Las pruebas de estatismo e inmovilidad se mantienen sin dificultad en equilibrio, con los ojos cerrados, sobre los puntos de los pies o sobre una sola pierna. Los saltos en un niño de 8 años pueden superar una cuerda a 40 cm. del suelo, en esta edad el impulso mejora unos pocos centímetros, pero después de los 10 años permite ganar de 12 a 15cm de altura. Su capacidad de correr se incrementa hasta alcanzar su máximo a los diez años (Pág. 12-13-14-15)

2.2.1.1 Maduración Física

El mismo autor sostiene que: tres de cada cuatro niños, de estas edades pueden saltar sobre un solo pie, manteniendo el otro encogido y alternar este salto con otro a pies juntos. Las mejores marcas alcanzadas por niños de esta edad se sitúan, generalmente alrededor de los 55 cm. Las niñas, en estos momentos empiezan a alcanzar alturas inferiores a los que registran los varones. Este desfase será

constante, en lo sucesivo, siempre que deba intervenir el esfuerzo muscular. A partir de los nueve años las niñas comienzan su periodo de maduración y dura entre dos a tres años. En los niños a partir de los 10 años la cabeza se ensancha y se alarga, los grandes grupos musculares están mas desarrollados que los pequeños razón por la cual deben desarrollar la resistencia muscular. A los 11 años la mayoría de niños experimentan un crecimiento violento el mismo que dura de dos a tres años, las niñas de once suelen mantenerse mas elásticas o extensibles que los varones. En ambos sexos, no obstante los valores conseguidos en este periodo se estabilizan de forma definitiva para toda la vida (Pág. 12-13-14-15).

2.2.2.2 El Desarrollo Cognitivo

Enciclopedia de Pedagogía y Psicología Infantil, ediciones cultural S.A, manifiesta que desde el preciso momento que nace el ser humano no se encuentra listo para sentir y percibir todos los estímulos que le ofrece el entorno. A partir de los 7 años, el lapso de atención es muy corto, aunque si esta concentrado puede hacerlo en periodos mas largos, disfrutan de la repetición de movimientos, de cuentos, de juegos y poseen una imaginación desinhibida, a los años mejora su memoria tiene a su disposición una alta capacidad y motivación personal por aprender y guardar la mayor cantidad de información; en el periodo de 10-11 años entra en la "etapa de realismo" copiando del natural o reproduciendo dibujos o fotografías, intentará no construcciones de cierta complejidad, así como otros elementos de distinto significación que denotan mayor madurez en el desarrollo cognitivo. (Pág. 216-219).

2.2.2.3 Maduración Psicosocial

Enciclopedia de Pedagogía y Psicología Infantil ediciones Cultural S.A., sostiene, que las diferencias individuales con respecto a la personalidad están bien definidas, comparan activamente sus habilidades con las de los otros y e fracaso los lleva a desarrollar sentimientos de inferioridad, comienzan a interesarse por los deportes. A los 8 años alterna entre actividad mental y expansividad, el éxito es importante para construir su autoestima basada en la habilidad y el estímulo hacia sus conductas positivas, al termino de este período se interesa por conocer información

sobre su rendimientos académico, confía en resultados como ganar o perder, forma estrechas amistades con compañeros de la misma edad y sexo.

La edad de los nueve señala generalmente una etapa de madurez personal y de consolidación de múltiples habilidades. El niño o la niña no necesita el apoyo de los adultos, ni los estímulos del entorno para asumir sus tareas hasta el final. Posee mayor dominio de sí misma, adopta una actitud más reflexiva ante los padres y en general.

A menudo muestra una actividad más propia de un adolescente que de un niño o niña aun de su edad, o exhibe un aire insólito de preocupación.

Estas características pueden ser aplicables todavía en el año siguiente, tal vez sea en el terreno de las conductas motrices donde el cambio pueda ser más evidente ya que el niño o niña de diez años es algo menos activo y sin duda más delicado que a los nueve años, necesita dar salida a un nivel mayor de energía a través de los deportes y todo tipo de actividades físicas. (Pág. 249-552)

2.2.2.4-Leyes Generales del Desarrollo Físico de los Niños

Según el Doctor P. A. Rudick en su libro de Psicología, publicado por editorial Planeta, el desarrollo psíquico de los niños depende en muchos aspectos de su desarrollo físico. Esta relación se puede ver de forma especialmente clara cuando se analizan las características evolutivas del desarrollo psíquico de los niños.

El organismo infantil no es una copia reducida del organismo adulto. En cada edad el organismo del niño se distingue por características que determinan su actividad vital, las propiedades de su actividad vital. Las propiedades de su actividad física y mental en esa edad, que gradualmente se van desarrollando hasta llegar a ser las cualidades que caracterizan el organismo adulto.

Los cambios evolutivos de la estatura y el peso del cuerpo demuestran que el proceso de desarrollo físico de los niños no se produce regularmente, sino de forma ondulatoria: a una edad se observa la aceleración del crecimiento (el cuerpo del niño se estira a lo largo); a otra, aumenta notablemente el peso del cuerpo mientras se retarda su crecimiento (el cuerpo del niño se llena, redondea). (Pág. 30)

P.A Rudick sostiene que a partir de estos indicadores se han determinado los siguientes períodos de desarrollo físico de los niños:

1. Período de la primera redondez (desde el año hasta los cuatro años). Se caracteriza por *un* considerable aumento anual del peso y un crecimiento del cuerpo relativamente pequeño en cuanto a longitud.
2. Período del primer estirón (desde los cinco hasta los siete años). Se caracteriza por un notable crecimiento del cuerpo en longitud con un aumento relativa mente pequeño de su peso.
3. Período de la segunda redondez (desde los ocho hasta los 16 años).

Tercer período de redondez, o período de maduración (desde los 16 hasta los 20 años). (Pág. 300).

Estas variaciones de los indicadores del crecimiento y el peso se deben a los respectivos cambios morfológicos y funcionales en el organismo durante su desarrollo, que por su parte ejercen determinada influencia sobre la capacidad motora y la capacidad de trabajo intelectual del niño. Cada período evolutivo en el desarrollo físico de los niños se caracteriza por el cambio de las proporciones del cuerpo, las cuales tan solo de manera gradual se aproximan a las proporciones, que caracterizan al adulto.

El bebé tiene la cabeza muy grande en comparación con la longitud de todo el cuerpo, brazos y piernas cortas y el torso relativamente largo. Con la edad estas proporciones varían: si en el recién nacido la altura de la cabeza es $\frac{1}{2}$ de todo el cuerpo; en un niño de dos años es $\frac{1}{5}$; en uno de seis, $\frac{1}{6}$; en uno de doce, $\frac{1}{7}$; en uno de quince, $\frac{1}{7,5}$; y en el varón adulto representa $\frac{1}{8}$ de la longitud del cuerpo.

Las particularidades del desarrollo físico de los niños de edad escolar (desde los 7 hasta los 12 años de edad) coincide con el primer período de redondez; el aumento anual de la estatura es de 5 cm. Y el peso por su parte, aumenta anualmente en 2-2,5 kg, y en todo el período como promedio en 18 kg. Aumenta notablemente la circunferencia de la caja torácica (hasta 64 cm.), cambia su forma, que se transforma

en un cono con la base hacia arriba, es decir, con la parte superior más ancha. De esta manera, la función respiratoria mejora potencialmente, pero debido a la debilidad de los músculos respiratorios aún sigue siendo imperfecta (la respiración del escolar pequeño es acelerada y superficial y en el aire espirado hay solo el 2% de gas carbónico, en comparación con el 4% del adulto. (Pág. 302-308).

El mismo autor manifiesta que la masa del corazón se aproxima a la normal en el adulto: 4 gramos por cada kilogramo del peso del cuerpo. El pulso, igual que antes, sigue siendo acelerado (hasta 84-90 pulsaciones por minuto, en comparación con las 72 pulsaciones por minuto del adulto).

Debido a la gran circulación de la sangre la irrigación de todos los tejidos del organismo es casi dos veces mayor que en el adulto. El corazón realiza mejor su función (en comparación con la edad anterior y la siguiente) pues el espacio interior de las arterias a esta edad es relativamente mayor. Al mismo tiempo, el corazón continúa siendo fácilmente excitable, en su funcionamiento con frecuencia se observa la arritmia bajo la acción de diversos factores externos, en ocasiones hasta insignificantes. La sangre de los niños de edad escolar, en comparación con el adulto contiene una cantidad menor de hemoglobina (desde el 70 hasta el 74%, en comparación con el 80-100 en el adulto). (Pág. 308 -310).

Al respecto Rudick dice que los músculos en los niños de esta edad aún son débiles, sobre todo los de la espalda, y no son capaces de mantener el cuerpo en posición correcta durante largo tiempo. Por eso es tan importante en esta época vigilar constantemente que se desarrolle la posición correcta de la figura. Al mismo tiempo, el sistema muscular de los niños de edad escolar es menos capaz de desarrollarse intensamente, por eso cuando es suficiente la cantidad de movimientos y el trabajo muscular, en ellos aumenta considerablemente tanto el volumen de los músculos como la fuerza muscular.

Los huesos del esqueleto, sobre todo los de la columna, también se distinguen a esta edad por ser débiles; se exponen con facilidad a las acciones externas. En los escolares menores como resultado de una prolongada posición incorrecta al estar sentados en los pupitres puede producirse la desviación de la columna, que por su

parte, conduce al retraso en el desarrollo de la caja torácica, a alteraciones estables en el funcionamiento del corazón y los pulmones y a la disminución de la capacidad vital de estos últimos. (Pág. 300-312).

2.2.2.5 Fases del Crecimiento

Según Frank W. Dick, en su libro titulado Principios del Entrenamiento deportivo, editorial Paidotribo, señala que se necesitan aproximadamente veinte años para que todos los procesos morfológicos y psicológicos del desarrollo lleven al recién nacido a la madurez. El despliegue de este desarrollo es un período largo pero necesario, durante el cual el crecimiento no puede considerarse simplemente como un aumento del peso y de la altura, si no como un suave flujo de formas y funciones diferenciadores e integradoras. El niño, en sus diversas fases del crecimiento, no es un mini adulto.

Hay que comprender con claridad que de una fase a otra de su crecimiento, el niño varía sus proporciones entre las partes individuales de su cuerpo en términos de longitud, volumen y peso. Cada parte crece a un ritmo diferente, variando desde una expansión de la cabeza que dobla su tamaño a la expansión de las piernas que quintuplican su longitud entre el nacimiento y la madurez. Ello implica que ciertas técnicas pueden requerir un considerable ajuste de los procesos neuromusculares de año en año, de acuerdo con el énfasis cambiante del crecimiento. En consecuencia, a medida que el atleta crece, parece aconsejable mantener los principales elementos del entrenamiento de la técnica a lo largo de todo el año (Pág. 53 - 56).

2.2.2.6 Desarrollo del Esqueleto.-

De igual forma Frank W. Dick., indica que con la excepción del cráneo y de la clavícula, todos los huesos del cuerpo se forman a partir de cartílagos. El proceso se inicia desde antes del nacimiento y concluye con la osificación final del esqueleto entre los 18 y los 22 años de edad. El hueso se alarga creciendo en la unión entre la diáfisis (o parte larga de un hueso) principal y el extremo en crecimiento que es conocido como epífisis. En los huesos largos (es decir, en los brazos y las piernas), la mayor parte del crecimiento se produce solamente en su extremo. Ello es

extremadamente importante cuando consideramos que el hueso del muslo, por ejemplo, crece principalmente en el extremo de la rodilla, que está expuesto a considerables esfuerzos en los entrenamientos. La osificación es la destrucción y descomposición del cartílago y su sustitución por tejido óseo. Este proceso va acompañado por la formación de una capa de creciente grosor de hueso alrededor del cartílago (osificación pericondrial) y en el interior del cartílago (osificación endocondrial). (Pág. 55 - 56).

El mismo autor sostiene que el hueso en crecimiento tiene una mayor proporción de material blando en la sustancia ósea básica, que es esencial para la fuerza de compresión y de tensión. Esto y la naturaleza esponjosa del material óseo inmaduro, que se halla todavía en el proceso de desarrollo de la adaptabilidad al esfuerzo, significa que el hueso en crecimiento es más elástico pero que tiene menos fuerza de torsión.

Esta es una de las principales causas de la reducida capacidad para soportar cargas del esqueleto del niño. Ha sugerido que, desarrollando un programa sistemático de entrenamiento general para todos los grupos musculares, hay energía disponible suficiente como para aliviar a los huesos de la posible continuación y/o acumulación de tensiones que pueden existir allí donde al hueso se le exige que acepte una carga para lo que no está preparado.

Tal acumulación debe evitarse, tal como Craig ha dicho: "el efecto acumulativo del trauma repetitivo de tales tensiones ocasionará lesiones, que pueden no manifestarse hasta una parte posterior de la vida atlética". Hay que tener cuidado pues, al estimular al atleta que está creciendo a que intente soportar cargas cercanas al límite de su motivación, es decir, a los límites a los que se llega mediante una fuerte motivación externa (Pág. 56-58).

2.2.1.7 Tendencias del crecimiento.-

Frank W Dick, en su obra Principios del Entrenamiento Deportivo, señala que la altura no aumenta de forma continua, si no por etapas. Esto puede observarse también cuando estudiamos otros factores tales como el peso en relación con la edad.

En consecuencia, en varias páginas se hace referencia a fases de extensión y a fases de plenitud (relleno). Hay que destacar aquí que el crecimiento del hueso precede al crecimiento del músculo, un factor importante en el entrenamiento de los atletas. Se han hecho varios intentos para relacionar estas fases con los acontecimientos y rendimientos atléticos.

Los cambios en las dimensiones relativas del cuerpo han sido mencionados antes en relación con las posibles variaciones en el desarrollo de las técnicas y de la habilidad atléticas. Hay que huir de la tentación de ignorar al atleta menos eficiente a favor del superior de los 13 a los 15 años. La superioridad puede deberse perfectamente a un desarrollo físico temprano que con frecuencia provoca que los compañeros de un atleta sean incapaces de enfrentarse con él en términos de igualdad. La variabilidad en el crecimiento de estos años es considerable.

En consecuencia, debe prestarse atención a los jóvenes que son capaces de ejecutar ciertas técnicas con eficiencia y competir con considerable éxito, pero que todavía tienen que desarrollarse. El tiempo total del crecimiento puberal es más prolongado en los niños, aunque las niñas comienzan más pronto, aproximadamente entre 1,5 y 2 años antes. Las niñas de 14 años tienen ya aproximadamente un 97% de su estatura final, y el 96% de la longitud final de la pierna a los 18 años. Por otro lado el niño de 14 años tiene aproximadamente un 85% de su estatura final y un 80% de la longitud final de la pierna entre los 18 y los 22 años. (Pág. 58 — 60).

2.3. EL DOCENTE EN EDUCACIÓN FÍSICA

De acuerdo con "El Manual del Educador", Ediciones Parramón, manifiesta que el maestro de cultura física debe tener una preparación general en el nivel primario, pero además debe ser capacitado en varias disciplinas que le darán seguridad en el área de su desempeño. Se considera que el número de años de formación deberían ser cuatro, para garantizar una preparación teórica adecuada y la realización de prácticas en centros escolares. El profesor de cultura física tiene a su alcance una serie de métodos, estrategias y planteamientos teóricos que le permiten planificar y estructurar las sesiones de clases desde el punto de vista pedagógico. En la etapa de educación primaria, el maestro interviene con un grupo de alumnos

mediante la función de tutor o como especialista. El área de cultura física, al igual que la de música o lenguas extranjeras, cuenta con un profesorado especializado (538).

La misma fuente sostiene que el profesional de cultura física cuenta en la actualidad con múltiples competencias. Aparte de su formación pedagógica y técnica, posee conocimientos de primeros auxilios, cómo detectar posibles problemas de desarrollo, trastornos de salud, malos hábitos posturales, etc. El papel del maestro tutor a lo largo de la etapa adoptará diversas formas, adecuando sus actuaciones y estrategias a las características de cada ciclo y grupo de alumnos. El maestro de cultura física tiene como objetivo principal mejorar el nivel de crecimiento de los alumnos y velar por su maduración y progreso ejerciendo su función como seguridad y coherencia. (pág. 539-540).

2.3.1 Principales Funciones del Maestro Especialista en Educación Física

De acuerdo con "El Manual del Educador" Ediciones Parramon, manifiesta que el maestro especialista en cultura física al igual que el resto de maestros de la etapa, ostenta el papel del adulto que guía, orienta y basa su intervención en relaciones abiertas y tranquilizadoras. Sus intervenciones con y en el grupo, así como una dinámica positiva, favorecerán la construcción del conocimiento de sus alumnos.

Una de las principales funciones que debe cumplir el maestro especialista del área es todo lo referente a programar, impartir docencia y evaluar la educación física en todos los cursos de educación primaria. Como cualquier docente debe elaborar propuestas didácticas concretas que puedan llevarse a cabo en el aula, desde su planificación de objetivos y contenidos hasta la concreción de sus actividades. El área de cultura física presenta una serie de rasgos que la configuran como un espacio especial para la detección y el seguimiento del ritmo de aprendizaje general del alumno, así como la identificación de posibles problemas de desarrollo, además será el encargado de la coordinación y dinamización con ella, ya sea teatro, danza, deportes, excursiones u otras (Pág. 541-542)

2.3.1.1 Los Contenidos Básicos

Según El Manual del Educador, Ediciones Parramon se refiere que en el ámbito educativo observamos como un nuevo planteamiento de la escuela esta reconvirtiéndose una educación física muy disciplinaria en un área que tiene como objetivo fundamental contribuir al desarrollo del individuo en todas sus dimensiones.

Con lo que ya no se ocupara exclusivamente de tareas motoras, sino que además se orientará al aprendizaje de otros contenidos que puede compartir con diversas áreas, el aprendizaje irán mas en funciones de las necesidades de los alumnos, quizás incluso de sus gustos, respetando siempre aquello que está en concordancia con su nivel de desarrollo evolutivo. La escuela debe asegurar que sus contenidos persigan los objetivos de la educación general.

El mismo autor realiza una propuesta de organización de los contenidos de la educación física entre bloques fundamentales.

2.3.1.2 Las Capacidades Perceptivas Motrices.

En el "Manual del Educador" ediciones Parramon, manifiesta que las capacidades perceptivas motrices se derivan de la estructura neurológica, específicamente dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central.

Los componentes principales del desarrollo perceptivo motor son:

- Conciencia corporal como resultado en la imagen y del esquema corporal. o
- Tonicidad y posturalidad.
- Respiración y relajación.
- Quietación espacial.
- Lateralidad.
- Orientación temporal.
- Ritmo. (Pág. 544).

2.3.1.3. Las Capacidades Físico-Motrices

El mismo autor expresa que el un conjunto de componentes de la condición física que intervienen en mayor o menor grado en la consecución de una habilidad motriz, estos son:

- La fuerza.
- La resistencia.
- La velocidad.
- La flexibilidad. (Pág. 544 - 545).

2.3.1.4 Las capacidades socio -motrices.

La misma fuente dice que estas capacidades posibilitan la dimensión proyectiva del niño, barajando los fenómenos de ínter actuación y comunicación. Los principales componentes del desarrollo socio motriz son:

- Las actividades de expresión.
- Los juegos colectivos. (Pág. 545)

2.3.1.5 Las Habilidades Motrices.

Según “El Manual del Educador” Ediciones Parramón, sostiene que a estos tres bloques añaden un cuarto dedicado a las habilidades motrices como resultado de las aportaciones que la experiencia personal va sumando a las habilidades fundamentales de dotación filogenético. Los componentes de las habilidades motrices son:

- Habilidades fundamentales: locomoción, manipulación estabilidad y otros.
- Habilidades específicas que generan las diversas especialidades deportivas por combinación de actividades de lucha, gimnásticas, atléticas, deportes colectivos, otros. (Pág. 145 - 148).

2.4 INTERVENCIÓN DIDÁCTICA Y ESTILOS DE ENSEÑANZA

El docente, al poner en marcha un conjunto de técnicas de enseñanza, de acuerdo al "Manual del Educador", Ediciones Parramón, toma una decisión acerca del estilo de que quiere utilizar con su grupo de alumnos. En Cultura Física las investigaciones sobre estilos de enseñanza hacen referencia a la forma particular de cada docente de llevar la clase, o sea, representan su forma personal de interactuar con sus alumnos y de tratar la materia objeto de enseñanza- aprendizaje. El conjunto de estilos forman un esquema integrado que traza un aspecto de estilos de enseñanza ordenados que abarcan desde el menor grado de decisión por parte del alumno hasta un aprendizaje individualizado y de procesos cognoscitivo tras un trayecto evolutivo de enseñanza (Pág. 548)

a) Mando directo.

En este estilo existe un total protagonismo del profesor en la toma de decisiones. La aplicación de este estilo no tiene en cuenta las diferencias individuales, pero se caracteriza por un rápido progreso de los alumnos, por ejemplo una sesión de aerobio en la que el profesor, situado frente a los alumnos, marca las actividades y el ritmo de ejercicio.

b) Estilo de la práctica.

Consiste en una asignación de tareas en la que se traspasa a los alumnos algunas de las decisiones previas a la actividad, tales como el orden de las tareas o el ritmo de ejecución. Supongamos, por ejemplo, a los alumnos distribuidos en grupos frente a una colchoneta de gimnasia. El profesor les propone una serie de ejercicios que cada grupo va practicando en funciones de un orden y un ritmo propio.

c) Estilo recíprocos.

Los alumnos trabajan en equipo de dos o tres personas, que van turnando **en** tareas de ejecutar y observador, un ejemplo consiste en que dos compañeros realicen pases de balón, un tercer miembro hace de informador e informa a la pareja

ejecutante de las características de sus pases: velocidad de lanzamiento, trayectoria del balón, colocación de brazos y piernas u otros.

d) Estilo de auto evaluación

Pretende desarrollar la conciencia de la propia ejecución. El maestro prepara unas tareas y unas fichas de criterio que el alumno deberá utilizar en su auto evaluación.

En este estilo el profesor selecciona la actividad, por ejemplo, el "toque de dedos un voleibol. Explica a los alumnos como se realiza y les ofrece unas fichas para que, siguiendo" unos determinados criterios, se autoevalúan.

e) Estilo de inclusión

Más que de un estilo se trata de una manera de presentar las tareas para que pueda participar el máximo número de personas, sean cuales fueren sus características individuales. El docente presenta una actividad con distintos grados de dificultad. Cada alumno escoge el punto de partida y los posteriores niveles deciden cuando la dificultad está encima o por debajo de sus posibilidades. (Pág. 548 - 552).

2.5. INSTALACIONES Y RECURSOS MATERIALES

Según el "Manual del Educador", ediciones Parramón. Sostiene que la Cultura Física debe tener en cuenta la utilización de instalaciones específicas y materiales exclusivos de, ya sean o no convencionales del área o incluso reciclados, pueden, por si solos, y muchas veces sin la intervención del adulto, proporcionar conductas motrices muy dispares.

a. Especificidad de las instalaciones y recursos.

Cada centro dispone de unas instalaciones propias y de unos materiales que no siempre son fáciles de conseguir (por sus elevados costos de construcción). Pero también es cierto que todo maestro especialista del área debe proporcionar a sus alumnos los mejores recursos existentes. El Manual del Educador realiza un análisis

pormenorizado de los posibles recursos especiales y materiales que se pueden tener en cuenta en la elaboración de programas de cultura física.

b. Los recursos espaciales.

Los contenidos de la cultura física requieren unos espacios que se ha de cu en a las tareas motrices de cada grupo.

Así, por ejemplo, es normal que desde el área se utilice el gimnasio, la piscina, un espacio natural, una pista atlética o un polideportivo. Sin embargo, mientras algunas actividades pueden adaptarse a espacios muy diversos, como la educación física de base a los juegos, otras es aconsejable practicar las en espacios acondicionados para ello, tal es el caso de algunos deportes danzas o sesiones de expresión corporal. Sería conveniente, por ejemplo de cada centro disponga de una pista poli deportivo y un gimnasio con la posibilidad de que ambos utilizaran unos vestuarios acondicionados y adecuados a las características de los escolares.

Por supuesto que la mayoría de escuelas, dispone nada más que de una sola de usos múltiples, que en pueden hacer las veces incluso, del comedor y unos patios que alternan su utilización con los momentos de recreo. El profesional de cultura física, que ha de ser capaz de rentabilizar al máximo los recursos propios de la escuela y buscar espacios que ofrezcan el entorno al centro: espacios naturales, instalaciones públicas.

c. El gimnasio.

Es muy necesario que cada escuela cuente con un gimnasio que albergue por lo menos a 25 niños sería recomendable un espacio libre aproximadamente de 400 metros cuadrados con un piso de materiales cálidos y absorbentes como linóleo o madera. Con una debida iluminación y que disponga de fácil acceso tanto al almacenar de materiales como a los vestuarios.

d. La pista polideportivo.

Pocos son los centros escolares que disponen de pistas polideportivos, cubiertas o descubiertas, que cumplan con una normativa en cuanto a dimensiones para la práctica de los deportes. En algunos establecimientos se encuentran zonas de tierra o cemento con alguna portería o canasta.

La pista polideportiva debería permitir la práctica simultánea o sucesiva de dos o más modalidades de deportes u otras actividades como son el mini basket, fútbol, balón mano y el voleibol.

e. Los vestuarios.

Debe ser adecuados a sus usuarios amplios y luminosos y tener bien distanciadas las zonas de ducha de las de servicio. El vestidor debe disponer de armarios de uso individual o múltiple, bancos y oradores para facilitar el cambio de ropa. Deberán tener baños, lavabos, inodoros con su debido control de limpieza.

f. Los recursos materiales.

El docente debe revisar el estado del material y el número de elementos con que cuenta antes y después de cada sesión, e involucrar a los alumnos para que, al igual que el se responsabilicen de su buen uso y su correcto mantenimiento y almacenamiento.

g. Los materiales específicos de la cultura física.

Son de procedencia muy variada que sean incorporado recientemente a la práctica, que son utilizados por la creatividad del docente, su capacidad de innovar o incluso de buscar alternativas a las cosas materiales que se pueden adquirir en comercios especializados. Se trata de materiales que proceden de la naturaleza, de materiales de reciclaje o bien de construcción propia. (Pág. 556 - 559).

2.6 LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA.

La sesión de cultura física presenta la unidad funcional de la programación y distribución de los objetivos y contenidos del área, así como una previsión de las actividades de enseñanza- aprendizaje que se va a desarrollar. Según el "Manual del Educador", ediciones Parramón. Sostiene que el número de sesiones, duración y las actividades que se desarrollan en ellas deben ser debidamente programados. Se recomienda dos sesiones de Educación Física por semana a lo largo de la educación primaria pero lamentablemente no todos los centros pueden cumplir con esta normativa.

Falta de espacios, de profesores y la posibilidad que ofrecen algunas políticas educativas de completar los horarios de área o actividades complementarias como excursiones cursillos de natación y otras, que no sirven son conducidos por profesionales de la educación, ingresen todo lo que no ha permitido que la cultura física ocupara en las escuelas el lugar que realmente le corresponde.

Las características de la educación física como área que utiliza básicamente contenidos del tipo procedimental basados en conductas, motrices, la utilización de espacios y materiales exclusivos para su puesta en práctica, la organización de los alumnos, hace necesario utilizar un modelo de sesión específico. (Pág. 560).

2.7 ESTRUCTURA DE LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Centraremos la atención en este modelo pedagógico por ser el que mejor se adecua a las características de la escuela. De acuerdo al "Manual del Educador", ediciones Parramon, refiere que el modelo se estructura en tres partes: una inicial, una principal y una final.

a. Parte inicial.

También se la denominada de activación o de animación, se recomienda una duración de entre 5 y 10 minutos, se destacan tres actividades fundamentales.

Informar los alumnos del objetivo de la sesión y de las actividades que se va a realizar mediante un lenguaje claro, conciso y adecuado a su nivel.

Solo la justificación de las actividades y de la exposición de los objetivos permite al alumno tener una idea clara de lo que va a realizar, facilitando así un desarrollo de sus capacidades cognoscitivas.

- Predisponer. –

A los alumnos para la acción, es una fase de activación o animación con el objetivo de introducir a los alumnos en los contenidos que se van a desarrollar en la fase principal, proponiendo actividades sencillas, a menudo presentadas en forma de juegos de persecución, en los que todos se sientan implicados.

- Organizar. -

A los alumnos y al material para la fase principal, se recomienda finalizar la con alguna actividad que proporcione la forma de organización de los alumnos que se requiera para la siguiente fase: equipos, parejas, tríos, u otra. Pasar de la parte inicial a la principal tan sólo tiene que ser comprensible para el profesor y prácticamente imperceptible para el alumno.

b. Parte principal.

En la parte más importante de la sesión en que se deben alcanzar los objetivos planteados, y donde todos los elementos de aplicación didáctica obtienen mayor valor. Su duración será la máxima posible, teniendo en cuenta que no puede obviar la parte final.

Todo docente deberá ser capaz de escoger **los** elementos y el ritmo exclusivo para sus alumnos, alejándose de sesiones estereotipadas o improvisadas que no llevan más que al desconcierto y la repetición.

c. Parte Final

En la parte final de la sesión, las actividades tendrán una intensidad decreciente, a fin de distender a los alumnos y devolverles la tranquilidad, que la iniciaron.

En ocasiones, tras una sesión especial movida, pueden destinarse los últimos cinco minutos: ejercicios de respiración y relajación, juegos de vuelta a la calma, de atención así como juegos sensoriales. (Pág.- 561 - 563).

CAPÍTULO III

3. LA PROPUESTA

Tanto los resultados del diagnóstico, así como los elementos teóricos sirven de marco conceptual para presentar lineamientos de la propuesta metodológica que tiene por objeto aportar con sugerencias de serán de utilidad a los maestros de la Escuela “Juan Montalvo”; se aspira puedan ser generalizadas a otras instituciones de la provincia de El Oro.

Luego de haber considerado los resultados del diagnóstico, es pertinente capacitar a los maestros de Cultura Física y a los maestros de Grado en los temas fundamentales del atletismo, tanto en la parte legal, el proceso de aprendizaje de las principales modalidades del atletismo infantil, así como señalar las normas didácticas que le proporcionen las competencias necesarias para un correcto desempeño en la enseñanza del atletismo y sus distintas disciplinas. Paralelamente a estas jornadas de capacitación, se incentivará la práctica de algunas competencias atléticas con los alumnos y la participación activa de los padres de familia

3.1. PROGRAMA DEL SEMINARIO DE CAPACITACION A DOCENTES DEL AREA DE CULTURA FISICA Y DE GRADO

1.- El Atletismo: Reglas Fundamentales

a.- Carreras de Velocidad

- Técnica de Salida
- Técnica de Carrera
- Técnica de Llegada

b.- Carrera de Relevos

- Técnica de cambio de testigo

c.- Carrera de Resistencia

- Respiración
- Ritmo

2.- Salto: Aspectos Técnicos.

a.- Salto Largo

- Técnica de Uno y Medio
- Técnica del Dos y Medio

b.- Salto Alto

- Estilo Tijeras
- Estilo Rodillo Ventral
- Estilo Fosfury Flop

3.- Lanzamiento de Pelota

- técnica del impulso y lanzamiento

4.- EL Triatlón:

- Aplicar Técnicas de las tres disciplinas que forman el triatlón

5.- Plan Didáctico Anual

- Elaborar las unidades Didácticas

3.2 CRONOGRAMA DEL SEMINARIO DE CAPACITACIÓN EN ATLETISMO PARA MAESTROS DE ÁREA Y DE GRADO

FECHA	TIEMPO	TEMA	OBJETIVO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	RECURSOS	EVALUACIÓN
10-14 Abril 2006	<u>10</u> <u>HORAS</u>	<u>El Atletismo</u> - Reglas fundamentales - Pruebas de Pista Carreras de : - Velocidad. - Relevos - Resistencia.	- Lograr el conocimiento de las reglas y los aspectos generales del atletismo. - Perfeccionar las habilidades y capacidades corporales para las carreras.	- Dialogo sobre origen y organización del atletismo. - Aplicar test de aptitudes - Realizar ejercicios de estiramiento fuerza y flexibilidad. - Dialogar sobre el pulso.	- Humanos - Textos - Videos - Esquemas - Cancha - Líneas - Demarcadas - Cronómetro - Pitos	- Aplique los conocimientos del atletismo mediante un test. - Ejecute carreras en diferentes direcciones. - Tome el pulso y relacione con el esfuerzo.
17-21 Abril 2006	<u>15</u> <u>HORAS</u>	<u>Pruebas de Campo :</u> - Salto largo - Salto Alto - Lanzamientos	- Acrecentar el desarrollo y seguridad en la ejecución de los saltos. - Conocer y ejecutar lanzamientos.	- Practicar saltos sobre cuerdas, aros, líneas, fosa. - Realizar y explicar la técnica de lanzamientos.	- Cancha - Cuerdas - Saltímetros - Fosa - Pelota de tenis	- Realice diferentes saltos según su capacidad y habilidad. - Organice un juego de lanzamientos.
24-28 Abril 2006	<u>15</u> <u>HORAS</u>	<u>Triatlón</u> <u>Plan didáctico anual</u>	- Desarrollar destrezas y habilidades para realizar pruebas combinadas. - Desarrollar las unidades de los contenidos aplicados al deporte.	- Conocer las reglas de esta competencia combinada. - Elaboración de planes didácticos.	- Pelota de tenis - Cancha - Fosa	- Evaluar la amplitud, distancia en que se realiza las tres disciplina. - Elaborar el plan Institucional.

3.3 CONTENIDO DE CAPACITACIÓN DEL SEMINARIO DIRIGIDO A LOS DOCENTES DEL AREA DE CULTURA FISICA Y DE GRADO

3.3.1...EL ATLETISMO ESCOLAR: REGLAS FUNDAMENTALES.

1. Carreras de Velocidad

En las carreras de velocidad la salida juega un papel muy importante para el éxito de la carrera. Según el M.E.C del Ecuador en su obra “Didáctica y Metodológica de las unidades 2”. Sostiene que la salida se divide en tres fases:

- a) En sus marcas
- b) Listos
- c) Fuera

a.- En la posición inicial el atleta se coloca justo detrás de la línea de salida y apoya las dos manos en el suelo separados entre si a la misma distancia de sus hombros y con las yemas de los dedos como punto de apoyo.

El deportista pone en el suelo la rodilla de la pierna trasera y mantiene el equilibrio apoyando el peso del tronco sobre los brazos y la cabeza relajada.

b.- En el momento de listos el atleta:

- Sitúa las caderas algo más al ras que la altura de los hombros.
- Separa la rodilla del suelo quedando las piernas semiflexionadas, para hacer presión en los tacos (partidores).
- Extiende los brazos a fin de que se puedan ser movidos fuerte y rápidamente desde que se separen del suelo.
- Carga el peso de cuerpo sobre la pierna delantera.
- Mantiene la mirada baja puesta en el punto donde va a llegar inmediatamente su primera zancada.

c.- Fuera:

Los primeros pasos son casi rasantes, rápidos y más cortos de lo normal, con las rodillas bien dobladas y una rápida acción del pie contra el suelo.

A partir de la segunda zancada, poco a poco, el cuerpo tomará una posición más vertical, y tanto la frecuencia de las zancadas, como la amplitud de las mismas irán aumentando, progresivamente, hasta alcanzar la postura, el ritmo y la extensión normal de carrera. Todo el cuerpo debe mantenerse en una posición ligeramente inclinada hacia delante, con el fin de hacer más presión con la punta del pie delantero sobre el suelo y facilitar el movimiento de avance de las piernas.

El movimiento de brazos es un factor determinante en la adquisición, el adecuado movimiento de las piernas es el factor básico. (Pág. 33).

2. Carreras de fondo

Según el M.E.C del Ecuador en su obra “Didáctica y Metodológica de la unidades 2” Manifiesta que en las carreras de fondo las características son las mismas que para la especialidad anterior, aunque con una mayor suavidad en los movimientos de brazos y piernas en las primeras tres cuartas partes de la carrera. Al final de la carrera y con el fin de correr más de prisa, los brazos adquirirán un movimiento más enérgico.

2.1 La Respiración.

Se produce por vía bucal y nasal, puesto que si no limitamos a respirar por la nariz en una prueba de estas características, puede resultar insuficiente y provocar fatiga.

2.2 El Ritmo.

En el transcurso de la prueba es aconsejable mantener un ritmo uniforme, sin hacer cambios bruscos de velocidad, ni realizar un gran esfuerzo inicial para conseguir tomar la delantera.

Es importante llevar un control de la velocidad durante toda la prueba. Así por ejemplo, entre la primera y la segunda mitad de la carrera, debe existir una distribución equilibrada de la velocidad; mientras la segunda, tercera y última vuelta son realizadas a un ritmo progresivo; la primera y las restantes vueltas, deben realizarse a su ritmo normal. Un buen corredor de fondo no se lanza enseguida a buscar la máxima velocidad, sino que espera el momento oportuno para despegarse de los contrarios. Pág. 34.

3. Las carreras de relevo

Los relevos se pueden correr en relevos de ida y vuelta o en una pista contorno. La última forma es la oficial. De acuerdo al M.E.C del Ecuador en su obra “Didáctica y Metodología del unidades 2”. Sostiene que:

- En los relevos de corta distancia (hasta 4 x 100m) los atletas deberán correr por sus pasillos correspondientes, mientras que en los relevos de más distancia sólo lo harán el primero y el segundo, hasta terminar la primera curva.
- La distancia de los relevos y la línea de meta se señalarán con una línea sobre la pista. Del mismo modo, quedarán indicadas las zonas de “transferencias del testigo”, situadas 10 metros antes y después de las líneas, que indican la distancia de los relevos.
- El testigo debe llevarse en la mano y, en caso de que se caiga, únicamente puede recogerlo el atleta al que se le ha caído. Una vez que el concursante haya transmitido el testigo, en la zona adecuada para ello, deberá permanecer en su pasillo o lugar determinado hasta que la pista quede despejada, con el fin de no obstaculizar a los demás participantes; caso contrario, puede motivar su descalificación y, por tanto, la de todo su equipo.
- El equipo de relevos competitivos estará formado por 4 corredores, no pudiendo de ellos cubrir más de un recorrido.

4. Técnica del cambio del testigo

Al realizar el cambio de testigo, es interesante que el relevista no tenga que cambiarlo de mano, por lo que la forma adecuada de hacerlo consiste en que el primer corredor lo lleve en su mano derecha, el que recibe toque con la mano izquierda y lo trasmite a la mano derecha del tercero, que a su vez, lo dejará en la izquierda del último relevista. La explicación es sencilla: mientras los relevistas que deben correr en línea recta, lo llevan en su mano izquierda, los que deben hacer las curvas lo llevan en la derecha, corriendo pegados a la parte interior de su andarivel..

- El momento adecuado para realizar el cambio de testigo es cuando la velocidad de los corredores es uniforme. Para ello, es oportuno marcar previamente un punto, donde al llegar el portador, el receptor se ponga en movimiento y así realizar la transferencia en el preciso instante que se registra la coordinación de velocidades (entre los 13 y los 17 metros dentro de la zona de transferencia). Pág. (36-37) .

5. EL Salto

Aspectos Técnicos:

Según el M.E.C del Ecuador, en su obra “Didáctica y Metodología de las unidades 2” manifiestas que los saltos con base técnica y competitiva en el atletismo son ejecutados con un solo pie de pique y con arranque. Cada uno de los diferentes saltos en esta disciplina deportiva tiene características específicas y son claramente identificados ya sea en la forma de ejecutar el salto, en los implementos, en su pista o área de salto, etc.

Pero siempre en la carrera tiene que poner atención a los siguientes aspectos:

- La longitud de los primeros pasos deben ser similares para que la pierna de impulso coincida en la zona de pique. Para lo cual es necesario realizar señales especiales en el piso y luego realizar la carrera.

- Tiene que desarrollar durante la carrera la velocidad máxima y conservarla para realizar un buen impulso.
- En el momento de impulsarse el último paso debe realizarse la más rápido posible, simultáneamente apoyar la pierna de impulso enérgicamente en la zona pique.
- El talón del pie de impulso se apoya ligeramente en el piso y simultáneamente se apoya en la punta del pie.
- La parte superior del tronco en el momento de impulsarse debe estar en posición vertical.

Salto Largo

El área para la competencia de salto largo debe contar con una zona de aceleración (carrera de impulso) de 20-40m de largo por 1,22m de ancho, una fosa de 2,75m por 10m.

La tabla de pique debe tener 1,22m de ancho por 20cm de largo y 10cm de grosor. Al mismo nivel de la tabla y en el lado más cercano a la fosa, se coloca plastilina de 13mm de grosor para determinar caso de que quede una huella marcada, la nulidad del salto. La tabla se retira como mínimo a 1m del borde del pozo. La zona de pique para escolares es de 80cm de largo por 1,22m de ancho dividiéndola en tres segmentos: 30cm antes y 30cm después de la tabla de pique de 20cm.

El salto consta de cuatro fases fundamentales: carrera, batida (pique), suspensión o movimientos en el aire con el agrupamiento y la caída.

Generalmente se utilizan tres técnicas (tipo de vuelo) en este salto:

- Técnica del uno y medio.
- Técnica del dos y medio.
- Técnica del tres y medio.

Pero tratándose del aspecto metodológico en la escuela primaria, se hace necesario ampliar a una cuarta técnica denominada del medio paso, que consiste en

efectuar el pique con un solo pie y proyectar el cuerpo hacia arriba y adelante, para caer al pozo con los brazos y piernas al frente.

- **La Técnica del uno y medio.**

El atleta da un paso y medio en el aire como si estuviera “caminando”, flexionando la pierna de batida (pique) que estaba retirada al principio del impulso hasta que llegue a la altura de la otra, produciéndose el agrupamiento de las dos para iniciar la caída.

- **La Técnica del dos y medio.**

Como su nombre lo indica, se trata de dar dos pasos y medio en el aire; este estilo lo utilizan la mayoría de los atletas. El primer paso constituye el movimiento de la pierna libre hacia adelante, mientras la de impulso deja el suelo. En el segundo paso se invierte la posición, pasando la pierna de batida a ser la más avanzada y el medio paso restante se constituye cuando la pierna libre avanza hasta unirse con la de impulso para iniciar la caída.

- **El Estilo Del Triple y Medio.**

Tiene gran aceptación en especial en los Estados Unidos de Norteamérica; la diferencia de los dos anteriores está en realizar un paso más en el aire con la consiguiente dificultad que supone realizar más movimientos en la misma distancia. (Pág. 36 – 37).

Salto en Altura

De acuerdo al M.E.C del Ecuador en su “Obra Didáctica y metodología de las unidades 2”. Sostiene que la mariposa de salto es trazada por un medio círculo y tiene como aditamento los saltímetros, el listón o barra (cuerda) y colchoneta para la caída. Existen varias técnicas y estilos para ejecutar esta prueba, los más importantes son: tijeras, rodillo ventral y Fosfury Flop.

- **El Estilo Tijeras.**

Es uno de los estilos de más fácil ejecución muy recomendable para iniciar el conocimiento de los saltos en escuela primaria.

En este salto se pasa el listón con un salto lateral y alternando piernas, dando la idea de formar con éstos una tijera que se abre y cierra y, la caída es de pies.

- **El Rodillo Ventral.**

Este salto consiste en pasar el listón rodeando lateralmente boca abajo y piernas abiertas en una acción de zambullida, consiguiendo mantener todo el cuerpo por encima de la barra. En este salto podemos distinguir cinco fases: carrera, preparación de la batida, momento de batida, suspensión y caída.

La suspensión es la fase más importante del salto y se produce cuando la pierna llega a la altura del listón, el brazo inicia una acción envolvente estirándose hacia adelante, así como la cabeza y el hombro pasan por encima en una zambullida consiguiendo mantener todo el cuerpo por encima del listón, boca abajo y con las piernas abiertas.

- **El Fosfury Flop.**

Es el estilo más actual, de óptimo rendimiento. La novedad se constituye en el pasaje dorsal del listón, distinguiéndose cuatro fases: carrera, preparación a la batida y batida (pique), suspensión y caída. Para llegar a la posición dorsal el saltador realiza un arranque de media luna que le impulsa hacia atrás.

Como en el salto anterior la fase de suspensión es de singular importancia y ésta se da cuando el atleta ha terminado de ascender y el cuerpo está dando la espalda al listón y las piernas cuelgan dobladas por las rodillas y separadas entre sí. En este momento debe realizarse un avance de las caderas para producir un arqueado del cuerpo que provocará caída del tronco y una elevación de las rodillas. Pág. 41 - 46 .

6. LANZAMIENTO DE LA PELOTA

Según al M.E.C del Ecuador en su “Obra Didáctica y metodología de las unidades 2”, el lanzamiento de la pelota como todos los eventos de campo que se lleva a efecto en atletismo a nivel escolar requiere de una gran precisión y coordinación de movimientos por parte del atleta, dentro de estructura del lanzamiento de la pelota tenemos:

- Carrera de impulso
- La técnica del paso cruzado
- La posición final
- El lanzamiento y freno

Lo carrera de impulso puede ser de acuerdo a las características del atleta la carrera oscila entre los 15 y 20 mts. Triatlón individual y por equipos, con las pruebas de: carrera de velocidad 60 m planos, salto largo y lanzamiento de pelota de tenis a distancia. . (Pág. 47 – 48).

3.4 PERIODIZACIÓN DE ENTRENAMIENTOS DEPORTIVOS PARA LOS NIÑOS DE LA ESCUELA “JUAN MONTALVO”.

El macro ciclo general que se desarrollará esta guiado por los aportes científicos de:

Entrenamiento de la condición física, Hartwin Steiner; Manual de Educación Física y Deportes, editorial Océano (Barcelona, España); Bases Metodológicas del Entrenamiento Deportivo de Armando Forteza de la Rosa (Habana, Cuba 1998).El plan de entrenamientos comenzará el 9 de Enero del 2006 hasta el 27 de junio del 2006 incluye un total de 30 micro ciclos.

El macro ciclo general de entrenamientos que orientará a los niños de la escuela Juan Montalvo para la participación en el Inter.-escolar de atletismo del cantón Pasaje.

El macro ciclo comprende 3 periodos fundamentales que son:

- a) Periodo Preparatorio
- b) Periodo Competitivo
- c) Periodo Transitorio

a) PERIODO PREPARATORIO

Objetivo: Desarrollar la forma deportiva.

En este periodo se aumenta la capacidad del deportista para soportar grandes cargas de trabajo y así prepararlo para las exigencias de la competición.

Se distinguen dos etapas: Etapa General y Etapa Especial.

ETAPA GENERAL:

Características

- El volumen creciente de trabajo.
- El volumen prevalece sobre la intensidad.
- Ejercicios Generales.
- Mejoramiento de la capacidad del organismo para soportar cargas.

TAREAS RECOMENDADAS

(Hartwin Steiner)

- Desarrollo de las capacidades físicas generales y especiales (fuerza, resistencia y movilidad).
- Aprendizaje y perfeccionamiento de destrezas del deporte específico.

ETAPA ESPECIAL:

Características

- Afinación y unión de secuencias de movimientos de las destrezas adquiridas y perfeccionas en la etapa anterior.
- Aumento de la preparación específica.
- Aumento de la intensidad de entrenamientos.

TAREAS RECOMENDADAS

(Hartwin Steiner)

- Desarrollo de las capacidades condicionales especiales.
- Adquisición de destrezas especiales.
- Mejoramiento y completamiento de las conductas tácticas.
- Desarrollo de un estereotipo dinámico competitivo por medios de cargas competitivas.

EL PERIODO PREPARATORIO:

ETAPA GENERAL.- Se desarrollará desde el 9 de Enero hasta el 14 de Abril del 2006.

ETAPA ESPECIAL.- Se desarrollará desde el 17 de Abril hasta el 26 de Mayo del 2006.

b) PERIODO DE COMPETICIÓN.

Objetivo: Afinación de la forma deportiva con la participación de competencias.

Características

- La intensidad sigue en aumento.
- Aumenta el volumen de ejercicios técnicos.
- La frecuencia competitiva y el entrenamiento específico es el medio más importante para el desarrollo del rendimiento en las competencias.
- Mejoramiento de la capacidad del organismo para soportar cargas.

TAREAS

(Hartwin Steiner)

- Mejoramiento del Estado Especial de Entrenamientos Técnico-Condicionales y Técnico-Táctico Condicionales.
- Estabilización de las destrezas técnicas y técnico-tácticas.

- Mantenimiento de la capacidad general de rendimiento como condición para recuperar velozmente el organismo después de cargas muy intensas.

En este periodo se han designado cinco semanas desde el 24 de Mayo al 30 de Junio.

c) PERIODO DE TRANSITORIO.

Objetivo: Recuperación activa y Regeneración del deportista.

Los microciclos en este periodo se caracterizan por una disminución de exigencias en el trabajo tal como lo sostiene Armando Fortaleza de la Rosa.

El periodo de transición representa la recuperación que sigue a los periodos largos de entrenamiento y competencia.

En este periodo se utilizan los juegos dinámicos y deportes complementarios que ayuden al alumno a salir del estrés psicológico y mental que provocan las competencias deportivas y sobre todo a normalizar el pulso cardiaco de los deportistas.

Este periodo durará 5 semanas desde el 3 de Julio al 4 de Agosto del 2006.

CUADRO # 1 DISTRIBUCIÓN DE TAREAS POR SESIONES

DÍAS \ MICROS	1	2	3	4	5
	09-13 Enero 2006	16-20 Enero 2006	23-27 Enero 2006	30-Enero al 3 Feb. 2006	6-10 Febrero 2006
LUNES	Desplazamientos 20' Extensión 10' Flexiones 10' Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Carreras progresivas de 40 a 60 mts. 15' Abdominales 50 Flexiones 30 Caminar 10	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Carreras continuas 20' Saltos con flexiones y extensiones 30 Flexibilidad 15' Estiramientos 10'	Carrera de obstáculo 20' Aflojamiento 10' Abdominales 50 Flexibilidad 20' Estiramiento 10'
MARTES	Circuitos 20' Extensiones 15' Flexibilidad 20' Caminar 10'	Carrera de obstáculo 20' Abdominales 50 Estiramiento 10'	Trote 15' Multi saltos 20' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Desplazamientos 15' Sentadillas 30 Saltos con flexión y extensión 30 Flexibilidad 20'	Pique y velocidad 15' Sentadillas bajas 30 Flexibilidad 20' Caminar 10'
MIÉRCOLES	Carreras progresivas de 40-60 m. 10' Saltos 10' Flexiones 30 Flexibilidad 20'	Circuitos 20' Saltos 10' Extensiones 15' Flexibilidad 20' Caminar 10'	Carreras progresivas de 40-80 m. 10' Saltos 10' Flexiones 30 Flexibilidad 20'	Circuito de fuerza y velocidad 20' Flexiones 30 Abdominales 30 Aflojamiento M. 10'	Carreras progresivas de 40-100 m. 10' Saltos 10' Flexiones 30 Flexibilidad 20'
JUEVES	Trote 15' Multi saltos 20' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Desplazamientos 15' Carreras con salto 10' Carreras y paradas 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 10'	Graderías 15' Flexiones 30 Extensiones 30 Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Carrera de obstáculo 20' Aflojamiento 10' Abdominales 50 Flexibilidad 20' Estiramiento 10'	Circuito combinado 20' Abdominales 40 Flexibilidad 20' Aflojamiento 10'
VIERNES	Carrera de Velocidad 20' Aflojamiento 10' Flexibilidad 20' Abdominales 30 Caminar 10'	Trote 15' Multi saltos 20' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Carrera de resistencia 15' Aflojamiento 10' Flexibilidad 20'	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	TEST FISICOS MOTIVACIÓN

ELABORADO: La Autora.

CUADRO # 2 DISTRIBUCIÓN DE TAREAS POR SESIONES

DÍAS \ MICROS	1	2	3	4	5
	13-17 Febrero 2006	20-24 Febrero 2006	27-Febrero - 3 Marzo	6-10 Marzo 2006	13-17 Marzo 2006
LUNES	Técnica carrera de velocidad № 1 20' Calentamiento 15' Carrera 15' Estiramiento 10'	Técnica salto largo 20' Carreras con saltos 15' Flexibilidad 20' Caminar 10'	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Carrera continuas 20' Saltos con flexión 15'' Flexibilidad 20' Técnica Salto Alto 20' Aflojamiento M. 10'	Carrera de obstáculos 20' Saltos flexión y extensión 30 abdominales 20' estiramiento 15'
MARTES	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Circuitos combinado salto, velocidad 20' Flexiones 30 Extensiones 30 Flexibilidad 20'	Carreras progresivas 60-100 m. Sentadilla 20' Caminar 15'	Trote 15' Flexibilidad 20' Saltar la cuerda 20' Estiramientos 15'	Carreras progresivas 60-110 m. Flexibilidad 20' Caminar 10' Motivación 20'
MIÉRCOLES	Circuito de velocidad 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Abdominales 40 Aflojamiento M. 10'	Carrera de Obstáculo Saltos 15' Abdominales 40 Flexibilidad 20' Estiramientos 10'	Técnica impulso en el salto largo. 20' Abdominales 40 Caminar 10	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 10'	Circuitos combinado salto, velocidad 20' Flexiones 30 Extensiones 30 Flexibilidad 20'
JUEVES	Técnica carrera de velocidad № 2 20' Calentamiento 15' Carrera 15' Estiramiento 10'	Desplazamientos 15' Carrera con salto 15' Flexibilidad 20' Abdominales 30 Caminar 10'	Trote 15' Flexibilidad 20' Saltar la cuerda 20' Estiramientos 15	Circuitos combinado salto, velocidad 20' Flexiones 30 Extensiones 30 Flexibilidad 20'	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'
VIERNES	Carreras con obstáculos Saltos 15' abdominales 40 Flexibilidad 20' Estiramientos 10'	Circuito de velocidad 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Abdominales 40 Aflojamiento M. 10'	Desplazamientos 15' Carrera con salto 15' Flexibilidad 20' Abdominales 30 Caminar 10'	Carrera con elevación de talones 10' Flexiones 30 Extensiones 30 Flexibilidad 20'	CAMINATA MOTIVACION

ELABORADO: La Autora.

CUADRO # 3 DISTRIBUCIÓN DE TAREAS POR SESIÓN

DÍAS \ MICROS	1	2	3	4	5
	20-24 Marzo 2006	27-31 Marzo 2006	3-7 Abril 2006	10-14 Abril 2006	17-21 Abril 2006
LUNES	Técnica lanzamiento de pelota № 1 20' Abdominales 50 Flexiones 30 Caminar 10	Desplazamientos 20' Extensión 10' Flexiones 10' Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Técnica lanzamiento de pelota № 2 20' Abdominales 50 Flexiones 30 Caminar 10	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Carrera de obstáculo 20' Aflojamiento 10' Abdominales 50 Flexibilidad 20' Estiramiento 10'
MARTES	Carrera y lanzamiento 20 Abdominales 50 Flexibilidad 20' Estiramiento 10'	Circuitos 20' Extensiones 15' Flexibilidad 20' Caminar 10'	Desplazamientos 15' Sentadillas 30 Saltos con flexión y extensión 30 Flexibilidad 20'	Trote 15' Multi saltos 20' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Pique y velocidad 15' Sentadillas bajas 30 Flexibilidad 20' Caminar 10'
MIÉRCOLES	Circuitos 20' Saltos 10' Extensiones 15' Flexibilidad 20' Caminar 10'	Carreras progresivas de 40-60 m. 10' Saltos 30 Flexiones 30 Flexibilidad 20'	Circuito de fuerza y velocidad 20' Flexiones 30 Abdominales 30 Aflojamiento M. 10'	Carreras progresivas de 40-80 m. 10' Saltos 30 Flexiones 30 Flexibilidad 20'	Carreras progresivas de 40-100 m. 10' Saltos 30 Flexiones 30 Flexibilidad 20'
JUEVES	Desplazamientos 15' Carreras con salto 10' Carreras y paradas 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 10'	Trote 15' Multi saltos 20' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Carrera de obstáculo 20' Aflojamiento 10' Abdominales 50 Flexibilidad 20' Estiramiento 10'	Graderías 15' Flexiones 30 Extensiones 30 Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Circuito combinado 20' Abdominales 40 Flexibilidad 20' Aflojamiento 10'
VIERNES	Trote 15' Multi saltos 20' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Carrera de Velocidad 20' Aflojamiento 10' Flexibilidad 20' Abdominales 30 Caminar 10'	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Carrera de resistencia 15' Aflojamiento 10' Flexibilidad 20'	CAMINATA MOTIVACIÓN

ELABORADO: La Autora.

CUADRO # 4 DISTRIBUCIÓN DE TAREAS POR SESIÓN

DÍAS \ MICROS	1	2	3	4	5
	24-28 Abril 2006	30- al 05 Mayo 2006	8-12 Mayo 2006	15 - 19 Mayo 2006	22-26 Mayo 2006
LUNES	Técnica lanzamiento de pelota Nº 1 20' Abdominales 50 Flexiones 30 Caminar 10	Desplazamientos 20' Extensión 10' Flexiones 10' Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Técnica lanzamiento de pelota Nº 2 20' Abdominales 50 Flexiones 30 Caminar 10	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Carrera de obstáculo 20' Aflojamiento 10' Abdominales 50 Flexibilidad 20' Estiramiento 10'
MARTES	Carrera y lanzamiento 20 Abdominales 50 Flexibilidad 20' Estiramiento 10'	Circuitos 20' Extensiones 15' Flexibilidad 20' Caminar 10'	Desplazamientos 15' Sentadillas 30 Saltos con flexión y extensión 30 Flexibilidad 20'	Trote 15' Multi saltos 20' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Pique y velocidad 15' Sentadillas bajas 30 Flexibilidad 20' Caminar 10'
MIÉRCOLES	Circuitos 20' Saltos 10' Extensiones 15' Flexibilidad 20' Caminar 10'	Carreras progresivas de 40-60 m. 10' Saltos 10' Flexiones 30 Flexibilidad 20'	Circuito de fuerza y velocidad 20' Flexiones 30 Abdominales 30 Aflojamiento M. 10'	Carreras progresivas de 40-80 m. 10' Saltos 10' Flexiones 30 Flexibilidad 20'	Carreras progresivas de 40-100 m. 10' Saltos 10' Flexiones 30 Flexibilidad 20'
JUEVES	Desplazamientos 15' Carreras con salto 10' Carreras y paradas 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 10'	Trote 15' Multi saltos 20' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Carrera de obstáculo 20' Aflojamiento 10' Abdominales 50 Flexibilidad 20' Estiramiento 10'	Graderías 15' Flexiones 30 Extensiones 30 Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Circuito combinado 20' Abdominales 40 Flexibilidad 20' Aflojamiento 10'
VIERNES	Trote 15' Multi saltos 20' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Carrera de Velocidad 20' Aflojamiento 10' Flexibilidad 20' Abdominales 30 Caminar 10'	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Aflojamiento M. 10'	Carrera de resistencia 15' Aflojamiento 10' Flexibilidad 20'	CAMINATA MOTIVACIÓN

ELABORADO: La Autora.

CUADRO # 5 DISTRIBUCIÓN DE TAREAS POR SESIONES

MICROS DIAS	1	2	3
	29 Mayo-2 Junio 2006	5-9 Junio 2006	12-16 Junio 2006
LUNES	Técnica carrera de resistencia № 1 20' Calentamiento 15' Carrera 15' Estiramiento 10'	Técnica carrera de resistencia № 2 20' Calentamiento 15' Carrera 15' Estiramiento 10'	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'
MARTES	Cuestas 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Circuitos combinado salto, velocidad 20' Flexiones 30 Extensiones 30 Flexibilidad 20'	Carreras progresivas 60-100 m. Sentadilla 20' Caminar 15'
MIÉRCOLES	Resistencia 10' Flexiones 30 Extensiones 10' Abdominales 40 Aflojamiento M. 10'	Resistencia 10' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Circuito de resistencia 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Abdominales 40 Aflojamiento M. 10'
JUEVES	Resistencia 10' Flexiones 30 Extensiones 10' Flexibilidad 20' Estiramiento 15'	Desplazamientos 15' Carrera con salto 15' Flexibilidad 20' Abdominales 30 Caminar 10'	Trote 15' Flexibilidad 20' Saltar la cuerda 20' Estiramientos 15'
VIERNES	Carreras con obstáculos Saltos 15' abdominales 40 Flexibilidad 20' Estiramientos 10'	Circuito de resistencia 20' Flexiones 30 Extensiones 10' Abdominales 40 Aflojamiento M. 10'	Caminata 15' Motivación 15' Ejercicio de relajamiento 20'

ELABORADO: La Autora.

CUADRO # 6 CALENDARIO DEL PERIODO COMPETITIVO

	1	2	3	4	5	6	7
	Lunes 19 de Junio 2006	Martes 20 de Junio 2006	Miércoles 21 de Junio 2006	Jueves 22 de Junio 2006	Viernes 23 de Junio 2006	Lunes 26 de Junio 2006	Martes 27 de Junio 2006
C O M P E T E N C I A S	Carreras de Velocidad	Carreras de Relevo	Salto Largo y Salto Alto	Lanzamiento de Pelota	Resistencia	Triatlón	P R E M I A C I O N

ELABORADO: La Autora

CUADRO # 7 MESOCICLO DE RESTABLECIMIENTO DESDE EL 26 DE JUNIO AL 28 DE JULIO

MICROS DÍAS	26	27	28	29	30
	26-30 Junio	03-07 Julio	10-14 Julio	17-21 Julio 2006	24-28 Julio 2006
LUNES	Descanso	Fútbol 30'	Voleibol 35'	Descanso	Fútbol 45'
MARTES	Descanso	Descanso	Descanso	Baloncesto 40'	Descanso
MIÉRCOLES	Descanso	Baloncesto 30'	Fútbol 35'	Descanso	Voleibol 40'
JUEVES	Descanso	Descanso	Descanso	Fútbol 40'	Descanso
VIERNES	Descanso	Ciclismo 25'	Natación 40'	Descanso	Caminata a Loma de Franco Natación 40'

ELABORADO: La Autora

TABLA N° 1

TEST DE APTITUD FISICA DE LOS NIÑOS CATEGORIA SUB 10

NOMBRES		EDAD años	TALLA mts	PESO lbs	TORAX		100 mts	SALTO VERTICAL	SALTO HORIZONTAL
					NOR	INS			
N°									
1	Arévalo Samantha	9.02	1.15	75	64	66	13:20	23	1.80
2	Barahona Abigail	9.10	1.10	78	63	65	14:15	25	1.62
3	Domínguez Briggith	9.05	1.12	80	68	70	16:23	24	1.50
4	Espinoza Daniela	9.03	1.18	68	62	64	17:30	26	1.45
5	Fernández Andrea	10.00	1.20	73	66	68	18:10	27	1.38
6	Arcay Andrés	9.03	1.22	75	65	67	15:15	22	1.55
7	Calle Kevin	9.05	1.18	79	58	60	12:28	21	1.60
8	Cornejo Bryan	9.00	1.16	70	59	62	12:20	24	1.89
9	León Leyver	9.02	1.19	73	62	64	12:50	27	1.90
10	Noblecilla Pedro	9.06	1.23	69	70	72	12:10	26	2.40
11	Orozco Kevin	9.07	1.25	72	71	73	12:30	21	2.30
12	Pesantez Víctor	9.01	1.28	68	68	70	12:50	22	2.40
13	Ramos Manuel	9.02	1.19	73	65	69	13:50	27	2.10
14	Ríos Geraldly	9.05	1.20	76	63	65	12:50	29	2.10
15	Sánchez Daniel	9.05	1.18	72	70	72	12:23	30	2.20
16	Toral Carlos	9.04	1.18	70	71	73	13:50	26	2.10
17	Torres Raúl	9.05	1.20	67	70	72	15:14	22	1.80
18	Pérez Patricio	9.03	1.23	69	70	72	14:00	30	1.60
19	Suárez Eloy	9.08	1.24	70	68	70	16:20	29	1.50
20	Zambrano Boris	9.00	1.28	73	68	70	17:20	27	1.60
	TOTAL	181.77	23.96	1440	1321	1364	282:37	50.8	36.79
	PROMEDIO	9.08	1.19	72	66.05	68.2	14:11	25.4	1.83

ESCUELA FISCAL MIXTA JUAN MONTALVO VIERNES 10 DE FEBRERO DEL 2006

TABLA N° 2

TEST DE APTITUD FISICA DE LOS NIÑOS CATEGORIA SUB 10
ESCUELA FISCAL MIXTA JUAN MONTALVO

VIERNES 16 DE JUNIO DEL 2006

NOMBRES		EDAD años	TALLA mts	PESO lbs	TORAX		100 mts	SALTO VERTICAL	SALTO HORIZONTAL
					NOR	INS			
N°									
1	Arévalo Samantha	9.07	1.16	76	66	68	13.10	25	1.83
2	Barahona Abigail	10.03	1.12	80	65	68	14.00	27	1.68
3	Domínguez Briggith	9.10	1.13	81	70	72	15.09	26	1.60
4	Espinoza Daniela	9.08	1.20	70	64	66	16.50	28	1.55
5	Fernández Andrea	10.05	1.21	74	68	70	17.20	29	1.50
6	Arcay Andrés	9.08	1.23	76	68	70	14.20	26	1.66
7	Calle Kevin	9.10	1.19	70	60	62	12.00	28	1.70
8	Cornejo Bryan	9.05	1.18	71	62	64	11.00	26	2.20
9	León Leyver	9.07	1.20	75	63	66	12.10	29	1.95
10	Noblecilla Pedro	10.01	1.22	74	72	74	11.07	29	2.49
11	Orozco Kevin	10.00	1.23	72	72	73	12.15	25	2.35
12	Pesantez Víctor	9.06	1.29	70	70	72	11.30	24	2.45
13	Ramos Manuel	9.00	1.20	74	68	70	12.40	29	2.20
14	Ríos Geraldly	9.07	1.22	76	65	68	12.30	30	2.15
15	Sánchez Daniel	9.10	1.19	74	72	74	12.15	32	2.30
16	Toral Carlos	9.09	1.19	71	72	73	13.20	28	2.15
17	Torres Raúl	9.10	1.21	69	72	74	14.10	24	1.90
18	Pérez Patricio	9.08	1.24	70	72	74	13.20	32	1.70
19	Suárez Eloy	9.01	1.25	71	70	72	15.19	30	1.65
20	Zambrano Boris	9.05	1.29	73	70	72	16.00	29	1.63
TOTAL		186.30	24.15	1.466	1361	1402	268:25	556	38.64
PROMEDIO		9.3	1.20	73.3	68.05	70.1	13:41	27.8	1.93

TABLA N° 3

**TEST DE APTITUD FISICA DE LOS NIÑOS CATEGORIA SUB 12
ESCUELA FISCAL MIXTA JUAN MONTALVO**

VIERNES 10 DE FEBRERO DEL 2006

NOMBRES		EDAD años	TALLA mts	PESO lbs	TORAX		100 mts	SALTO VERTICAL	SALTO HORIZONTAL
					NOR	INS			
N°	Aguilar Jerismar	11.02	1,45	70	65	68	13:20	23	1.60
1	Armijos Dayanna	11.01	1.41	73	68	70	12:07	24	1.72
2	Correa Maitee	11.03	1.35	80	63	65	14:20	26	1.58
3	Crespo Gina	11.08	1.44	78	65	67	14:13	23	1.65
4	Espinoza Miriam	11.00	1.32	75	64	68	15:20	24	1.63
5	Gavilanes Dayse	10.10	1.38	78	70	72	15:17	21	1.62
6	González Lisseth	10.07	1.44	68	73	75	17:20	19	1.65
7	Guamán Lady	10.09	1.30	82	75	78	18:10	22	1.68
8	Guayas Jessica	10.06	1.45	72	68	70	15:20	25	1.70
9	Angulo Jaime	11.03	1.43	77	65	77	12:80	28	1.80
10	Josué Carrión	11.07	1.46	75	68	70	12:60	27	1.90
11	Fernández Richard	11.05	1.30	76	63	65	13:05	26	2.10
12	Durán Freddy	12.00	1.43	83	64	66	12:50	28	2.13
13	García Carlos	11.09	1.27	80	70	72	13:09	27	2.16
14	Gorotiza Pedro	11.07	1.34	85	68	70	13:20	25	1.90
15	Macas Arón	11.05	1.38	78	66	68	12:63	29	2.30
16	Mendieta Efrén	11.03	1.39	75	70	72	13:80	36	2.43
17	Murillo Juan	11.06	1.35	70	68	72	12:70	28	2.55
18	Sacón Freddy	11.07	1.46	78	63	65	13:50	25	2.40
19	Sarmiento Paúl1	11.05	1.34	68	68	70	12:50	23	2.10
20									
TOTAL		218.09	27.69	1521	1344	1390	276.84	499	38.6
PROMEDIO		10.9	1.38	76.05	67.2	69.5	13.84	24.95	1.93

TABLA N° 4

TEST DE APTITUD FISICA DE LOS NIÑOS CATEGORIA SUB 12

ESCUELA FISCAL MIXTA JUAN MONTALVO

VIERNES 16 DE JUNIO DEL 2006

N°									
1	Aguilar Jerismar	11.07	1.47	71	66	69	13.18	24	1.62
2	Armijos Dayanna	11.06	1.42	74	70	72	12.00	26	1.75
3	Correa Maitee	11.08	1.36	82	65	68	13.50	28	1.62
4	Crespo Gina	11.05	1.45	80	67	70	13.59	25	1.68
5	Espinoza Miriam	12.01	1.33	78	66	70	14.30	27	1.66
6	Gavilanes Dayse	11.05	1.39	80	72	74	14.59	24	1.65
7	González Lisseth	11.03	1.45	70	75	78	16.30	22	1.68
8	Guamán Lady	11.00	1.31	81	76	79	16.50	23	1.70
9	Guayas Jessica	11.02	1.46	74	70	72	14.30	26	1.72
10	Angulo Jaime	11.11	1.44	78	67	70	11.59	29	1.83
11	Josué Carrión	12.00	1.47	76	70	72	11.30	30	2.10
12	Fernández Richard	11.10	1.32	77	65	68	12.59	29	2.20
13	Durán Freddy	12.05	1.45	84	67	70	11.50	30	2.40
14	García Carlos	12.03	1.28	81	72	74	12.50	29	2.50
15	Gorotiza Pedro	12.00	1.35	86	69	70	12.59	28	2.30
16	Macas Arón	11.10	1.39	70	68	70	11.30	32	2.60
17	Mendieta Efrén	11.08	1.42	76	71	73	12.59	29	2.70
18	Murillo Juan	11.11	1.37	71	70	72	11.50	30	2.72
19	Sacón Freddy	12.00	1.47	79	65	67	12.40	29	2.60
20	Sarmiento Paúl	11.10	1.36	70	70	72	12.10	26	2.30
	TOTAL	227.05	27.96	1.547	1.381	1.430	260:22	546	41.33
	PROMEDIO	11.3	1.39	77.35	69.05	71.5	13:01	27.3	2.06

CAPÍTULO IV

4. PLAN DE SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

En este capítulo se plantean algunos criterios de carácter teórico que servirán de base para aplicar un plan de seguimiento y evaluación adaptados a cada grupo de alumnos de acuerdo a su edad y a su nivel de desarrollo psicomotrices.

4.1. LA EVALUACIÓN EN CULTURA FÍSICA

Según el “Manual del Educador”, ediciones Parramón, manifiesta que, Las nuevas corrientes educativas intentan preparar a individuos autónomos capaces de aprender por si mismo, obligando a la adecuación de planes y programas a situaciones significativas que aseguren el progreso a situaciones de cada uno. Desde esta perspectiva la evaluación también adquiere una nueva dimensión, que supera la mera recogida de datos, para ponerse al servicio del alumno. La evaluación en el área de cultura física cuenta con una serie de peculiaridades. Por ejemplo, no está directamente vinculado a los logros profesionales, como pueden estarlo en las demás áreas; su carácter vivencial obliga a quien esté muy ligada a la búsqueda del disfrute, utilizando la actividad como medio de transmisión de los contenidos. La cultura física se justifica por su carácter funcional, compensatorio, higiénico y por los aspectos formativos de la personalidad del individuo. Estas características representan un inconveniente a la hora de normalizar, de estandarizar contenidos, niveles y criterios. La finalidad de la evaluación supone un aspecto crucial, determina las informaciones que son adecuadas para evaluar los criterios que se toman como puntos de referencia y los instrumentos básicos que se han de utilizar. (Pág. 563 – 564).

4.2. LA EVALUACIÓN DEL ALUMNO

Dado que las capacidades motrices del individuo, en una consecución integrada, no puede dissociarse del resto de las capacidades, es responsabilidad del área de educación física evaluar tanto los comportamientos del ámbito cognitivo, afectivo, social y motriz. Según el “Manual del Educador”, ediciones Parramón, considera tres aspectos:

a) Ámbito cognitivo

Se evalúa los conocimientos que el alumno ha ido adquiriendo en el proceso de enseñanza- aprendizaje, y que en el futuro le capacitarán para ganar sus propias actividades físicas, estos conocimientos son:

- Conocimientos sobre las finalidades de la educación física.
- Conocimientos sobre los contenidos de la educación física.
- Conocimientos sobre los diferentes elementos técnico- tácticos o reglamentarios de los deportes y actividades realizadas.
- Conocimientos sobre los efectos de la actividad física en el organismo.

b) Ámbito afectivo.

Trata aquellos aspectos de la persona que afectan a su estado emocional y afectivo, por ejemplo:

- Capacidad de autocontrol.
- Actitud frente a diferentes situaciones.
- Disposición favorable hacia las actividades físicas.
- Valores y normas.

c) Ámbito social.

Evalúa la capacidad del individuo de integrarse socialmente, de relacionarse con sus compañeros y colaborar en las tareas de grupo, así tenemos:

- Nivel de participación en diversas actividades de grupo.

- Cualidades de organización y liderazgo.
- Capacidad de cooperación y aceptación de las decisiones del grupo.

d) Ámbito motriz.

El aspecto motriz es propio de la cultura física. Mostramos el modelo que representa la universidad de Labal (1990), que se compone de tres conjuntos:

- Los cimientos de la motricidad formados por las “estructuras” (dotación biológica del hombre): perceptivas, orgánicas y morfológicas.
- Sobre ellas y como resultado directo aparecen las “cualidades físicas” (parámetros fisiológicos, biomecánicos y energéticos): orgánicas, oculares y perceptivo- cinéticas.
- El tercer nivel lo ocupan las “operaciones cinéticas” que reúnen la totalidad de los comportamientos motores cuya clasificación depende del punto de vista de los que la propone. (Pág. 565 – 566).

4.2.1. EVALUACIÓN DE LAS PRÁCTICAS ATLÉTICAS EN EL PLANTEL.

Luego de los seminarios de capacitación se incentivó a los directivos, maestros y alumnos para realizar una serie de prácticas con los niños en los campos atléticos señalados en el capítulo correspondiente, tomando en cuenta los siguientes aspectos:

- A. La evaluación se realizará antes, durante y después del proceso de interaprendizaje.
- B. Hay que priorizar la calidad a la cantidad de los cambios logrados por el estudiante.
- C. Cantidad y calidad estarán relacionados, pero pueden ser observados en forma separada. Por ejemplo: la correcta ejecución de un lanzamiento (calidad) o el número de aciertos logrados (cantidad).
- D. Para facilitar la evaluación se considera, para el proceso la calidad y para el producto, la cantidad.

La evaluación del proceso, por ejemplo en el lanzamiento de la pelota, se debe tomar en cuenta la fuerza, agilidad, rapidez, esfuerzo. En la evaluación de producto en el lanzamiento de la pelota se deberá medir la distancia.

4.2.2. LA CALIFICACION

Para facilitar la tarea del maestro se mencionan cuatro niveles que permiten mayor objetividad en la asignación de la calificación de los estudiantes.

Se recomienda utilizar la escala de 5 a 1 con las siguientes equivalencias:

5	=	Sobresaliente	(20-19)
4	=	Muy Buena	(18-16)
3	=	Buena	(15-14)
2	=	Regular	(13-12)
1	=	Insuficiente	(11- o menos)

Para otorgar la nota final se considera la escala oficial de 1 a 20. Esta escala puede ser aplicada luego de su conversión, en los niveles de dificultad. Ejemplo:

Nivel 1: Dos calificaciones.

Nivel 2: Cuatro calificaciones.

4.2.3. EJEMPLO DE EVALUACIÓN GENERAL APLICANDO EL NIVEL 2.

Categorías	Comportamiento	Progreso	Rendimiento	Conocimiento	Total
Alumnos		Motor	Motor	y Creatividad	
Jorge A.	3	4	5	4	16
Miriam B.	5	2	1	3	11
Galo C.	4	3	2	3	12
Sonia D.	5	4	2	4	15
Total	17	13	10	14	

4.3 PLAN DE SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN A DOCENTES DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA Y DE GRADO DE LA ESCUELA JUAN MONTALVO.

Primer Trimestre

Actividades	Fecha	Tiempo
Dialogar a cerca de la historia del atletismo	12 Junio 2006	45'
Mediante una cartelera dar a conocer las reglas fundamentales del atletismo	13 Junio 2006	45'
Explique sobre carreras de velocidad: salida, la carrera y la llegada	14 Junio 2006	45'
organice competencias de velocidad	15 Junio 2006	45'
Explique las carreras de relevos. Realice circuitos de relevos	16 Junio 2006	45'

Segundo Trimestre

Actividades	Fecha	Tiempo
Realice carreras de resistencia. Dialogue sobre el ritmo y pulso	22 Octubre 2006	45'
Mediante ejercicios de flexibilidad, extensión, flexión realice la técnica del salto largo	23 Octubre 2006	45'
Con cuerdas practique con los alumnos el salto alto	24 Octubre 2006	45'
Con juegos organice la ejecución del salto largo y salto alto	25 Octubre 2006	45'
Explique la técnica de lanzamiento a distancia y precisión.	26 Octubre 2006	45'

Tercer Trimestre

Actividades	Fecha	Tiempo
Organice una cartelera en donde explique las disciplinas vistas en los temas anteriores	20 Enero2006	45'
Explique en que consiste el triatlón	21 Enero2006	45'
Organice competencias de triatlón	22 Enero2006	45'
Organice las unidades didácticas considerando al atletismo como un deporte fundamental en el desarrollo de los educandos	23 Enero2006	45'
Distribuya el plan de clase motivando al alumno a participar activamente	24 Enero2006	45'

4.4 PLAN DE SEGUIMIENTO Y AVALUACIÓN A LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA JUAN MONTALVO

Primer Trimestre

Actividades	Fecha	Tiempo
A través de cuestionario explica la historia del atletismo	13 Julio 2006	45'
Realiza gráficos en donde se distingan las reglas fundamentales del atletismo	4 Julio 2006	45'
Participar en la práctica de las carreras de velocidad, con entusiasmo	5 Julio 2006	45'
Se organizan y se preparan físicamente para participar en competencias de carreras de V.	6 Julio 2006	45'
Tomar el pulso antes y después de una carrera	7 Julio 2006	45'

Segundo Trimestre

Actividades	Fecha	Tiempo
Participar en carreras de resistencia y comparar su rendimiento con otros compañeros	4 Noviembre 2006	45'
Realizar salto largo aplicando técnicas	5 Noviembre 2006	45'
Participar en juegos en donde se realice salto alto	6 Noviembre 2006	45'
Competición, participación de saltos	7 Noviembre 2006	45'
Demostrar la técnica de lanzamiento y comparar con los demás	8 Noviembre 2006	45'

Tercer Trimestre

Actividades	Fecha	Tiempo
Recordar y realizar actividades de las disciplinas ya estudiadas	2 Febrero 2007	45'
Participar en las pruebas de triatlón	3 Febrero 2007	45'
Participar en competencias de triatlón	4 Febrero 2007	45'
Se encuentran motivados en la práctica de atletismo	5 Febrero 2007	45'
Constaste un formulario de preguntas acerca de las reglas fundamentales del atletismo	6 Febrero 2007	45'

4.5 LA COEVALUACIÓN

4.5.1 TESTS APLICADO A 6 MAESTROS DE LA ESCUELA “JUAN MONTALVO”

Instructivo:

Las siguientes preguntas son referentes al desarrollo del atletismo en la escuela “Juan Montalvo”.

Lea detenidamente y marque con una x el casillero que corresponda a la respuesta que usted considere correcta.

1.- El apoyo que la institución brinda a la práctica del atletismo es:

Buena Mala Regular

2.- ¿Cómo calificaría usted el campeonato interno de la escuela?

Buena Mala Regular

3.- Luego de los seminarios de capacitación sobre atletismo; ¿Los alumnos tienen un conocimiento?

Buena Mala Regular

4.- La interacción padres de familia, alumnos – maestros en la practicaba de esta disciplina es:

Buena Mala Regular

5.- La motivación que reciben los alumnos por parte de los maestros es:

Buena **Mala** **Regular**

6.- Los recursos con los que cuenta la institución para el desarrollo del es:

Buena **Mala** **Regular**

7.- Los profesores especializados que se han contratado cumplen con las expectativas educativas de manera:

Buena **Mala** **Regular**

4.5.2 TEST COEVALUACIÓN A LOS ALUMNOS

Tests aplicado a 24 alumnos que participaron en el campeonato interescolar de la Escuela “Juan Montalvo”.

Instructivo:

Las siguientes preguntas se refieren al atletismo en la escuela “Juan Montalvo”
Leer detenidamente y marcar con una x el casillero correspondiente a la respuesta adecuada.

1.- ¿Síntesis que la escuela apoya la práctica del atletismo?

Mucho **Poco** **Nada**

2.- ¿Te gusta el Atletismo?

Mucho **Poco** **Nada**

3.- Los padres apoyan la práctica de este deporte

Mucho **Poco** **Nada**

4.- ¿Los maestros motivan a los alumnos en el atletismo?

Mucho **Poco** **Nada**

5.- ¿La escuela tiene implementos deportivos para el atletismo?

Mucho **Poco** **Nada**

**TABULACION DE RESPUESTAS DEL TEST APLICADO A MAESTROS DE LA ESCUELA JUAN MONTALVO
COEVALUACION**

N° de encuestados	P R E G U N T A S																				
	El apoyo que la institución da a la práctica del atletismo es			Cómo calificaría usted el campeonato interescolar de la escuela			Luego de los seminarios de capacitación en el atletismo. Los alumnos tienen conocimiento			La interacción padres de familia-alumnos-maestros en la práctica de esta disciplina es			La motivación que reciben los alumnos por parte de los maestros es			Los recursos de la institución para el desarrollo del deporte son			Los profesores especializados contratados cumplen con las expectativas de forma		
	1			2			3			4			5			6			7		
	Bueno	Malo	Regular	Bueno	Malo	Regular	Bueno	Malo	Regular	Bueno	Malo	Regular	Bueno	Malo	Regular	Bueno	Malo	Regular	Bueno	Malo	Regular
6	4	1	1	5		1	6			3	1	2	5		1		1	5	5		1
	4	1	1	5		1	6			3	1	2	5		1		1	5	5		1

4.6 HETERO EVALUACIÓN

TESTS APLICADO A 6 MAESTROS DE LA ESCUELA FISCALES QUE PARTICIPARON EN EL CAMPEONATO INTERESCOLAR DE ATLETISMO DEL CANTÓN PASAJE.

Instructivo: Conteste las siguientes preguntas sobre el rendimiento de la escuela “Juan Montalvo” en el interescolar.

Marque con una x el castillo que corresponda a la respuesta que usted considere correcta.

1.- El interés que su institución pone en el atletismo es:

Buena **Mala** **Regular**

2.- Según su criterio la participación de la escuela “Juan Montalvo en el interescolar fue:”

Buena **Mala** **Regular**

3.- Considera que la preparación técnica y táctica de los alumnos Montalvinos fue

Buena **Mala** **Regular**

4.- La interacción de la comunidad educativa Montalvina en el campeonato fue:

Buena **Mala** **Regular**

5.- La organización del campeonato interescolar a cargo de la escuela “Juan Montalvo fue:”

Buena **Mala** **Regular**

TABULACION DE RESPUESTAS DEL TEST APLICADO A MAESTROS DE DE OTRAS ESCUELAS QUE PARTICIPARON EN EL INTERESCOLAR

N° de encuestados	P R E G U N T A S														
	El interés que su institución pone en el atletismo es			Según su criterio la participación de la escuela J.M. en el interescolar fue.			Considera que la preparación técnica y táctica de los alumnos Montalvinos fue			La interacción de la Comunidad Educativa Montalvina en el Campeonato fue			La organización del campeonato interescolar a cargo de la escuela J.M. fue		
	1			2			3			4			5		
	Buena	Mala	Regular	Buena	Mala	Regular	Buena	Mala	Regular	Buena	Mala	Regular	Buena	Mala	Regular
6	4	1	1	4		2	4		2	3	1	2	3	1	2
	4	1	1	4		2	4		2	3	1	2	3	1	2

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Después de haber realizado el trabajo de campo mediante las observaciones espontáneas, encuestas, diálogos con directivos y contrastado con la investigación bibliográfica, se ha llegado a las siguientes conclusiones.

CONCLUSIONES

En la Escuela Juan Montalvo, si bien existe un nivel positivo de motivación a los estudiantes para la práctica del Atletismo, pero se evidencian otras dificultades, por varias razones, entre ellas, la falta de campeonatos internos, insuficiente implementación deportiva y espacios acordes a las necesidades de desarrollo físico de los alumnos, escasos recursos económicos para apoyar en este aspecto.

Se admite las pocas oportunidades de capacitación que tienen los docentes en el área de Atletismo. Falta implementación deportiva adecuada y espacios acordes a las necesidades de desarrollo físico de los alumnos

Se evidencian distintos criterios entre maestros, padres de familia y alumnos sobre algunos aspectos, lo que da lugar a algunas contradicciones.

Al no existir un programa sistemático o una Propuesta Metodológica para el desarrollo del Atletismo en la Escuela, se requiere potenciar esta disciplina deportiva.

La formación integral de la niñez contempla, a más de la preparación intelectual, un conjunto de prácticas deportivas que ayudan al desarrollo armónico de su área física y psicomotriz. Este proceso debe estar fundamentado debidamente en bases teóricas y procesos pedagógicos aplicados en forma metódica, secuencial y técnica. Para obtener mejores resultados, estas iniciativas deben contar con todos los elementos de la comunidad educativa, alumnos, docentes, padres de familia y comunidad circundante.

RECOMENDACIONES

En la medida de lo posible, la comunidad educativa se deberá gestionar ante las entidades estatales y privadas la implementación deportiva adecuada y espacios acordes a las necesidades de desarrollo físico de los alumnos.

Es pertinente motivar a los docentes, niños y padres de familia para que apoyen todas las iniciativas válidas en lo que al deporte escolar hace referencia. Para ello, se puede difundir un calendario de campeonatos internos en los distintos deportes, poniendo énfasis en el atletismo, considerado como el deporte básico.

Las autoridades del Plantel deben dar facilidades y exigir periódicamente a los docentes que asistan a cursos, seminarios y eventos de actualización en el área de Cultura Física, Deportes y Recreación

Se sugiere aplicar una Propuesta Metodológica de carácter piloto para activar el Atletismo en la Escuela Juan Montalvo, siguiendo un cronograma de seminarios, talleres y eventos prácticos con la activa participación de maestros, alumnos y padres de familia, empleando técnicas participativas.

BIBLIOGRAFIA

- CULTURAL S.A. “Pedagogía y Psicología Infantil”, España, 2003
- CULTURAL S.A. “Gran Enciclopedia de los Deportes. Ediciones Parra, Madrid España 2002
- DE SUBIRÍA, Julián “Los Modelos Pedagógicos”, Serie Como Aplicar la Reforma Curricular, Edit. Susaeta, Quito, 1995
- Dick Frank W, “Principios de Entrenamiento Deportivo”, Editorial Paidotribo, Barcelona España.
- DINACAPED “Fundamentos Psicopedagógicos del Proceso de Enseñanza Aprendizaje”, Quito 1992.
- DOLLE, Jean “Para comprender a Jean Piaget” Editorial Planeta. Madrid – España, 1988.
- EDICONES HYMSA. “Estar en forma” Tomo 2, Barcelona España, 1996
- GARDNER, Howard “La Teoría de las Inteligencias Múltiples”, Trabajo preparado por Grety González Quito, 2001
- GESELL, Arnold. “Psicología evolutiva, Edt. Paidós, México, 1992
- FORTEZA DE LA ROSA, Armando “Bases Metodológicas del Entrenamiento Deportivo” Editorial Científico Técnico, La Habana- Cuba 1998
- HARTWIN Steiner “Entrenamiento de la Condición Física”
- MORÁN, Francisco “Metodología de la Investigación”, Edt. Nueva Luz, Guayaquil, 2000
- MEHRENS, William "Psicología Educativa", Biblioteca de LEHMANN, Irving Psicología Educativa México.1996
- M. E. C DEL ECUADOR " Didáctica y Metodología de la Unidades 2", Convenio Ecuatoriano-Alemán, Quito, 1988
- M. E. C. DEL ECUADOR. " Educación Física Nivel Primario", Convenio Ecuatoriano-Alemán, Quito, 1988
- OCEANO "Manual de la Educación", Barcelona 2000
- OCEANO. " Enciclopedia Práctica de la Pedagogía " Barcelona, 1981
- PARRAMON " Manual del Educador". Tomo IV. Barcelona, 2001
- SEGOVIA BAUS, Fausto. "Manual de Recreación Educativa," Edit. Don Bosco, Ecuador, 1976.

ANEXOS

ANEXOS

NORMAS GENERALES PARA LAS COMPETENCIAS DE ATLETISMO ESCOLAR ADAPTADAS DEL REGLAMENTO INTERNACIONAL POR LA DIRECCIÓN NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN (DINADER).

Art. 1.

La enseñanza y la práctica del Deporte Escolar son de carácter educativo, recreativo y social, se regirán por los planes y programas del Ministerio de Educación y Cultura, y los reglamentos de orientaciones impartidas por **DINADER**.

Art.2.

Para las competencias Deportivas Escolares se tomar en cuenta las siguientes disposiciones:

El Atletismo Escolar tiene por objeto adiestrar al escolar en las diversas pruebas de carreras, saltos y lanzamientos, capacitándolos en las valencias de velocidad, agilidad, elasticidad y destreza, a la vez proporcionar el mayor número de oportunidades para la práctica de las actividades que mejor se adapten a sus condiciones anatómicas, funcionales y aptitudes motoras.

Art.3.

Oficiales.- Todas las Competencias Escolares tendrán los siguientes miembros oficiales:

- a.- El Director
- b.- El Secretario
- c.- Director Técnico
- d.- Jurado de Apelación
- e.- Árbitros, Jueces y Cronometristas.

Art.4.

Funciones.- Los organizadores tienen la facultad de variarlas si las circunstancias locales así lo requieren.

a. El director

Tendrá a su cargo el certamen y será el responsable del correcto desarrollo del Programa. Observar si todos los oficiales se han presentado para cumplir su misión y si fuese necesario designar reemplazos, y dispondrá que solo se permita la permanencia en la zona de las competencias a las personas autorizadas.

b. El secretario

Ser responsable de preparar toda la papelería técnica y el manejo de implementos deportivos.

c. El director técnico

Actuar directamente bajo las órdenes del Director del certamen y tendrá la responsabilidad de velar para que el escenario en donde se realiza el torneo esté debidamente preparado; que todo el material atlético responda a las especificaciones reglamentarias y se encuentren disponibles las planillas de resultados y tiempos.

d. Jurado de apelación

Estar integrado por tres personas, serán designadas por el Congresillo Técnico. ""
La función principal del Jurado de Apelación será analizar los reclamos formulados u otra cuestión asignada durante el desarrollo del certamen y se acudir a él para su decisión.

e. Árbitros, jueces y cronometristas

Estos serán designados por los organizadores los que serán responsables del control técnico de las competencias.

1. EL ARBITRO.- Decidir sobre el terreno, cualquier protesta u objeción sobre la conducta de los competidores, con la facultad de disponer la anulación de una

prueba en cuestión y de hacerla repetir el mismo día o en fecha posterior si la solicitud lo amerita.

2. LOS JUECES.- Los organizadores del certamen nombrarán los jueces de la competencia. Los jueces de llegada deben actuar desde un mismo lado de la pista y decidirán el orden en que finalicen los corredores y en caso de no llegar a una decisión, someterán a conocimiento del jefe de Jueces. En las pruebas de campo deberán juzgar, medir y registrar cada ensayo de las competencias en que el resultado se determine por altura o distancia.

3. LOS CRONOMETRISTAS.- Se establecerán dos métodos de cronometraje, los que se les conocerán como oficiales:

- El manual
- El electrónico

Se asignar un mínimo de dos cronometristas oficiales por participante (ideal o de acuerdo a las circunstancias) cada cronometrista actuar independientemente sin indicar su reloj ni discutir su tiempo con ninguna otra persona, en caso de no poder llegar a una decisión el Jefe de Cronometristas decidir el tiempo examinado los relojes para verificar los resultados.

Art. 5.

Las actividades Artéticas Escolares que deben realizarse tanto en varones como en mujeres de hasta doce años son:

- a. Carrera de velocidad 60 m planos
- b. Salto largo
- c. Salto alto :
- d. Lanzamiento a distancia con pelota de tenis .
- e. Carrera de resistencia 2.000 m
- f. Relevos 6 x 60 m
- g. Triatlón individual y por equipos, con las pruebas de: carrera de velocidad 60 m planos, salto largo y lanzamiento de pelota de tenis a distancia.

Art. 6.

Las carreras de velocidad de 60 m planos se realizan en carriles de 1,22 m de ancho. La partida se hará desde la posición baja a las voces de: (en sus marcas", listos, "ya") o utilizando preferentemente el disparo de una pistola de fogueo.

En todas las carreras disputadas por andariveles cada competidor deber permanecer en el andarivel que le fuere asignado. Esto es aplicado a cualquier tramo de una carrera que se realice por andariveles.

Ningún participante recibirá asistencia alguna de personas durante el desarrollo de una competencia -- "ASISTENCIA" incluye la comunicación de consejos o información a un atleta por cualquier medio o modelo.

Si un competidor está inscrito a la vez en una o dos pruebas que se realicen simultáneamente, los jueces podrán permitirle realizar sus intentos en orden diferente al establecimiento antes de iniciarse la y, competencia.

Se harán rondas preliminares, (series) en que las pruebas que el número de competidores sea demasiado grande como para permitir que la carrera sea conducida satisfactoriamente en una única rueda (final directa).

Art. 7

Para el salto alto se utilizar el saltímetro, la altura inicial se determinar antes de iniciar la competencia de común acuerdo con los entrenadores.

Art. 8.

La prueba de salto largo se ejecutar sobre la fosa de saltos adecuada para el efecto. La zona de pique c, estará a 1,50 m del borde anterior de la fosa. La zona de pique tendrá una longitud de 0,80 m, dividida en tres segmentos marcada as: 0,30 m, 0,20 m tabla y 0,30 m.

Art. 9.

El lanzamiento en distancia, se ejecutará con la pelota oficial de tenis, con o sin impulso desde un andarivel de 4 m de ancho que termina en un arco de círculo trazado con un radio de 8 m. La medición de lanzamiento se hará desde la huella más

cercana dejada por la pelota en la zona de caída, hasta la parte exterior de la línea de lanzamiento.

Art. 10.

La carrera de resistencia se efectuará en una distancia de 2.000 m. Para esta prueba la salida deberá ser la alta.

Para la carrera de relevos de 6 x 60 m las zonas de relevos serán de 20 m; debiendo efectuar el primer participante la salida baja.

Art. 12

El triatlón es una prueba múltiple en la cual el deportista ejecuta 3 actividades: Carrera de velocidad 60 m planos, salto largo y lanzamiento de pelota de tenis en distancia.

En el triatlón individual el registro de puntos se realizará sumando los puntajes de las 3 actividades realizadas por cada deportista.

En el triatlón por equipos el registro de puntos se realizará sumando los totales de los tres mejores puntajes de cada equipo.

Art. 13.

Para la realización de las actividades se tomará en cuenta lo siguiente:

- a. Todos los atletas deberán presentarse debidamente uniformados y llevarán los números correspondientes en el pecho y la espalda de su camiseta. El atleta que no lleve los números no podrá participar en la competencia aunque estuviere legalmente inscrito.
- b. Cada Plantel Educativo debe inscribir el número de atletas señalado por la respectiva comisión técnica.
- c. Cada participante podrá intervenir máximo en dos pruebas, pudiéndolo hacer en dos individuales o una individual y una colectiva.
- d. Todo aquello que no está contemplado en estas disposiciones se sujetará al Reglamento Internacional de Atletismo,

Comentario.- Las pruebas señaladas en los artículos No. 4 y 11 pueden ser cambiadas de conformidad a lo que establece el capítulo de Actividades Extracurriculares que se sugiere en este documento sin perjuicio de entorpecer el desarrollo de estos eventos que deben ser el resultado de lo aprendido en las clases regulares de Cultura Física.

ANEXO

TEST APLICADO A LOS DOCENTES DEL AREA DE CULTURA FISICA Y DE GRADO

Como evaluación de la primera semana de capacitación.

Tema: EL ATLETISMO.

Instructivo: Marque con una X el casillero que corresponda a la respuesta que usted considere correcta.

1.- El Atletismo es un deporte que se compone de:

- a.- Una disciplina
- b.- Varias disciplinas
- c.- Dos disciplinas

2.- El Atletismo es una actividad física compuesta por acciones naturales como:

- a.- Roles
- b.- Carrera, lanzamiento y salto
- c.- Otras

3.- El Origen del Atletismo se situa en:

- a.- Atenas
- b.- Atlanta
- c.- Grecia

4.- La Institución Internacional que regula este deporte es:

- a.- AAF
- b.- UEA
- c.- UEFA

5.- En las carreras de relevos participan:

- a.- Dos Alumnos
- b.- Cuatro a seis alumnos
- c.- Un alumno

6.- Los Lanzamientos a nivel escolar se realizan con:

- a.- Bala
- b.- Pelota de tenis
- c.- Pelota de Ping Pong

7.- Los Saltos son pruebas de:

- a.- Pista
- b.- Campo
- c.- Ninguna

8.- Cuantas disciplinas comprende el Triatlón:

- a.- Cinco disciplinas
- b.- Tres disciplinas
- c.- Ninguna.

PUNTUACION

Anote un punto por cada respuesta correcta como se detalla en el siguiente cuadro:

Nº PREGUNTA	a	b	c
1	0	1	0
2	0	1	0
3	0	0	1
4	1	0	0
5	0	1	0
6	0	1	0
7	1	0	0
8	0	1	0
Total	2	5	1

TABULACION DE RESULTADOS

MAESTROS	a	b	c	Puntuación
1. César Astudillo	2	5	1	8/8
2. Nancy Saltos	2	4	1	7/8
3. Olga Vega	1	5	1	7/8
4. Leoncio Aguirre	2	5	1	8/8
5. Jorge García	2	4	1	7/8
6. José Castro	2	5	1	8/8
7. José Fárez	2	5	1	8/8
Total	13	33	7	53/56

EVALUACIÓN

INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.

En la primera semana del seminario de capacitación en atletismo para los maestros se ha obtenido un porcentaje de 94% de asimilación del contenido del tema; lo que de muestra que se ha desarrollado correctamente las estrategias de enseñanza-aprendizaje.

ANEXO

Nómina de las Escuelas que participarán en el Campeonato Interescolar de Atletismo del Cantón Pasaje.

1. Escuela Fiscal Mixta Vicente Rocafuerte.
2. Escuela Fiscal Mixta Ciudad de Pasaje.
3. Escuela Fiscal Mixta Rogelio Zamora.
4. Escuela Fiscal Mixta John F. Kennedy.
5. Escuela Fiscal Mixta Juan Montalvo.
6. Escuela Fiscal Mixta Manuela Cañizares.
7. Escuela Fiscal Mixta Alejandro Campoverde.
8. Escuela Fiscal Mixta Abdón Calderón.
9. Escuela Fiscal Mixta Isaac Encalada.
10. Escuela Fiscal Mixta Zulima Vaca.
11. Escuela Particular Santísimos Corazones.
12. Unidad Educativa Particular Bilingüe Popeye.
13. Liceo Particular Bilingüe Ángel Balamero Nagua.
14. Escuela Particular Bilingüe Nuevo Milenio.
15. Escuela Particular Bilingüe Alborada.
16. Escuela Particular Mixta Chiquilladas.
17. Escuela Particular Mixta Pelusín.
18. Escuela Particular Mixta Juan XXIII.
19. Escuela Particular Manuel Mayalita.

Selección de los Alumnos que participaron en el Interescolar de Atletismo.

Al realizar las pruebas físicas a los alumnos se tomará como referencia primordial la edad, talla y peso.

Es importante capacitar al alumno tanto en el aspecto físico y psicológico, ya que su organismo debe preparar a los cambios de adaptación que condicionaron el performance del Atleta.

La Escuela Fiscal Mixta Juan Montalvo fue nominada a ser sede de las Jornadas de Atletismo Escolar en el periodo 2006-2007, la misma se encargó de una excelente organización que motivó la participación de las diferentes escuelas del Cantón Pasaje.

Del 12-14 de Junio se realizó un congresillo de Atletismo que fue dirigido a profesores de Cultura Física capacitándolos para un mejor desarrollo del Campeonato Escolar.

Del 19-27 de Junio se realizó el Campeonato de Atletismo a partir de 8:00am hasta 13:00pm respectivamente.

La Escuela Juan Montalvo participó con 24 alumnos divididos 12 alumnos para la categoría Sub. 10 y 12 alumnos para la categoría Sub. 12.

➤ Los Alumnos que participaron fueron:

Categoría Sub. 10

- 1) Bryan Cornejo
- 2) Kevin Orozco
- 3) Pedro Noblecilla
- 4) Víctor Pesantez
- 5) Patricio Pérez
- 6) Alexander Sánchez
- 7) Jean Carlos Toral
- 8) Leiver León
- 9) Ríos Geraldly
- 10) Manuel Ramos
- 11) Kevin Calle
- 12) Torres Paúl

Categoría Sub. 12

- 13) Fernández Richard
- 14) Macas Aron
- 15) Mendieta Efrén
- 16) Carlos García
- 17) Pedro Gorotiza
- 18) Murillo Juan
- 19) Sacon Freddy
- 20) Sarmiento Pedro
- 21) Jaime Angulo
- 22) Josué Carrión
- 23) Freddy Duran
- 24) Gonzales Lisseth

ANEXO

FOTOGRAFIAS

ALUMNOS DEL QUINTO AÑO DE EDUCACION BASICA DE LA ESCUELA "JUAN MONTALVO" EN PRACTICAS DE CARRERAS DE VELOCIDAD

1. EN SUS MARCAS



2. LISTOS



3. FUERA

