Benemérita Universidad Autónoma de Puebla

Facultad de Cultura Física

LOS JUEGOS AUTÓCTONOS Y TRADICIONALES COMO UNA ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA LA MEJORA DE LA COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL EN ALUMNOS DE 10 A 11 AÑOS DE LA ESCUELA PRIMARIA PROFESOR RUBÉN MOREIRA COBOS, T.M., DURANTE EL CICLO ESCOLAR 2013-2014.

Tesis para obtener grado de

Maestro en Educación Física y Deporte Escolar

Presenta:

L.E.F. Martha Beatríz Meléndez Martínez

Directores:

MC. Rodrigo Iván Aguilar Enríquez.

MC. Andrea Flores Flores.

Puebla, Pue. Octubre 2015

BUAP

Oficio No. 2196/2015

CP. José Juan Morales Rodríguez
Director de Administración Escolar
P R E S E N T E.

Reciba un cordial saludo, a la vez solicito atentamente la expedición del acta de examen profesional de Maestría, del alumno ***Martha Beatriz Meléndez Martínez,*** *matricula* ***212471479*** *quien realizará su examen profesional con la tesis* ***"Los Juegos Autóctonos y Tradicionales como una estrategia didáctica para la mejora de la coordinación óculo manual en alumnos de 10 a 11 años de la escuela Primaria Profesor Rubén Moreira Cobos T.M., durante el ciclo escolar 2013-2014 "*** *el día* ***10 de Octubre a las 11:00 horas****, con los siguientes jurados:*

Presidente	*Mtra. Elizabeth Suárez Castillo*
Secretario	*Mtra. Verónica Elena Teutle Cervantes*
Vocal	*MC. Rodrigo Iván Aguilar Enríquez*
Vocal	*MC. Andrea Flores Flores*

Sin otro particular, quedo de usted.

Atentamente
"Pensar bien, para vivir mejor"
H. Puebla de Z., a 3 de Octubre del 2015

P.A.

MC. Luis Enrique López de la Rosa
Secretario de Investigación y Estudios de Posgrado

BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA · 1578 · FACULTAD DE CULTURA FÍSICA SECRETARÍA DE INVESTIGACIÓN Y ESTUDIOS DE POSGRADO

c.c.p. Archivo
*LELR*aff*

Facultad de Cultura Física
Av. San Claudio s/n esq. 24 sur,
Ciudad Universitaria,
Puebla, Pue. C.P. 72570
01 (222) 229 55 00 Ext. 7111

DEDICATORIA

Todo llega, todo pasa, todo cambia. Es una premisa real. Hoy por hoy estoy sumamente agradecida y conforme con la vida por todo lo que soy, por todo lo que tengo y por todo lo que represento. Aun me falta mucho por aprender y este camino que di, que estoy dando, me llena de gran satisfacción pues constata que todo lo que me proponga, lo puedo lograr; solo es cuestión de esfuerzo, entusiasmo, disciplina, interés y alejarme de mi zona de confort.

Gracias familia adorada (todos los Meléndez, todos los Martínez) por permitirme ser parte de Ustedes. Gracias Mauricio por soportarme y amarme. Gracias Ángela Beatríz por elegirme y estar conmigo. Gracias a todos los profesores de educación física que he tenido el privilegio de conocer, aprender y admirar. Gracias BUAP por aceptarme. Gracias compañeros y amigos por compartir bellos momentos conmigo. Gracias Martha Beatríz Meléndez Martínez por demostrar que querer es poder. Me amo y amo a todos los de mi alrededor.

Esto es una muestra de mi querer seguir avanzando, de mi querer mejorar el país, empezando desde mi persona, de mi anhelo por ser un gran ejemplo para mi hija, para mis sobrinas, para mis alumnos.

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo brindar una mejora en la coordinación óculo manual de los alumnos de 10 y 11 años de la Escuela Primaria Profesor Rubén Moreira Cobos, en el Distrito Federal, mediante la utilización de juegos autóctonos y tradicionales de México como estrategia didáctica.

Y es que la educación física es vital en la vida del individuo ya que la conciencia del movimiento da pie a diversas y variadas funciones tanto a nivel físico como a nivel psicológico y cognitivo; por tanto, al ser la educación primaria la base de la adquisición de nuevos saberes es necesario dotar de la mayor cantidad de experiencias kinestésicas al alumno para así poder lograr dicha conciencia corporal.

Así, la coordinación óculo manual queda definida, en esta investigación como la capacidad para realizar un movimiento efectivo que involucra al ojo y a la mano. La muestra con la que se trabajo fueron 71 alumnos de 5º, 35 mujeres y 36 hombres, quienes al realizar una evaluación diagnostica presentaron resultados de bajo rendimiento en lo que se refiere a dicha capacidad.

Por lo tanto, el método utilizado fue el de experimento por ser ésta una investigación causal; la metodología ocupada fue la enseñanza y puesta en práctica de ocho juegos tradicionales y autóctonos novedosos e interesantes que a través de su material y reglas lograrán que los alumnos tengan un mejor uso de sus manos y ojos. Y es que el juego, en la edad escolar, es una actividad necesaria e innata que contribuye a adentrarse en el mundo exterior de manera más efectiva y satisfactoria.

A lo largo del ciclo escolar 2013-2014 se constató que la estrategia didáctica de los juegos tradicionales y autóctonos cumplió con el objetivo de mejorar la coordinación óculo manual de los 71 alumnos de 5º que fueron tomados como muestra para dicho trabajo; probando así que la variabilidad de la práctica en la clase de educación física es de suma importancia para consolidar los procesos motrices que los alumnos requieren de acuerdo a las condiciones que el medio reclama

Índice

Capítulo I

1.1 Introducción 1

1.2 Problemas de Investigación 3

1.3 Antecedentes 3

1.3.1 Antecedentes Históricos 3

1.3.2 Antecedentes de la Investigación 7

1.4 Justificación 8

1.4.1 Importancia de la Investigación 8

1.4.2 Aportes 10

1.5 Objetivo de la Investigación 11

1.5.1 Objetivo General 11

1.5.2 Objetivos Específicos 11

1.6 Hipótesis 12

1.6.1 Hipótesis 12

1.6.2 Variables 12

1.6.3 Definición de Trabajo 13

1.7 Marco Contextual 13

Capitulo II

2.1 Marco Teórico 18

2.2 Marco Legal 51

Capitulo III

3.1 Método de la Investigación 53

3.2 Metodología 54

3.2.2 Estrategia Didáctica (VI) 57

3.3 Muestra …….. 66

3.4 Instrumentos …… 66

3.5 Estadística 67

Capitulo IV Análisis de Resultados 68

Capítulo V Conclusiones

5.1 Conclusión (es) 72

5.2 Recomendaciones 73

Bibliografía 74

Capítulo I. Introducción

1.1. Introducción

La educación física en la Educación Básica tiene el propósito de que el alumno proponga soluciones a problemas de tipo cognitivo y sobre todo motriz, al conocer y dominar sus patrones básicos de movimiento en tanto sus habilidades motrices son empleadas con mayor economía y sus posibilidades expresivas le permiten relacionarse de una manera más eficiente.

Actualmente, el enfoque didáctico de la educación física es el Enfoque Global de la Motricidad el cual tiene como sentido que el alumno explore y vivencíe experiencias motrices a fin de contar con individuos críticos, reflexivos, analíticos y propositivos dentro y fuera del ámbito escolar. Específicamente para la edad de 11 años (5º grado) el objetivo es que el alumno domine sus patrones básicos de movimiento (…) en tanto sus habilidades motrices son empleados con mayor economía y sus posibilidades expresivas le permiten mejorar sus relaciones interpersonales. (SEP, Plan de estudios 2011. Educación Básica., 2011)

Así, la clase de educación física tiene que proporcionar un ambiente de aprendizaje dinámico, espontáneo y efectivo para la puesta en práctica de diversas estrategias didácticas que permitan llegar a los objetivos planteados; siempre tratando de dar solución a la problemática específica que los alumnos presenten; en este caso, la coordinación óculo-manual por ser ésta de suma importancia en la consolidación de procesos cognitivos y motrices en el desarrollo del alumno.

Una estrategia didáctica no es otra cosa más que el ¿cómo? para llegar a lo planteado. El juego, entonces, es la estrategia didáctica principal de la cual se vale la educación física para el trabajo con los alumnos, por ser éste una actividad divertida que provoca la ejercitación de alguna capacidad o destreza; es el juego una de las estrategias principales de la clase de educación física que para el caso de esta investigación, se hará énfasis en los juegos tradicionales y autóctonos de México. A saber, dicha estrategia didáctica es

considerada actualmente una herramienta importante para la Educación Básica por contribuir a fomentar y fortalecer los conceptos de interculturalidad y diversidad convirtiendo a la escuela en un espacio donde la pluralidad pueda apreciarse y valorarse como un aspecto cotidiano de la vida.

Dichos juegos nos ayudarán a mejorar la coordinación óculo manual en alumnos de 5º por buscar en este grado el conocimiento y dominio del cuerpo valiéndose de la consolidación de los patrones básicos de movimiento, de la postura, el equilibrio, las sensopercepciones, la espacialidad, la temporalidad y la coordinación.

Lo que quiere decir que cualquier trabajo motriz que implique saltar, desplazarse, lanzar, entre otros, necesita una serie de requerimientos en cuanto a coordinación para que decir que son movimientos eficaces.

Con esta investigación, entonces, se demuestra la obtención de resultados al mejorar la coordinación óculo manual; importante no solo en las actividades de la clase de Educación Física sino en un sinfín de actividades cotidianas que el alumno vive y requiere resolver, dentro y fuera del ambiente escolar.

.

1.2. Problema de investigación.

¿Los juegos tradicionales y autóctonos, utilizados como estrategia didáctica, mejorarán la coordinación óculo manual en los alumnos de 10 y 11 años de la Escuela Primaria Profesor Rubén Moreira Cobos, T.M.?

1.3 Antecedentes

1.3.1. Antecedentes Históricos

La enseñanza de la educación física se caracteriza por impulsar el movimiento intencionado y creativo que permita al alumno desempeñarse óptimamente en cualquier ámbito de la vida cotidiana.

El filósofo Platón definió la educación física como una disciplina cuyos resultados no se limitan solo al cuerpo, sino que pueden proyectarse aún al alma misma.

Si el hombre es una unidad bio-psico-social la educación debe atender esta unidad y no fragmentarla. Este es el concepto de educación que recoge el término “educación integral” que en palabras de G. Hoz, es “aquella que pone unidad en todos los posibles aspectos de la vida de un hombre”, o bien “aquellas que centrándose en un aspecto determinado se dirige a todos los demás”. Han sido muchos en la Historia de la Pedagogía, desde Platón a Rousseau, desde Victorino da Feltre a Pestalozzi y a las teóricas realizaciones actuales los que han argumentado la necesidad de esta educación integral. (SEP, Antologia de Educación Física. Programa Nacional de Carrera Magisterial, 2003)

La educación física ha pasado por distintos enfoques que en su momento, dieron respuesta a las necesidades que la sociedad exigía. Sin embargo, el juego es y ha sido la principal estrategia didáctica de la que se vale la clase para alcanzar los objetivos planteados. El juego entonces siempre se ha presentado como pieza fundamental en la didáctica de la clase de educación física.

Una de las ramificaciones de los juegos es lo que conocemos como juegos tradicionales y juegos autóctonos.

Al respecto, la Federación Mexicana de Juegos y Deportes Autóctonos y Tradicionales indica que:

México es un país multicultural con antecedentes milenarios: los antiguos mexicanos crearon una vasta cultura física equiparable a la griega. El juego fue un elemento común que compartieron todos los pueblos del México antiguo. En él destaca la utilización de pelotas elaboradas de hule, materia prima desconocida hasta entonces en el viejo mundo. A pesar de la aculturación y transculturación, productos de la imposición de la cultura dominante de los conquistadores, los juegos se conservaron en las regiones más apartadas y de difícil acceso, en donde los naturales lograron mantener sus conocimientos en el seno familiar, transmitiéndolos de generación en generación mediante la tradición oral. (Federación Mexicana de Juegos y Deportes Autóctonos y Tradicionales, 2009)

Entre las referencias y los vestigios que existen del juego, están las narraciones de los cronistas del siglo XVI acerca del juego de pelota, así como el conjunto de figurillas asociadas al juego localizadas en el rancho del Opeño, Michoacán, que datan de 1500 años a.C. y también el mural de Tepantitla, Teotihuacán, Estado de México, fechado entre el 200-600 a.C.

En México están registrados 56 grupos étnicos, los cuales cambiaron el curso de su historia a partir del siglo XVI tras la llegada del hombre del viejo continente y la imposición de su cultura. Por medio de hallazgos arqueológicos históricos y etnográficos se sabe que en el México Prehispánico se desarrolló una verdadera cultura sobre la actividad física. Así, se han hallado más de 1500 canchas de juego de pelota alrededor de 1250 zonas arqueológicas (Cantona [Puebla] 25 canchas; Tajìn [Veracruz] 18 canchas).

La Federación, actualmente, ha registrado 155 disciplinas clasificadas por sus características en juegos, deportes y juegos de destreza mental. Por ejemplo:

Juegos	Deportes	Juegos de destreza mental
- **Arco y flecha** - **Control de argolla** - **Corozo** - **Matatena** - **Trompo de cuarta** - **Zancos** - **Zumba** - **Kuaburro**	- Pelota purépecha: de trapo y encendida. - Lucha tarahumara - Rebote a mano con pelota dura - Pelota tarasca - Ulama de cadera - Carrera de arihueta	- Pitarra - Patoli - Quince tarahumara - Chillillo - Jun-jun

Por su parte, la Comisión Nacional del Deporte (CONADE) retoma el tema del juego tradicional para incidir en la revaloración de los juegos tradicionales para dar prioridad a las capacidades físicas de los alumnos y así incidir en el desarrollo multilateral de patrones motores y mentales. (CONADE, 2003)

Por otro lado desde el año 1990, con el Programa Motriz de Integración Dinámica los conceptos de juegos tradicionales, juegos autóctonos y coordinación (tema central de la presente investigación) comenzaron a formar parte de los contenidos de la educación física.

El beneficio de mayor trascendencia que el desarrollo de las capacidades coordinativas aporta al individuo, como resultado de la amplia y variada estimulación perceptivo motriz, es la favorable repercusión que ejercen en la personalidad del educando, al proporcionarle confianza y seguridad en lo que piensa, lo que siente y lo que hace, permitiéndole una visión más amplia de lo que sus potencialidades motrices representan. La expectativa puramente deportiva, es rebasada y puede ser utilizada con responsabilidad siempre a favor de su salud, su medio ambiente y su relación social. (DGEF, 1994)

Hahn, E (1988) citado por (Caminero, 2010), hace un recorrido sencillo y claro de la evolución de la coordinación motriz desde el nacimiento hasta la madurez:

- En la fase entre el nacimiento y el cuarto año, el desarrollo de las cualidades decide sobre la calidad del comportamiento motriz. La mayoría de las perturbaciones coordinativas se inician en esta fase. El repertorio de posibilidades crece con los estímulos que le llegan al niño. Por recibir el niño pocos estímulos, determinadas cualidades se forman menos (por ejemplo, la capacidad de ritmo).
- Las mejoras coordinativas experimentan un crecimiento entre los 4 y los 7 años. Las necesidades expansivas, la curiosidad y los impulsos lúdicos exigen cada vez más nuevas formas motoras…
- La etapa escolar da buenas posibilidades para mejorar los rendimientos coordinativos. Los niños en edad escolar <<aprenden a la primera>>. El requisito para ello constituye el nivel evolutivo alcanzado hasta este momento en el sentido cognitivo y sensitivo reflejado por la marcada capacidad de percepción y observación (aprender copiando un modelo). Las capacidades coordinativas tienen su desarrollo más intensivo hasta el inicio de la pubertad, la edad de 11-12 años.
- Con mayor edad, disminuye la disposición para el aprendizaje motriz espontáneo, y cede finalmente a favor de los procesos de aprendizaje más bien racionales, en la adolescencia.

Así, el término psicomotricidad, que engloba los aspectos cognitivos, emocionales y motrices del individuo, empieza a tomar fuerza dentro de los contenidos de la educación física; siendo la coordinación óculo-manual componente de ésta.

1.3.2. Antecedentes de la investigación

La educación física requiere de mucha investigación y profesores empeñados en buscar metodologías nuevas cada día y diseñadas para la población mexicana; ya que mucha bibliografía es extranjera, creyendo que se puede aplicar tal y cual a nuestros alumnos. Se puede tomar principio de varios libros y establecer esquemas de trabajo sin olvidarnos de realizar esos experimentos, buscando ser lo más reales al trabajo cotidiano a fin de integrar buenos trabajos encaminados a la formación integral de los alumnos, siempre a través del movimiento armónico.

.Investigaciones indican que la coordinación óculo manual está ligada con los procesos de lecto-escritura, espacialidad y temporalidad, mismos que son base en el desarrollo armónico del alumno de 10 y 11 años.

En general desde los sistemas perceptivo-motores se enfatiza en la importancia de los procesos visomotores como requisito para la formación de conceptos y del pensamiento abstracto y para los aprendizajes escolares.

Koppitz (1968) considerando que se necesita un cierto grado de madurez en la percepción visomotora para que el niño pueda aprender a leer y escribir. Una parte esencial del completo proceso, involucrado en la lectoescritura es la percepción de relaciones espaciales y organización de figuraciones. Habilidades similares son las que están involucradas en aritmética.

Autores como Fuentes (1999), Valett (1988) y Frostig (1964) sostienen que el aprendizaje cognitivo se construye sobre el aprendizaje visomotor y sugieren que las dificultades en el aprendizaje de la lectura, la aritmética tienen un origen perceptivo visual. De ahí la importancia de destacar el diagnóstico precoz de deficiencias en la percepción visual.

Olga Beredicewski/Neva Milicic (1979) han descrito que, previo al comienzo de la enseñanza de la lectura y la escritura, es necesario que el niño haya logrado un nivel mínimo de madurez de ciertas funciones psicológicas.

Entre las funciones incluidas como básicas para el aprendizaje escolar están la orientación temporal, el logro de la lateralidad definida y aquí específicamente la coordinación visomotora. (Preescolar, 2010).

(Villa, 2010) indica que la evolución de la coordinación en la etapa infantil está ligada con el desarrollo general del alumno o alumna (…). La etapa prepuberal es el mejor momento para que el alumno realice ensayos motrices, ya que el sistema nervioso está más maduro, pudiéndose trabajar mejor los movimientos finos, sobre todo del tipo óculo-segmentario. Al final de esta etapa hay un mayor ajuste, precisión y eficacia.

En la Ciudad de México no existe un programa ni un presupuesto etiquetado para la promoción y preservación de juegos autóctonos y tradicionales. En el Manual de Activación Física Escolar, vigente de 2008 a 2012, se estableció que en primaria y secundaria diariamente se tenía que realizar una actividad física con una duración acumulada de 30 minutos. Los primeros 15 minutos de sesión estarían a cargo de un maestro de educación física y se realizarían al inicio de la jornada escolar, en tanto que la segunda sesión sería impartida por las autoridades educativas, y abarcan alternativas didácticas y físico recreativas, entre ellas los juegos autóctonos. Sin embargo, Gregorio Ramos, presidente de la Federación Mexicana de Juegos y Deportes Autóctonos, comenta que después del 2012 terminó la difusión de los juegos en las aulas. (Crail, 2015).

1.4 Justificación

1.4.1. Importancia de la investigación

La educación física actual necesita docentes que sepan dominar diversas estrategias didácticas a fin de dar cumplimiento con las prioridades que marcan las nuevas tendencias educativas. Así, hablamos de conocer, entender y dominar los planes y programas vigentes que rigen a las escuelas en México para entonces incidir eficazmente en los perfiles de egreso deseados tomando

en cuenta las necesidades particulares de cada centro de trabajo de acuerdo a su contexto social.

Así, la presente investigación tiene como fin incidir en la mejora de la coordinación óculo-manual en alumnos de 10 y 11 años de la Escuela Primaria Rubén Moreira Cobos, turno matutino, en el Distrito Federal; ya que con base en los resultados obtenidos después de la aplicación de un test de estimulación perceptivo motora, la parte de la coordinación óculo manual fue la que presentó los resultados más bajos por encima de lo estipulado en dicha prueba.

Y para la consecución de lo anteriormente citado, se destaca el trabajo basado en juegos tradicionales y autóctonos de México, por ser éstos contenido del Programa de estudio 2011 de educación básica primaria al ser parte de la apreciación, identificación y valoración de la diversidad cultural a lo que sumamos la especificidad del trabajo de la coordinación óculo manual en alumnos de 10 y 11 años, a fin de mejorar ésta; toda vez que dicha capacidad es de suma importancia ya que tiene que ver con los procesos cognitivo-motrices del desarrollo del ser humano que repercuten en el dominio del cuerpo para la facilitación de ciertos patrones de conducta que son requeridos y practicados en la vida cotidiana:

- lateralidad definida
- espacialidad
- adaptación al esfuerzo muscular
- buen desarrollo del equilibrio
- buen desarrollo del esquema corporal
- adecuada coordinación dinámica general
- rasgar
- cortar
- enhebrar
- resolver rompecabezas
- encajar
- colorear
- escribir

- utilizar cubiertos
- recoger y transportar objetos

La importancia de la investigación radica, también, en poder contar con una base fundamentada en la aplicación de ocho juegos tradicionales y autóctonos que nos lleven a lograr una adecuada familiarización y mejora de la coordinación óculo manual, por un proceso enseñanza-aprendizaje, a fin de dar a conocer y demostrar la variedad de movimiento que existe en cada región del país así como darles un tratamiento pedagógico que incida en el desarrollo integral del alumno.

1.4.2. Aportes

La investigación tuvo beneficios en los alumnos de 5º así como en los profesores de grupo al permitirles tener un acercamiento a las diversas estrategias didácticas de la clase de educación física a través de un documento fundamentado en bibliografía e investigaciones referentes a los juegos tradicionales y autóctonos de México y la coordinación óculo-manual, necesaria para las actividades dentro y fuera del aula escolar.

Al mismo tiempo, la investigación brinda una estrategia nueva en el trabajo relacionado a la coordinación óculo manual. La estrategia didáctica no solo se implementó dentro de la sesión de educación física sino que se promovieron durante el tiempo destinado a los programas de Activación Física y de Recreo Activo. Dichos programas, propuestos en el año 2006, son un complemento de los planes y programas vigentes que tienen la finalidad de construir escuelas saludables y seguras en beneficio de la comunidad. La puesta en práctica de circuitos de acción motriz así como de mini-torneos en relación a juegos tradicionales y autóctonos en estos espacios fueron de gran aceptación por parte de los alumnos no sólo del grado en cuestión sino por parte de toda la comunidad que tuvieron la oportunidad de practicarlos.

Por otro lado, se puso en práctica la llamada transversalidad educativa, que no es otra cosa que la relación de la temática de educación física con el resto de

las asignaturas, al ampliar el bagaje cultural del alumno ya que se retoma el Estado al que pertenece: características geográficas, demográficas, culturales, sociales, entre otras. Específicamente se trabajo con español, geografía, historia y educación artística.

Los alumnos tuvieron la oportunidad de utilizar y manipular diversidad de materiales poco comunes lo que les permitió acrecentar sus experiencias sensoriales y motrices.

1.5 Objetivo de la Investigación

1.5.1 Objetivo general

Mejorar la coordinación óculo manual de los alumnos de 10 y 11 años de la Escuela Primaria Profesor Rubén Moreira Cobos, TM, mediante la estrategia didáctica de los juegos autóctonos y tradicionales de México.

1.5.2 Objetivos Específicos

1. Analizar la importancia de la coordinación óculo-manual en la edad escolar.
2. Evaluar la coordinación óculo manual de los alumnos de 5º para observar su comportamiento en dicha capacidad.
3. Promover la práctica de actividad física dentro del programa “recreo activo” en los alumnos.
4. Diseñar un programa con base en juegos tradicionales y autóctonos a fin de proponer nuevas estrategias de mejora de la coordinación óculo manual.
5. Implementar la práctica de los juegos tradicionales y autóctonos
6. Reevaluar la coordinación óculo manual de los alumnos para conocer el desarrollo de la misma.

1.6 Hipótesis

1.6.1. Hipótesis

Si se aplica una estrategia didáctica basada en juegos tradicionales y autóctonos entonces se mejorará la coordinación óculo manual en alumnos de 10 y 11 años de la Escuela Primaria Rubén Moreira Cobos, turno matutino.

1.6.2. Variables

Variable Independiente

Aplicación de la estrategia didáctica basada en juegos tradicionales y autóctonos.

Variables Dependientes

Mejorar la coordinación óculo manual en los alumnos de 10 y 11 años de la Escuela Primaria Rubén Moreira Cobos

Variables Ajenas

- Edad
- Sexo
- Práctica de algún deporte o actividad física extra clase
- Tiempo libre

1.6.3 Definición del trabajo

La presente investigación tratará el conocimiento y práctica de juegos tradicionales y autóctonos de México como estrategia didáctica para mejorar la coordinación óculo manual en alumnos de 10 y 11 años.

Así, queda definida la estrategia didáctica como las formas de las que el docente, en este caso el de educación física, se vale para construir el propio conocimiento de acuerdo al contexto socio-cultural-económico en el que se encuentren él y los alumnos.

Al mismo tiempo, los juegos tradicionales son los juegos que han perdurado de generación en generación mientras que los juegos autóctonos son los referidos a los específicos de una región. Es decir, juegos típicos que los alumnos conocerán, experimentarán y manipularán como parte del incremento del bagaje motor y por ende de sus capacidades coordinativas.

Por tanto, hablar de mejorar la coordinación óculo manual tiene que ver con la capacidad para utilizar simultáneamente las manos y la vista con objeto de realizar una tarea o actividad propia o no, de la clase de educación física. Aunque, evidentemente, la mejora de esta capacidad se verá reflejada en las actitudes y aptitudes de los alumnos dentro del aula de clases así como en las actividades de su vida cotidiana. Es decir, se buscará un incremento de un 80% en relación a los datos obtenidos del primer momento de la investigación.

1.7 Marco Contextual

El contexto es, de acuerdo con (H., 1998), la totalidad de las condiciones que afectan a un individuo en un momento dado, y que forman el cuadro en donde se une algún hecho parcial o experiencia particular.

En cuanto a la zona de ubicación de la escuela primaria Profesor Rubén Moreira Cobos, con clave 09DPR31680, a cargo de la directora Argelia López Matus, se sitúa en Calle 2 no. 149 en la colonia Agrícola Pantitlán en la delegación Iztacalco; una de las colonias más antiguas del Distrito Federal.

En México, Distrito Federal, una de las 16 delegaciones que lo integran es Iztacalco; localizada en la zona centro-oriente limita al norte con la delegación Venustiano Carranza y Cuauhtémoc, al poniente con Benito Juárez, al sur con Iztapalapa y al oriente con el municipio de Nezahualcóyotl en el Estado de México.

Es la delegación más pequeña de las dieciséis que comparten el territorio capitalino, con apenas 23,3 kilómetros cuadrados que albergan una población cercana a los 400 mil habitantes. Se localiza casi íntegramente en lo que fue el Lago de Texcoco.

La población escolar de la Escuela Primaria “Profesor Rubén Moreira Cobos”, turno matutino, se compone de alumnos de familias con diferentes niveles socio-económicos. Los alumnos provienen de familias tradicionales y algunas con características particulares, muchos de ellos son hijos de madres solteras, viven con sus abuelos, tíos, etc.

Así mismo, de acuerdo a una encuesta aplicada a 69 de los 78 alumnos inscritos en 5º, se pudo conocer que:

- 100% de los cuestionados les gusta la clase de educación física porque pueden jugar con muchos materiales
- 40% de ellos practican actividades extra clases: basquetbol, danza, karate y futbol, específicamente.

Por otro lado, la plantilla docente está compuesta por: una directora, un subdirector técnico-pedagógico, 1 subdirectora administrativa, 15 profesores de grupo (1º a 6º), 4 profesores de educación física, 1 apoyo técnico-pedagógico (ATP), 1 secretaria, 1 promotora de lectura y 4 intendentes. Todos, en la mejor disposición de colaborar en el óptimo desarrollo de todos y cada uno de los alumnos dentro del aula así como con las actividades de la clase de educación física.

En cuanto a los recursos didácticos y los espacios pedagógicos con los que cuenta el plantel escolar cabe mencionar que éstos son de suma importancia, pues son medios que nos facilitan el proceso de enseñanza-aprendizaje. Así, la escuela Profesor Rubén Moreira Cobos, turno matutino, se compone de: 1 patio central , 1 patio con cancha multifuncional, 2 direcciones, 15 aulas, 1 aula de computación, 1 aula de usos múltiples, 2 oficinas de educación física, baños para hombres y mujeres (turno matutino y turno vespertino), bebederos, y 1 casa del conserje. Todos éstos, en condiciones óptimas para el desarrollo de las diferentes actividades planeadas para el ciclo escolar dentro y fuera del aula de clase.

En lo respectivo al material didáctico con que cuenta la asignatura de educación física hay que decir que es amplio y variado:

MATERIAL	
Aros	Material de percusión (taller de danza)

Balones de basquetbol	Mini portería
Balones de futbol	Paliacates
Balones de volibol	Palos de golf de plástico
Banquitos de plástico	Paracaídas
Bastones	Pelotas de esponja
Bats de beìsbol de plastico	Pelotas de gel
Bolsas de plumas	Pelotas de pilates
Botiquín	Pelotas saltarinas
Casacas	Pelota para globos
Colchonetas	Pelotas playeras
Compresora	Pelotitas de plástico
Conos	Petekas
Conos multiusos	Postes para red de volibol
Costales	Raquetas de plástico
Cuerdas	Redes de voli
Dados de plástico grandes	Resortes
Frees-be	Tapetes yoga
Gallitos	Tarugos (postes)
Gusano de tela	Grabadora
Juegos de mesa	
Listones (diversos colores)	

En términos generales, la efectividad de los materiales didácticos depende en gran medida a la correspondencia que exista entre ellos y los objetivos

específicos a lograr, así como de los intereses y necesidades de los alumnos, su adquisición en cantidad y calidad. Así, en educación física la riqueza de las experiencias motrices de los alumnos depende de la variedad de objetos que se utilizan dentro de la clase. En este sentido, el material didáctico con el que se cuenta, ofrece a los alumnos las características necesarias para lograr un entorno eficiente de la clase de educación física:

1. Provoca a los alumnos
2. Se puede compartir
3. Es manipulable
4. Constituye obstáculos
5. Transforma el espacio
6. Produce sonidos
7. Estimula la imaginación.

Capítulo II Marco teórico

2.1 Marco teórico

1. **EDUCACIÓN FÍSICA**.

La educación física educa a nuestra voluntad, nuestra sensibilidad, pero sobre todas las cosas, nos hace sentir mejor, nos predispone a la felicidad. Cesar Luis Menotti. (Coutiño, 2012)

La educación física en la Educación Básica estimula las experiencias de los alumnos, sus acciones y conductas motrices expresadas mediante formas intencionadas de movimiento.

Para fines de esta investigación la definición que mejor se adapta es: "una práctica educativa que tiene como fin educar integralmente a los escolares, promoviendo aprendizajes cognitivos, afectivos y motores por medio de la movilización del cuerpo, propiciando ambientes que permitan al alumno el mejor aprovechamiento de su vivencia motriz y no la simple realización de un ejercicio. (Techachal, 2003).

Y es que la educación física ha tenido diferentes enfoques que han ido desde el gimnástico-militar, estético-deportivo, técnico-deportivo, deportivo-recreativo, psicomotor hasta llegar a la actualidad con el enfoque **Motricidad Integral** que propone la integración de la corporeidad de los escolares a partir de la expresión de las competencias motrices de los sujetos con equidad por lo que presta una atención especial a la diversidad de su motricidad (…). Esta propuesta está encaminada a trabajar la integración de la corporeidad del niño a través de procesos personales tales como la verbalización, imaginación, emoción y razonamiento; juntos dan como resultado las producciones motrices. (Coutiño, 2012).

Entonces, de acuerdo con (Arreguín, 2012) se puede decir que la educación física escolar es parte de la educación general que busca el desarrollo integral y armonioso de los alumnos a través del uso sistemático de actividades físicas

Así, hablamos de que la educación física debe incidir en la formación del alumno, a partir del desarrollo de su corporeidad, para lograr sean **competentes** es decir, capaces de resolver cualquier situación presentada en su vida cotidiana. Se ha de promover un desarrollo corporal y motor de los alumnos mediante diferentes actividades que se consolidan durante los primeros años de vida.

El enfoque tiene como premisa el “paidocentrismo” en donde el alumno es el protagonista de la sesión, de la planeación y de las estrategias que se aplicarán tomando en cuenta sus características.

El enfoque didáctico de la educación física en la Educación Básica es el Enfoque global de la motricidad, en que el alumno asume un rol como protagonista de la sesión, al tiempo que explora y vivencia experiencias motrices con sus compañeros, asumiendo códigos compartidos de conducta y comunicación; es decir, comprende que la motricidad desempeña un papel fundamental en la exploración y el conocimiento de su corporeidad, de sus habilidades y destrezas motrices, ya que comparte y construye con sus compañeros un estilo propio de relación y desarrollo motor, por lo que se concibe un alumno crítico, reflexivo, analítico y propositivo, tanto en la escuela como en los diferentes ámbitos de actuación en los que se desenvuelve. (SEP, Plan de estudios 2011. Educación Básica., 2011)

Por lo tanto, los propósitos de de la educación física en la educación primaria son que los alumnos:

- Desarrollen el conocimiento de sí mismos, su capacidad comunicativa, de relación, habilidades y destrezas motrices mediante diversas manifestaciones que favorezcan su corporeidad y el sentido cooperativo.
- Reflexionen sobre los cambios que implica la actividad motriz, incorporando nuevos conocimientos y habilidades, de tal manera que puedan adaptarse a las demandas de su entorno ante las diversas situaciones y manifestaciones imprevistas que ocurren en el quehacer cotidiano.

- Desarrollen habilidades y destrezas al participar en juegos motores proponiendo normas, reglas y nuevas formas para la convivencia en el juego, la iniciación deportiva y el deporte escolar, destacando la importancia del trabajo colaborativo, así como el reconocimiento a la interculturalidad.
- Reflexionen acerca de las acciones cotidianas que se vinculan con su entorno sociocultural y contribuyen a sus relaciones sociomotrices.
- Cuiden su salud a partir de la toma informada de decisiones sobre medidas de higiene, el fomento de hábitos y el reconocimiento de los posibles riesgos al realizar acciones motrices para prevenir accidentes en su vida diaria.

Al mismo tiempo, es importante mencionar que es el docente el que tiene que generar ambientes de aprendizaje adecuados para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje y llegar a la consecución de dichos propósitos y por ende, de la competencia motriz que es “la capacidad de un niño o adolescente para dar sentido a su propia acción, orientarla y regular sus movimientos comprender los aspectos perceptivos y cognitivos de la producción y control de sus respuestas motrices, relacionándolas con los sentimientos que se tienen y añaden a las mismas, y la toma de conciencia de lo que se sabe que se puede hacer y cómo es posible lograrlo” (Coutiño, 2012).

El enfoque de Motricidad Integral está conformado por las competencias específicas:

1. Manifestación global de la corporeidad. Se busca formar un alumno competente en todas las actividades cotidianas dentro y fuera de la escuela es decir, lograr una formación par la vida. La corporeidad como manifestación global de la persona se torna en una competencia esencial para que adquiera la conciencia sobre sí mismo y su realidad corporal. Entonces, es una realidad que se vive en todo momento; es el cuerpo vivido en sus manifestaciones más diversas: cuando juega, baila, corre, entrena, estudia o trabaja. Siempre hace acto de presencia en la

vida cotidiana, en un espacio y un tiempo determinados, que es donde su construcción se lleva a cabo. Para establecer una relación con el otro, los seres humanos se comunican, y cuando lo hacen se implica la palabra y los movimientos del cuerpo. La corporeidad del alumno se edifica y recrea al al interior de los procesos de socialización por lo que la escuela es el espacio por excelencia para tan importante tarea.

2. Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices. Esta competencia enfatiza la expresión como forma de comunicación e interacción en el ser humano, el propósito central es que el alumno establezca relaciones comunicativas mediante las diversas posibilidades de la expresión motriz. La corporeidad cobra sentido por medio de la expresión, en sus formas de manifestarse, ya sea escrita, oral o corporal. En la sesión de educación física el alumno puede utilizar esos medios, con el fin de que exteriorice sus percepciones, emociones y sentimientos, traducidas en movimientos gestuales, sean expresivos o actitudinales. Fomentar esta competencia en el niño implica hacerlo consciente de su manera particular de expresarse ante los demás, lo que le ayuda a ser aceptado y mejorar su autoestima; asimismo su aprendizaje se construye mediante la investigación y toma de conciencia, producto de las sensaciones y percepciones inherentes a cada acción motriz; se consolida cuando el niño la integra como herramienta de uso común en su vida. El desarrollo de habilidades y destrezas motrices se logra a partir de la puesta en práctica de los patrones básicos de movimiento: locomoción (reptar, gatear, caminar, trotar, correr y saltar), manipulación (lanzamientos, botar, rodar, jalar, empujar, mover objetos con ayuda de otros implementos, golpear, patear, atrapar, controlar objetos con diferentes partes del cuerpo) y estabilidad (giros, flexiones, balanceo, caídas y el control del centro de gravedad). En esta clasificación de movimientos se incluyen todos aquellos cuya combinación, producto de la práctica variable, permiten el enriquecimiento de la base motriz del alumno; en otro sentido, las

habilidades motrices básicas nos llevan a las complejas y éstas a su vez, a la iniciación deportiva y al deporte escolar.

3. Control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa. El propósito central de esta competencia es que el alumno sea capaz de controlar su cuerpo, con el fin de que produzca respuestas motrices adecuadas para las distintas situaciones que se le presentan, tanto en la vida escolarizada como en los diversos contextos donde convive. Controlar la motricidad, como competencia educativa, implica apropiarse de una serie de elementos relacionados con el esquema corporal, la imagen corporal y la conciencia corporal, que buscan un equilibrio permanente entre tensión y relajación para que el tono muscular adquiera cada vez mayores niveles de relajación, que son la base para desarrollar actividades cinéticas y posturales (…). La resolución de problemas motores a partir del control de la motricidad ayudará a los alumnos a comprender su propio cuerpo, a sentirse bien con él, mejorar su autoestima, conocer sus posibilidades de movimiento y desarrollar habilidades motrices, accediendo a situaciones cada vez más complejas y en diferentes contextos, como el manejo de objetos, su orientación corporal en condiciones espaciales y temporales y anticiparse a trayectorias y velocidades en diversas situaciones de juego (…).
(SEP, Programas de Estudio 2009, 2009)

Principalmente nos centraremos sobre la competencia específica *expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices* pues el desarrollo de las habilidades motrices, por medio de la puesta en práctica de los patrones básicos de movimiento, básicas nos llevan a las complejas ya que se pretende que el alumno de 5º grado:

- "…proponga soluciones a problemas de tipo cognitivo y sobre todo motriz, al conocer mejor y dominar sus patrones básicos de movimiento. (…) en tanto sus habilidades motrices son empleadas con mayor economía y sus posibilidades expresivas

> le permiten mejorar sus relaciones interpersonales" (SEP, Plan de estudios 2011. Educación Básica., 2011).

La transformación educativa planteada en el Plan Nacional de Desarrollo 2007-2012 propuso como objetivo fundamental: elevar la calidad de la educación para que los estudiantes mejoren su nivel de logro educativo, cuenten con medios para tener acceso a un mayor bienestar y contribuyan al desarrollo nacional.

La estrategia principal plantea retomar la noción del término "competencias", la cual permita atender los retos que enfrenta el país de cara al nuevo siglo, y coadyuve a lograr una mayor articulación y mejor eficiencia entre preescolar, primaria y secundaria (SEP, Programas de Estudio 2009, 2009).

Es entonces que a partir de lo anterior, los planes y programas de estudios de educación básica incluyen el término de *diversidad e interculturalidad* definido de la siguiente manera: el tratamiento de esta temática no se limita a abordar la diversidad como un objeto de estudio particular, por el contrario, las asignaturas buscan que los alumnos comprendan que los grupos humanos forman parte de diferentes culturas, con lenguajes, costumbres, creencias y tradiciones propias. Asimismo, se reconoce que los alumnos tienen ritmos y estilos de aprendizaje diferentes y que en algunos casos presentan necesidades educativas especiales asociadas a alguna discapacidad permanente o transitoria. En este sentido se pretende que las niñas y los niños reconozcan la pluralidad como una característica de su país y del mundo, y que la escuela se convierta en un espacio donde la diversidad pueda apreciarse y valorarse como un aspecto cotidiano de la vida. La atención a la diversidad y a la interculturalidad es una propuesta para mejorar la comunicación y la convivencia entre comunidades con distintas características y culturas, siempre partiendo del respeto mutuo. Esta concepción se traduce desde las asignaturas en propuestas prácticas de trabajo en el aula, sugerencias de temas y enfoques metodológicos. Se busca reforzar el sentido de pertenencia e identidad social y cultural de los alumnos, así como tomar en cuenta las

distintas expresiones de la diversidad que caracterizan a nuestro país y a otras regiones del mundo. (SEP, Programas de Estudio 2009, 2009).

De la misma manera, dicho programa contempla un perfil de egreso deseado para cada nivel de educación básica; y en el caso de alumnos de 10 y 11 años nos habla de un individuo capaz de tener el control de sí mismo en sus extremidades superiores e inferiores que le permitirán desenvolverse adecuadamente en cada situación que se le llegue a presentar.

Es decir, en este grado, se busca que el alumno tenga un mejor dominio y conocimiento de su cuerpo y ello se logrará a través de los patrones básicos de movimiento, del tono, la postura, el equilibrio, la lateralidad, las sensopercepciones, la locomoción, la espacialidad, la temporalidad y sobre todo, en este caso, de la **coordinación.**

El conocimiento del cuerpo no se refiere únicamente a que el niño identifique las partes del mismo, sino que lo acepte, lo estime y lo utilice como medio para lograr su identidad integral y realizar sus acciones con seguridad y confianza. (Techachal, 2003)

La motricidad general, se puede subdividir en:

A) Los grandes movimientos corporales o movimientos gruesos. El movimiento pone en acción las grandes masas musculares.
B) La coordinación motriz dinámica. Capacidad de sincronizar los movimientos de diferentes partes del cuerpo.
C) La coordinación motriz fina. Consiste en movimientos amplios que pueden ser de distintos segmentos corporales, mano o pie, y son controlados por la coordinación de la vista.
D) La disociación de movimientos. Mover voluntariamente uno o más segmentos corporales mientras se inmovilizan otros o realizar movimientos diferentes.
E) Desarrollo del equilibrio. Posibilidad de mantener posturas y adoptar posiciones y actitudes. (Diccionario de la Educación Física, 2003)

Así, debido a que el tema de la coordinación es el que interesa a esta investigación, daremos paso a conocer algunos de los conceptos que teóricos han dado al respecto para su mejor entendimiento y comprensión.

Para Castañer y Camerino la coordinación es la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea motriz prefijada.

Ortega & Blásquez, la definen como la interacción armoniosa y en lo posible económica de los músculos, nervios y sentidos, con el fin de traducir acciones cinéticas precisas y equilibradas, y reacciones rápidas y adaptadas a cada situación.

Otra definición es “la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado, de acuerdo con la imagen fijada por la <<inteligencia motriz>>, a la necesidad del movimiento o gesto deportivo concreto”. (Diccionario de la Educación Física, 2003)

Finalmente, el término que mejor se adapta a esta investigación es el de Lora Risco quien nos dice que es la capacidad de hacer intervenir armoniosa, económica y eficazmente, los músculos que participan en la acción, en conjunción perfecta con el espacio y el tiempo (Risco, 1991).

Así, de acuerdo a lo anterior, podríamos aventurarnos a decir que un alumno con el que se trabaje bien la coordinación será una persona que se desplace bien, que salte bien, que lance y reciba bien, que bote, que conduzca, que golpee, que saque, bloquee, remate e incluso, por qué no, que baile y que disfrute mucho mejor el movimiento de su cuerpo.

Cuando decimos que una persona es coordinada, estamos queriendo decir que es “hábil”, que sus movimientos son armónicos, rítmicos, elásticos y elegantes, que resuelve con anticipación, que domina el entorno (…). (Garófano, 2001)

De igual manera, varios han sido los autores que han clasificado a la Coordinación. Así, de acuerdo a lo consultado, en general llegamos a la conclusión de que dos son los aspectos centrales sobre los cuales se basan para dicha clasificación:

1) en función de si interviene el cuerpo en su totalidad, en la acción motriz o una parte determinada:

- coordinación dinámica general. Es el buen funcionamiento existente entre el Sistema Nervioso Central y la musculatura esquelética en movimiento. Se caracteriza porque hay una gran participación muscular.
- coordinación óculo-segmentaria. Es el lazo entre el campo visual y la motricidad fina de cualquier segmento del cuerpo: puede ser óculo-manual y óculo-pédica.

2) en función de la relación muscular, bien sea interna o externa, la coordinación puede ser: coordinación intermuscular (externa) referida a la participación adecuada de todos los músculos que se encuentran involucrados en el movimiento.

Le Boulch divide la coordinación en:

- Coordinación Dinámico-General: referente a la coordinación de los segmentos de todo el cuerpo, interactuando conjuntamente
- Coordinación Específico-Segmentaria: referente a los movimientos analíticos donde se relacionan el sentido de la vista con los segmentos corporales.
- Coordinación Intermuscular: referente a la relación entre todos los músculos que intervienen en una acción muscular determinada.
- Coordinación Intramuscular: referente a la capacidad de un músculo para contraerse eficazmente.

La clasificación que hace Lora Risco nos habla de:

a) Coordinación Sensoriomotriz: referente a la relación ajustada y precisa establecida entre el movimiento y cada uno de los diferentes campos sensoriales: vista, oído, tacto y propioceptividad.
    1) Coordinación viso motriz: referida a la coordinación ojo-mano, ojo-pie, etc.

2) Coordinación audio motriz: referida al reconocimiento de la señal sonora con objeto de ajustarla a la respuesta motora.
3) Coordinación sensomotriz general: referida a aquellos movimientos que ponen en juego la función sensorial de cualquier parte del cuerpo con intervención de la vista o la mano.
4) Coordinación cinestésico motriz y tiempo de reacción: referida a la relación del cuerpo móvil o inmóvil, en el que intervienen el sentido propioceptivo o cinestésico, o el tiempo en el que se reacciona ante cualquier estímulo.

b) Coordinación Global o General: referente a la participación dinámica o estática de todos los segmentos del cuerpo al ajustarse a un objetivo propuesto.
    1) Coordinación locomotora: marcha, carrera, saltos, etc.
    2) Coordinación manipulativa: lanzamientos, recepciones, etc.
    3) Equilibrio.

De las anteriores clasificaciones, especial importancia cobrará la "coordinación viso-motriz" ya que, de acuerdo a los resultados de un test aplicado a alumnos de 5º de la escuela primaria Rubén Moreira Cobos en el Distrito Federal, los resultados no alcanzaron el estándar mínimo de bueno lo cual nos habla de una falta de estimulación de la misma.

(Garófano, 2001) cita algunos objetivos de la coordinación:

- Fomentar la mejora de todas las habilidades motrices, desde las que conocemos como conocimiento y conciencia corporal, locomoción y manipulación, las genéricas, hasta las específicas y generalizadas.
- Desarrollar la capacidad de producir patrones multimusculares motores automáticos (engramas automáticos).
- Mejorar la activación e inhibición sincronizada de una serie de grupos musculares.
- Mejorar el tiempo de reacción y la velocidad de ejecución.
- Mejorar la realización de movimientos simultáneos, alternativos o disociados.

- Mejora la eficacia global de determinados factores de ejecución como la fuerza muscular, velocidad, la resistencia y la flexibilidad.
- Mejorar la adaptación a situaciones nuevas e imprevistas con objeto de resolverlas con la mayor eficacia posible.

Tomando en cuenta lo dicho por los planes y programas vigentes de educación física, es necesario que en la edad escolar se adquieran multitud de habilidades motrices para así consolidar los cimientos que estarán dando paso al individuo competente.

Por lo tanto, hablar de coordinación óculo manual es hablar de la interacción sinérgica entre los movimientos de exploración de la mano y del ojo donde éste último anticipa el movimiento de la mano.

Según (Risco, 1991) la coordinación ojo-mano enlaza el campo visual y la motricidad de la mano, ajuste armonioso y equilibrado que es una necesidad en casi la totalidad de las acciones praxoagnósicas que el hombre realiza.

Los propósitos del trabajo de la coordinación óculo manual son entre otros:

1) potenciar la destreza manual.
2) controlar la fuerza
3) ajustar la coordinación del movimiento
4) independizar el movimiento de las manos.

La coordinación óculo manual también tiene que ver con la evolución del individuo y hablando de la educación primaria, sujetos de 6 a 12 años, se sabe que hay un desarrollo del sistema nervioso y, por tanto, de los factores neuro-sensoriales de la coordinación, de ahí que sea la etapa ideal para la adquisición de experiencias motrices.

La mala aptitud de retención motriz en el primer ciclo y parte del segundo exige en estas edades una profundización del aprendizaje a partir de la repetición de

los ejercicios contribuyendo de esta manera a la automatización del movimiento.

Al final del segundo ciclo y todo el tercer ciclo debido al desarrollo sensitivo y cognitivo, se refleja una buena capacidad perceptiva y de observación. Por lo que los ajustes motores son muy eficaces.

Para la coordinación óculo manual tenemos dos fases:

1. Fase de detención de objetos: Se localiza el objeto y se analiza, se extrae la información necesaria para poder realizar correctamente la trayectoria hacia el objeto.
2. Fase de trayectoria: Se desarrollan los programas de ejecución motriz que van a ser patrones motores que colocan la mano y dedos en la posición adecuada para coger las cosas. Hay dorsiflexión de la muñeca y flexión metacarpofalángica e interfalángica y el grado de flexión depende de la información recibida en cuanto a forma y tamaño del objeto. Es decir, dependiendo del tamaño del objeto, tendremos:

    -Objeto grande: menor flexión de interfalángicas y mayor dorsiflexión de la muñeca

    -Objeto pequeño: mayor flexión de interfalángicas y menor dorsiflexión de muñeca.

Así, tenemos que en la Educación Primaria (6-12 años) es una etapa en donde se pueden ampliar los medios a utilizar y por ende, enriquecer el repertorio y bagaje motor del alumno para mejorar su capacidad de movimiento.

La función viso motora comprende la percepción visual de las formas, sus relaciones en el espacio, su orientación y la expresión motora de lo percibido. La capacidad de observación y atención son fundamentales en el desarrollo de esta función

Importancia de la coordinación óculo manual

Como ya se mencionó anteriormente, la coordinación óculo manual es la capacidad que permite ajustar con precisión el movimiento corporal como respuesta a estímulos visuales y será a través de la manipulación y la ejercitación con diversos materiales y objetos que se irá “puliendo”.

La coordinación, entonces, dará al alumno la posibilidad de movilizar las diferentes masas musculares acorde a la problemática que tenga que resolver. Y es que si bien es cierto que la coordinación depende de aspectos como: el grado de desarrollo del Sistema Nervioso Central, el potencial genético del alumno para controlar el movimiento y los estímulos y de las experiencias y aprendizajes que hayan adquirido en etapas anteriores; ésta si puede mejorar.

Es la etapa escolar (6-12 años) en donde se determina el desarrollo del Sistema Nervioso y por tanto, los factores neuro-sensoriales de la coordinación, de ahí que sea la etapa ideal para la adquisición de experiencias motrices. Al final del segundo ciclo y todo el tercer ciclo, ciclos que abarcan las edades de los 10 y 11 años, debido al desarrollo sensitivo y cognitivo se refleja una buena capacidad perceptiva y de observación por lo que los ajustes motores son muy eficaces (Rivera, 2009).

Y es que la coordinación viso motriz es fundamental para lograr una escritura satisfactoria, implicando el ejercicio de movimientos controlados y deliberados que requieren de mucha precisión , siendo requeridos en las tareas dadas donde se utilizan de manera simultánea el ojo – mano – dedos; como por ejemplo: rasgar, cortar, pintar, colorear, enhebrar, escribir, etc.

Betteco J., Peper E. y Beek P. (2012) nos explican en su articulo *Developement of temporal and spatial bimanual coordination during childhood* que la coordinación se requiere en diversas actividades de la vida cotidiana tales como cocinar, escribir así como vestirse. Y para que éstos movimientos sean exitosos, debe existir un intercambio de información entre los hemisferios cerebrales.

Así, el tener una coordinación óculo manual dentro de los rangos de bien y aceptable conlleva a:

- Llegar al desarrollo y precisión del desarrollo óculo manual y a la utilización de los dos brazos con la mayor precisión
- Consolidación del movimiento bimanual .
- Fortalecimiento de la coordinación viso motriz (ya que ésta mejora en medida de la maduración del sistema nervioso),
- Incremento del bagaje motriz,
- Mejor coordinación de las manos y los pies.
- Mejora en los movimientos controlados y deliberados que requieren de mucha precisión como: rasgar, cortar, pintar, colorear, enhebrar, escribir, etc.
- Fortalece la coordinación motriz fina.

Al lograrse estructurar las praxias finas, se van a desencadenar los movimientos intencionales programados y planificados; todo ello gracias al desarrollo de una habilidad tan especializada en el manejo de las manos. De esta manera se puede realizar la simbolización de ese lenguaje interno a través del pensamiento, lográndose así la expresión de los sentimientos por medio del arte y la escritura, esto es lo que hace la diferencia entre el animal y el ser humano, y nos permite relacionarnos intencionales y holísticamente con nuestro entorno social, dejando nuestra huella histórica en el mundo en que nos desarrollamos. (Alvarez, 2008)

2. LAS ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA.

La educación física se vale de un sinfín de **estrategias didácticas** que nos permiten llegar a la consecución de los objetivos planteados.

Las estrategias didácticas son facilitadores de los contenidos, son el *cómo* de la enseñanza, ya que su puesta en marcha se determina en función del

procedimiento, por ello se direccionan de manera específica a un contexto determinado y a un tipo de alumno determinado. (Sosa, 2012)

Es decir que las estrategias son las acciones que el docente aplica y que tienen una intencionalidad pedagógica específica basada en los contenidos, propósitos, aprendizajes esperados de la educación física pero sobre todo en la etapa en la que se encuentre el alumno.

(Sosa, 2012) también comenta que se debe considerar la participación efectiva del alumno, la comprensión de cada aspecto y la posibilidad de que cada participante haga modificaciones e incluso proponga nuevas estrategias para su motivación constante.

Algunas estrategias didácticas utilizadas en educación física son:

* Acantonamientos
* Actividades acuáticas
* Actividades de expresión corporal
* Baile
* Campamentos
* Juegos: sensoriales, **autóctonos,** cooperativos, de integración, de persecución, de reglas, de socialización modificados, t**radicionales,** etc.
* Circuitos de acción motriz
* Cuento motor
* Danza
* Deporte escolar
* Excursiones
* Iniciación deportiva
* Rutinas de activación física
* Sesión abierta
* Sesión cerrada
* Visitas guiadas
* entre otros más.

Y es que las estrategias didácticas definen el modo de interacción del alumno y el contenido a aprender; a través de éstas el docente se convierte en orientador, guía y facilitador del aprendizaje mediante un adecuado accionar.
A través de las estrategias de intervención docente el alumno construye esquemas motores y esquemas de acción. Y es en la medida en que el alumno posea esquemas construidos en experiencias previas que podrá utilizarlos en presencia de una situación nueva, en la cual reconocerá su pertinencia.
El juego, entonces, será la estrategia didáctica utilizada para contribuir al desarrollo físico, mental y emocional del alumno; específicamente, por medio del juego tradicional y el juego autóctono mejoraremos la coordinación óculo manual de los alumnos de 5º de la Primaria Rubén Moreira Cobos.

Etimológicamente la palabra juego proviene del vocablo latino *iocus* (que para los romanos significó ligereza, recreo, broma, jolgorio o diversión y *ludus, ludere (*que es el acto de jugar).

La característica principal de dichas formas jugadas consiste en que el niño desarrolla esencialmente el placer motor: correr, saltar, lanzar, patear, arrojar, trepar, saltar y girar, arrastrarse y gatear, etc. abarca todas aquellas acciones que el ser humano incorpora naturalmente y que realiza más tarde en su vida cotidiana, en el trabajo, en el juego propiamente dicho o el deporte (Zapata, 1995).

Y es que el juego, además de ser diversión, es una herramienta efectiva para conseguir determinados objetivos. El docente atenderá las necesidades de movimiento de sus alumnos dentro y fuera del salón de clases, las canalizará mediante el juego motor, identificará sus principales motivaciones e intereses, y las llevará a un contexto de confrontación que sea divertido, creativo, entretenido y placentero, con el fin de que el alumno pueda decir: “Yo también puedo”, y mejorar su interacción y autoestima. Asimismo, el docente estimulará el acto lúdico con el objetivo de que esta acción se relacione con lo que vive a diario en su contexto familiar, así como su posible utilización en el tiempo libre. (SEP, Plan de estudios 2011. Educación Básica., 2011)

Definamos, ahora, lo que es el **juego autóctono.** Al respecto (Sosa, 2012) nos dice que son aquellos que surgen de la misma cultura, tradición y geografía de nuestro país y que son útiles para comprender de mejor manera el hecho cultural que nos hace diferentes aun en el mismo territorio y éstos se han transmitido de generación en generación. Al mismo tiempo, la Federación Mexicana de Juegos y Deportes Autóctonos y Tradicionales los define como juegos originarios de algún lugar en específico.

Los juegos tradicionales son aquellos que, desde muchísimo tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación en generación, siendo transmitidos de abuelos a padres y de padres a hijos y así sucesivamente, sufriendo quizás algunos cambios, pero manteniendo su esencia. Son juegos que no se pueden comprar en ninguna juguetería (quizás solo algunos elementos). Son juegos que aparecen en diferentes momentos o épocas del año, que desaparecen por un período y vuelven a surgir (Coutiño, 2012).

Al respecto, la Comisión Nacional del Deporte (CONADE) refiere que no sólo se trata de actividades divertidas sino que al darles un tratamiento pedagógico se contribuye al desarrollo integral de los alumnos ya que se inciden en aspectos como:

- Aspecto somático. Desarrollo armónico del alumno.
- Aspecto funcional. Elaborar el nivel general de las posibilidades funcionales.
- Aspecto técnico. Confortar una rica reserva de hábitos motrices.
- Aspecto táctico. Conformar las bases tácticas de los movimientos.
- Aspecto psicológico: motivar a partir de la atención, la percepción y la memoria, los esquemas, enlaces y mecánica de los movimientos. (CONADE, 2003)

Otra definición encontrada es la que nos da (Gómez, 2004) quien dice que son aquellos juegos cuyo contenido y estructura tiene un origen folclórico y que en

general se han transmitido en forma espontánea y asistemática, de una generación a otra, a través del contacto cultural cotidiano (la rayuela).

(Montes, 2012) indica que en los juegos tradicionales y autóctonos, la función primordial es tener un acervo común de juegos que forman parte de su patrimonio cultural.

Finalmente, la SEP en su Plan de Estudio 2011 indica que los juegos tradicionales y autóctonos, u originarios de cada región o estado, contribuyen a la comprensión del desarrollo cultural e histórico de las diferentes regiones del país, a la apreciación, identificación y valoración de su diversidad, y a la posibilidad de aprender del patrimonio cultural de los pueblos, con la finalidad de preservar sus costumbres, y sobre todo, para no olvidar las raíces como nación.

Lo anterior nos conduce al entendimiento de que no sólo se tratará de cubrir la necesidad de mejorar la coordinación óculo-manual del alumno, sino que también se incidirá en el bagaje cultural de éste a fin de lograr su mejor desenvolvimiento en la sociedad en la que vive.

México es un país multicultural con antecedentes milenarios: estudios demuestran que los antiguos mexicanos crearon una vasta cultura física equiparada con la griega. Siendo el juego, un elemento en común entre todos los pueblos del México antiguo (…) A pesar de la aculturación y transculturación, productos de la imposición de la cultura dominante de los conquistadores, los juegos se conservaron en las regiones más apartadas y de difícil acceso, en donde los naturales lograron mantener sus conocimientos en el seno familiar, transmitiéndolos de generación en generación mediante la tradición oral. (Federación Mexicana de Juegos y Deportes Autóctonos y Tradicionales, 2009)

El juego sirve para la transmisión de los valores propios del pueblo que lo practica. Esta visión antropológica de las diferentes actividades lúdicas, como instrumento de arraigo social, debe además tener en cuenta el contexto en que se practican. (Manual de Juegos, 2006)

Y es que el juego provee a los alumnos las experiencias necesarias para que la maduración del organismo encuentre oportunidad de desarrollo y ejercitación; es decir que por medio y/o a través del juego ellos adquirirán la habilidad de resolver problemas para después aplicarlo a su vida cotidiana. De ahí la importancia del juego en la etapa infantil.

La manipulación de objetos y situaciones que caracterizan al juego, le otorgan un componente de imprevisibilidad en la variación que hace que las respuestas preparadas de antemano nunca sean las apropiadas: el niño debe ejercer su atención (búsqueda y síntesis de información) y su disponibilidad corporal para actuar al máximo de sus posibilidades. (Gómez, 2004)

Es decir que el movimiento y la cognición están íntimamente ligados, de ahí que las corrientes educativas actuales hablen de un desarrollo integral del alumno. El juego, entonces, es una actividad fundamental en la vida de un ser humano siendo el juego, diferente y acorde a cada etapa evolutiva y situaciones propias del individuo.

La motricidad general , la coordinación motriz dinámica y la coordinación fina están presentes en la vida de relación constantemente y los diferentes juegos permiten su desenvolvimiento y el logro de capacidades más específicas como la disociación del movimiento, el aumento del equilibrio estático y dinámico, que operan sobre fines didácticos (…) (Zapata, 1995).

Al mismo tiempo, el juego está ligado al desarrollo del cerebro, al desarrollo motor, y al desarrollo social-psicológico. De ahí, el ocupar al juego como estrategia didáctica para mejorar la coordinación óculo manual en alumnos de 11 años en donde además se fomentará el conocimiento y respeto por la cultura mexicana.

El juego proporciona un amplio abanico de tareas de una gran riqueza motriz, en un ambiente lúdico y festivo, y con un índice elevado de motivación. Es una actividad fundamental para el adecuado y correcto desarrollo físico, psíquico y social del alumno, siendo un elemento educativo de gran importancia (Montes, 2012).

Por ende, los juegos autóctonos y tradicionales forman parte inseparable de la vida de la persona; son la excusa perfecta para aprender, relacionarse y demostrar las habilidades que se poseen.

La Comisión Nacional del Deporte propone revalorar el contenido del juego tradicional y organizado, para darle prioridad en la estimulación orgánica de las capacidades físicas de los infantes y adolescentes, para que incidan en el desarrollo multilateral de patrones motores y mentales, que permitan al mexicano del siglo XXI mejorar la práctica de las disciplinas deportivas. (CONADE, 2003)

3. CARACTERÍSTICAS DE ALUMNOS DE 5º AÑO (10 Y 11 AÑOS).

El 5º grado se caracteriza por mantener en el alumno el interés por la acción motriz, la cual se construye en colectivo, apreciando el esfuerzo de sus compañeros y utilizando nuevos códigos de comunicación al jugar y diseñar estrategias acordes a sus intereses y necesidades. (SEP, Plan de estudios 2011. Educación Básica., 2011)

Hoy en día no se debe generalizar la evolución del alumno sin embargo, existen escalas y parámetros que nos orientan acerca de cómo va su desarrollo motriz pero que en ningún momento se deben tomar como verdades absolutas puesto que cada niño sigue un proceso diferente.

Hablamos, entonces, de tres procesos muy diferentes:

- Crecimiento.- aspectos cuantitativos de la evolución. Modificaciones dimensionales. Aumento de peso y talla.
- Maduración.- aspectos cualitativos de la evolución (potencialidades genéticas que van surgiendo)
- Desarrollo. Maduración de habilidades, ser bio-psico-social. Sucesión de cambios que se producen por la conjunción de los anteriores con la influencia de factores ambientales.

Gesell (1940) citado por (Garófano, 2001) expresó: “no hay dos niños que crezcan exactamente de la misma manera. Cada niño tiene un ritmo o estilo personal”.

Así, comenzaremos por citar algunas de las características generales de los alumnos que atraviesan la edad de los 10 y 11 años, por ser ésta el objeto de estudio de la presente investigación:

- **Características principales:** en estas edades el pensamiento es abstracto y empiezan a gustar las actividades que suponen una prueba para su intelecto. La actividad física de los jugadores es significativa y en ella aparecen la velocidad, la resistencia y la fuerza. Sus relaciones sociales son intensas. Se siente la necesidad y se vive la experiencia de las reglas como acuerdos entre iguales a partir de un consenso. Se empieza a vislumbrar, pues, la meta de la autorregulación del propio juego ante las nuevas situaciones lúdicas propuestas (Manual de Juegos, 2006).

- **Caracterización general del 5º grado**: el alumno mantiene el interés por la acción motriz, la cual se construye en colectivo. Tiene una mayor capacidad de ejecución de movimientos, producto de una regulada coordinación dinámica, general o segmentaria. Cada alumno comprende que su potencial es distinto al de los demás. La iniciación deportiva cobra especial importancia ya que sus primeras manifestaciones agonísticas se manifiestan en juegos modificados, cooperativos y actividades que, en conjunto, permitirán entender la manera en la que se construyen los juegos deportivos. (SEP, Plan de estudios 2011. Educación Básica., 2011)
- **Características generales importantes:** se considera esta etapa como el primer punto cumbre del desarrollo motriz por ser la fase de mayor capacidad de aprendizaje motor durante la niñez y por el estado de desarrollo alcanzado. La conducta motora (…) se caracteriza por tener una dinámica elevada, pero al mismo tiempo controlada y dominada.

Poseen una extraordinaria capacidad para aprender los movimientos, por lo que logran progresos rápidos. La capacidad para regular los movimientos, así como el dominio, la seguridad y la economía al conducir los movimientos, mejora bastante. Se observan grandes progresos en la estructura básica de los movimientos en la aplicación del tronco y en la fluidez y ritmo de los movimientos (Ríos, 2007).

Ahora bien, daremos paso a lo que diversos autores han estudiado y mencionado respecto a las características muy particulares de la edad cronológica antes mencionada:

- Desarrollo físico. La cabeza de los niños de esta edad se ensancha y alarga. Los grandes grupos musculares están más desarrollados que los pequeños. Es capaz de distinguir sin error la izquierda y la derecha y ha completado el conocimiento de la localización, nombre y función de las distintas partes del cuerpo. En las niñas, aparecen los caracteres sexuales secundarios (pechos, vello en el pubis, menarquía, ensanchamiento de cadera). Además, de acuerdo a los patrones de crecimiento de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el alumno de entre 10 y 11 años tiene una estatura promedio de 1.25 cm a 1.60 cm en varones y de 1.25 a 1.65 cm en mujeres.

- Desarrollo motor. Hay un continuo perfeccionamiento de su coordinación, muestran gusto por aprender y probar nuevas destrezas. Suele aparecer el fenómeno de los “estirones” en donde los niños suelen ser más altos que las niñas. Consolidación de cualidades coordinativas (equilibrio, coordinación), habilidades motrices (carrera, salto, lanzamiento) y de las capacidades físicas básicas (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad). En especial se debe mencionar que las capacidades coordinativas y las funciones psicofísicas esenciales, como

por ejemplo, las sensaciones o percepciones motrices espaciales, temporales o kinestésicas, alcanzan un grado de desarrollo elevado.

La capacidad de flexión en las articulaciones de la cadera y de hombros experimentan un aumento al igual que la capacidad de flexión de columna vertebral. La conducta motora de los niños sanos se sigue caracterizando por una necesidad acentuada de movimientos, de una actividad dominada, dirigida y objetiva. Los niños ya han aprendido a dominar sus impulsos motores y a respetar correspondientemente los requerimientos de orden y disciplina en el entrenamiento como en los juegos libres. Muy especialmente los varones son quienes se quieren poner a prueba y demostrar sus capacidades en el juego y la competencia. Las formas de conducta comprobables en los juegos se destacan generalmente por un gran deseo de aprender, por su audacia, por su actividad y aplicación, o sea por su disposición general hacia el rendimiento, sin tener ningún tipo de interés individual especial, como se produce en los años posteriores. Los niños se integran bien en su grupo y buscan obtener el máximo rendimiento de competencia en conjunto. De acuerdo al SICCED Nivel III, lo que se encuentra bien desarrollado en esta edad es el acoplamiento de movimientos especialmente la utilización del tronco y en gran medida, también la fluidez de movimientos.

En cuanto al patrón de lanzamiento, según Wild (1937), citado por Conde y Viciana (2001), existen 4 estadios en el desarrollo de los lanzamientos con los brazos:

- Estadio 1) 2-3 años: movimiento de brazos en plano antero posterior, móvil por encima del hombro antes de lanzar, pies fijos al suelo.
- Estadio 2) 3- 5 años: lo anterior más rotación del tronco en plano horizontal.
- Estadio 3) 5-6 años: se añade al patrón de lanzamiento un paso adelante con el pie del mismo lado del brazo ejecutor.

- Estadio 4) superiores a 6 años: el cambio más importante que se produce es que se da un paso con el pie contrario al brazo ejecutor y se produce una extensión del hombro.

- Desarrollo cognitivo. La cognición se puede entender como la aplicación de acciones reales por parte del niño, sea en relación con objetos del ambiente o con sus propias acciones (…). (Zapata, 1995)
  En estas edades, entra en la "etapa del realismo", copiando del natural o reproduciendo dibujos o fotografías, intentará no omitir ningún detalle. El movimiento está bien representado gráficamente, aparecen construcciones de cierta complejidad. Va siendo más objetivo y crítico, comienza con actividades de síntesis y abstracción.

- Desarrollo psico-social. Se fijan mucho en las características físicas de la gente que los rodea y especialmente en sus compañeros. Es por eso que tienen un gusto muy grande por molestar a las personas a partir de los defectos que tienen. Aparecen los lazos de amistad con los iguales y hacia el final de la etapa los primeros sentimientos amorosos. Les gusta destacar. A las mujeres, les gusta reunirse con pares y realizar actividades tranquilas mientras que los hombres prefieren reunirse y escoger juegos activos con mucho contacto físico. Inician una separación cada vez mayor de sus padres.

Por otro lado, es importante también revisar y centrarnos en las teorías que autores como Piaget propone para las edades con las que se trabajará dado que ésta ha sido utilizada para fundamentar los ajustes que se han hecho a los actuales planes y programas educativos y que por supuesto tienen que ver con Educación Física.

Así, la Teoría del Desarrollo de Jean Piaget contribuyó al entendimiento del desarrollo de la inteligencia en el individuo.

Piaget concibe a la inteligencia como la capacidad que tiene cada individuo de adaptarse al medio que le rodea, adaptación que requiere del equilibrio entre los mecanismos de acomodación y asimilación. (…) El desarrollo intelectual requiere de la interacción de cuatro procesos:

1. Maduración del área física, motriz y perceptiva.
2. Experiencia física, dada por el contacto del niño con objetos, y el uso que haga de ellos.
3. Interacción social, dada por la relación que el niño tenga con otras personas.
4. Equilibrio dado por los procesos de acomodación que emerjan de los tres aspectos anteriores. (Ajuriaguerra, 1993)

Por tanto, distingue cuatro periodos en el desarrollo del conocimiento y el correspondiente a la edad de los 10 y 11 años es el *Período de las Operaciones Concretas* (7 a 11-12 años) que se caracteriza porque el individuo tiene un gran avance en cuanto a la socialización y objetivación del pensamiento. No solo es objeto receptivo de transmisión de la información del lenguaje y la cultura en sentido único sino que surgen nuevas relaciones entre niños y adultos. Son capaces de una auténtica colaboración en grupo, pasando la actividad individual aislada a ser una conducta de cooperación. El pensamiento infantil es ya un pensamiento lógico, a condición de que se aplique a situaciones de experimentación y manipulación concretas.

Los alumnos de estas edades son capaces de manejar información y movimientos más complejos que les permitirán ir mejorando sus capacidades y habilidades motrices y en sincronía, las intelectuales.

Piaget encuentra en los juegos infantiles tres grandes tipos de estructuras que permiten caracterizarlos y, por lo tanto, clasificarlos: el ejercicio, el símbolo y la regla. (Zapata, 1995)

4. JUEGOS TRADICIONALES Y AUTÓCTONOS Y COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL

El juego tradicional y autóctono será entonces la estrategia didáctica utilizada para favorecer el desarrollo de la coordinación óculo manual.

(Techachal, 2003) nogs dice que proponer el juego como un recurso didáctico de la educación física, no tiene sentido si no es acompañado del propósito de lograr la competencia motriz en todas las manifestaciones del movimiento reflexivo e inteligente como respuesta un proceso de selección del repertorio de movimientos de la memoria motriz y el empleo de los conocimientos previos.

El alumno construye parte de su aprendizaje por su desempeño motriz y las relaciones que establece como producto de la interacción con los demás; es decir, surge la motricidad de relación, que se explica por las acciones motrices de los niños, ya que al jugar e interactuar con los otros, su motricidad se modifica al entrar en contacto con los demás compañeros, los adversarios, el espacio, el tiempo, el implemento y al aplicar las reglas del juego. (SEP, Plan de estudios 2011. Educación Básica., 2011)

Así, de acuerdo con la CONADE los juegos tradicionales forman parte inseparable de la vida de la persona (…) no se entendería la infancia sin el juego; desempeñan un papel importante en el desarrollo personal, acción, expresión, físico, intelectual, enseñándoles a relacionarse con los otros y su entorno.

Los juegos considerados, investigados por la Federación Mexicana de Juegos y Deportes Autóctonos y Tradicionales (FMJDAT) y por la Comisión Nacional del Deporte (CONADE), a dar a conocer, enseñar y practicar con los alumnos de 5º de la Esc. Primaria Profesor Rubén Moreira Cobos, turno matutino, fueron los siguientes, por contener las habilidades necesarias para mejorar la coordinación óculo manual en éstos:

1. FMJDAT. ***Pash-pash*** (juego autóctono). El juego lo practicaron originalmente habitantes de la etnia mame; se realizaba en la parte

occidental de la región del Soconusco en Escuintla y se extendió después a San Cristòbal de las Casas y Zinacantàn, en Chiapas. El nombre se tomò del sonido que produce el *pash-pash* (implemento parecido a una pelota) al ser golpeado con la mano. No se tiene referencia de su antigüedad, sin embargo se ha preservado hasta nuestros días por tradición oral. Participan de 25 a 30 jugadores, quienes forman un círculo de 8 a 10 m de diámetro en un espacio plano, en el centro del cìrculo se coloca un jugador al que se denomina repartidor, que debe ser fuerte y habilidoso para golpear el *pash-pash* con la mano dirigiéndolo hacia los demás, en el sentido de las manecillas del reloj. El *pash-pash* se elabora con una teja o piedra plana de aproximadamente 5 cm de diámetro, ésta se cubre con tiras de 1 a 2 cm de ancho hechas de hojas secas de maíz, las cuales se remojaron con antelación para poder doblarlas, se le colocan varias capas hasta darle forma ovalada, además se le atan otras tiras de hojas, sujetándolas fuertemente con mecahilo o cualquier lazo que no se resbala para que no se deshaga al ser golpeada. El repartidor inicia el juego arrojando el *pash-pash* hacia cualquier jugador; si éste la deja caer al tratar de regresarla es eliminado. El repartidor es remplazado únicamente por el jugador que más veces haya tocado el *pash-pash* con lo cual se reinicia el juego. El premio para el vencedor consiste en un homenaje organizado por toda la comunidad que lo hará sentir un personaje de gran importancia.

CONADE. **Tambuchis-Peteca.** Este juego de nombre náhuatl significa bolsa de pan, como si tomáramos una bolsa de papel de estraza y la ciñéramos por la mitad, quedaría de una forma parecida al juego sudamericano llamado peteca. El tambuchis se fabrica con hojas de maíz, trenzándose y tejiéndose en forma de una rosa, dejando que una parte de las hojas se introduzcan por el orificio sin tejer y ceñidas en su parte más baja, dándole así una forma de cebolla. El juego consiste en golpear el tambuchis con la palma de la mano de abajo hacia arriba. Se debe golpear con una mano una sola vez. No se debe dejar caer al piso.

2. FMJDAT. **La Quemada** (juego autóctono). En Guerrero se practica este juego, principalmente en las zonas rurales y suburbanas. Participan dos equipos de 10 a 12 personas cada uno, lo común es que sea de 10 y dos suplentes. Cada equipo nombrará un capitán que lo represente, por sorteo se determina quién inicia. Si los equipos lo deciden, habrá un juez, de otra manera los jugadores marcarán sus faltas. El equipo que inicia se coloca alrededor de un rectángulo, el otro dentro del mismo. Las medidas del rectángulo son: de 15 a 20 m de largo y 3 a 5 m de ancho, libre de obstáculos. Se utiliza una pelota de peso variable que se pueda asir con la mano. El juego inicia cuando el portador de la pelota grita "¡Sale!" Un equipo porta la pelota (quemadores) y con ella intentarán "quemar" (lanzándola) a los integrantes del otro equipo, quienes tratarán de esquivarla; conforme los "quemen" saldrán del juego hasta quedar todos eliminados. Las reglas son: 1) se prohíbe estrictamente salir del área señalada, de hacerlo el equipo de los quemadores castigará al jugador que lo haga. 2) la línea que delimita el rectángulo no podrá ser rebasada por el "quemador", si hay intento de invasión se previene al jugador contrario, al tercer llamado se le castiga. 3) cuando los jugadores son tocados en cualquier parte del cuerpo a excepción de la cabeza, "quemados", se van saliendo y se colocan a 1.30 m de la línea de juego. 4) no pueden irse hasta finalizar el juego; si lo hacen pierden la oportunidad de ganar. 5) al quedar un solo jugador, éste tendrá la oportunidad de salvar a su equipo, para ello habrá de esquivar la pelota en 10 ocasiones. 6) los quemados estarán listos para contar los puntos en espera del resultado. 7) si el jugador restante logra esquivar los 10 intentos, automáticamente todos sus compañeros entran al terreno de juego e inician de nuevo hasta que el equipo quemador logre su objetivo. 8) cada equipo tendrá derecho a cambiar dos jugadores en cada juego. 9) el partido termina si antes de finalizar las 10 oportunidades es quemado el último jugador, o si éste se rinde por cansancio.

CONADE. **Quemados.** El grupo se divide en dos equipos. Se sortea para que uno de ellos pase al centro del círculo que forman los integrantes del otro equipo que empezará lanzando la pelota para "quemar2 (tocar) a los del centro en las piernas. Al que vayan quemando se saldrá del juego.

3. FMJDAT. **Rayuela (**juego autóctono). La rayuela la practican en la actualidad niños y adultos. Este juego autóctono puede ubicarse en diversos ámbitos, tanto rurales como urbanos de casi todo el país; destacan en su práctica Hidalgo, Colima, Distrito Federal y el Estado de México. En referencia a un juego parecido ala rayuela se dice que a principios del siglo XVI Moctezuma y Cortés jugaron el tololoque: "(…) jugaba el rey con sus bodoquillos de oro muy lisos que arrojaba desde muy eljos a unos tejuelos del mismo metal y a cinco rayas ganaba o perdía ciertas piezas o joyas ricas que apostaban (,...)". existen dos formas de jugar: una simple y una complicada, ésta última cuenta con cuatro variantes. En la forma simple se colocan los jugadores detrás de una línea marcada en el piso (línea de tiro), y por turno arrojan una moneda hacia otra línea pintada a una distancia que va de 5 a 10 m y paralela a la primera. El jugador cuya moneda quede más cerca de la segunda línea, ya sea antes o después de ella, es el ganador; hay que decir que el juego se pacta a determinadas rondas. Las reglas son: 1) todos tienen oportunidad de hacer dos tiros por turno con dos monedas distintas. 2) al término de cada ronda sólo una persona (participante) debe entrar al área de juego a recoger las monedas y entregarlas a sus respectivos dueños. 3) si después de hacer el tiro un jugador entra al área sin autorización a recoger sus monedas, es descalificado. 4) si dos jugadores tiran al mismo tiempo son descalificados. 5) si el jugador rebasa la línea de tiro es descalificado. 6) si alguna moneda es "quemada", es decir, tocada por otra después de haber caído, es descalificada. Gana quien después de pactar el número de rondas haya acumulado más puntos.

CONADE. **Rayuela.** Se delimita un espacio entre una línea de tiro a otra línea que será la “rayuela”. De 2 a 3 metros, la “rayuela” será una línea de medio metro cerrada con 2 líneas perpendiculares a los lados.

4. FMJDAT**. Juego de la serpiente** (juego autóctono). Se practica principalmente en la zona serrana de Nayarit y en algunas colonias del municipio de Tepic. Se cree que es de origen turiano-aztlanteca de acuerdo con la descendencia de los grupos étnicos cora-huichol, quienes encuentran en el mismo el simbolismo de una parte de su cultura, en la que el ser humano trata de alcanzar la divinidad por medio de la serpiente (ser sapiente). Es muy sencillo y lo pueden jugar dos, tres o más participantes, para ello se necesita un espacio plano y libre de obstáculos de 15 por 5 m, gis o cal para dibujar una serpiente, y fichas o corcholatas. En el piso se dibuja una serpiente de 3 a 8 m de largo por 40 a 90 cm de ancho, dividida pro siete líneas de cola a cabeza. Se comienza desde fuera de la cola, de donde se impulsa una ficha o corcholata aplanada con un pequeño golpe del dedo índice, “resorteándolo·” desde el pulgar; cada jugador tiene tres oportunidades de tiro por turno, al llegar o cruzar las líneas de división podrá tirar otra vez, en caso de que al tirar se salga del contorno del dibujo de la serpiente, tendrá que regresar a la línea de salida. El primero en llegar a la cabeza sin salirse de ella gana; puede intentarse golpear la ficha o corcholata de la cola hasta la cabeza a si se llega al primer golpe el jugador gana automáticamente, pero si no lo logra tendrá que tirar de nuevo desde el punto de salida. Si se golpea la ficha de otro jugador y la saca de la serpiente, la ficha que haya salido tendrá que empezar desde el punto de salida.

   CONADE. **Carreterita.** Se marca en el piso una “carreterita” que tenga rectar y curvas que no sea mayor de 50 metros, ni menor de 25 metros, con una anchura de 5 a 7 cm, marcando obstáculos, pozos o cárceles. Los jugadores se colocan en la línea de salida y desde ahí con el impulso de los dedos índice o medio, mueven su carrito o ficha de un

toque, el que llegue más lejos, inicia el juego. La carrera se inicia en la meta y cada jugador tiene 3 oportunidades por turno para hacer avanzar su carro o ficha, gana el que llegue primero.

5. **Rayuela de rebote** (juego tradicional). Es una variante de la rayuela convencional. Participan personas de diversas edades, por lo general hombres, quienes no requieren de preparación ni atuendo en especial. Se necesita una piedra que esté plana en uno de sus lados, de 15 por 15 cm aproximadamente, la cual se empelará como base del rebote. Los jugadores, que pueden ser dos o más, lanzan piedras planas o monedas contra la base a partir de una línea. El objetivo del juego es matar la ficha del adversario (sacarla) después de que rebote en la piedra base; la forma de matarla es cayendo sobre la moneda o ficha del adversario. Las reglas son: 1) se realiza un sorteo para establecer el orden de tirada. 2) se establece la distancia de cada tiro, colocándose a tras de la línea. 3) cada ficha deberá rebotar en la piedra base para que el intento sea válido. 4) se establecerá por mutuo acuerdo si el mate se da después de algunos rebotes o al primero. 4) el primer jugador lanzará su ficha para que rebote y en caso de que nadie lo mate recogerá su ficha y realizará el tiro con la posibilidad de matar a sus adversarios. El juego se terminará hasta que haya un ganador. Al inicio se establece si el ganador se queda con las fichas que haya “matado”, lo que ocurre generalmente.

6. FMJDAT. **Bota palitos o caza venado (**juego autóctono). Actualmente en Yucatán niños y jóvenes indígenas y mestizos se recrean con este juego. Los niños acomodan una serie de varitas o palitos planos recargados en una pared, entonces un jugador lanza una pelota desde cierta distancia marcada con una línea para botar o tirar una pieza; si lo logra todos corren a una base (árbol, poste, etc.) teniendo la posibilidad de estar en dicho lugar momentáneamente en lo que el “quemador”

quien es el dueño de la varita que cayó, va por la pelota y la lanza hacia arriba en tres ocasiones, lo cual deben aprovechar el resto de los jugadores para llegar de regreso a la línea de tiro (estar a salvo). Si toca a alguno con la pelota (arrojándosela) en este trayecto éste hará lo mismo. El que no logre regresar y se quede con la pelota cuando ya todos hayan traspasado la línea, tendrá un punto en contra, en algunos sitios se dice que tiene un hijo, al cumular tres se determina un castigo.

CONADE. **Hoyos.** Los jugadores se dividen en grupos, cada uno de los jugadores hace su hoyo en el piso, quedando éstos en hilera, a dos o tres metros de distancia, se marca la línea de tiro y se escogen dos bases aparte de los hoyos. Se sortean los niños para tirar, el primer niño tira rodando la pelota para que entre a cualquier hoyo, si no entra tira el compañero que sigue ya sì sucesivamente, hasta que alguien le entre al "hoyo". El dueño del hoyo debe recogerla rápidamente y lanzarla a sus compañeros antes de que lleguen a la primera "base", si la pelota toca a alguno, éste tendrá que lanzarla a tocarlos, si no, se para cerca a las bases y lanza la pelota para arriba y la cacha; en el lapso de viaje de la pelota, los jugadores tratará de correr a la 2da base "para salvarse" o tendrá que tocar su hoyo después de las bases.

7. FMJDAT. **Olote que vuela (olotl patlani) (**juego autóctono). Las referencias de este juego se pierden en el tiempo, sólo se sabe que surgió como una práctica entre adultos de diferentes pueblos de la huasteca potosina. Su tradición se ha conservado como una práctica recreativa entre niños, adolescentes y adultos, en su mayoría varones. Se emplea un olote (corazón de la mazorca de maíz seco) en cuya base se insertan varias plumas de guajolote o gallina, que se anudan al olote con cintas de algodón. Dos o más jugadores lanzan el olote hacia un punto específico, lo más lejos o lo más alto posible; el que lo lance más lejos, más alto o haga contacto en el blanco determinado, en el menor número de intentos, será el ganador; la puntuación se da por la altura o distancia alcanzada.

8. FMJDAT. **Matatena** (juego tradicional). La matatena es un juego practicado en todo México, la variante llamada docena pertenece al estado de Quintana Roo. Cada jugador lleva sus piedritas y en cuclillas todos forman un círculo, colocan sobre el piso y al centro del mismo el número de piedritas convenidas, menos una, retenida por cada jugador, porque ésa se lanza hacia arriba con una mano, mientras tantos e recoge rápidamente el número de piedritas acordado, y enseguida se atrapa la piedra lanzada. Si el jugador recoge menos o no atrapa la piedrita que lanzó al aire, pierde y otro entra a jugar. Puede utilizarse una o las dos manos según el acuerdo inicial; las piedritas se recogen de dos en dos, de tres en tres, etc., hasta intentar todas de una sola pasada. Gana el que lo logre. Otra forma de ganar es por acumulación de puntos, es decir, cada jugador tendrá un turno acordado entre los participantes para realizar su jugada hasta pasar todos, cada uno contará las piedritas que atrapó y memorizará la suma de éstas, para comparar las cuentas al final de la ronda entre ellos, y así determinar que niño o niña acumuló más puntos para saber quien fue el ganador.

   CONADE. **Matatena.** Cada jugador toma un puño de huesitos y lo lanza al aire, volteando rápidamente la mano para que con el dorso trate de detener el mayor número de huesitos. El que detenga más huesitos será el que inicie el juego. Sucesivamente le seguirán de acuerdo a las que hayan atrapado. El juego consiste en lanzar al aire y tomar otro del suelo para cachar el que estaba en el aire y así hasta ganar el mayor número de huesitos o perder el turno.

2.2. Marco Legal

Para que esta investigación pudiera llevarse a cabo, se tuvieron que ver, leer, revisar diversas leyes y acuerdos que rigen la educación actual. Así, al final éstas son los principales sustentos en los que se basó la misma.

- Artículo tercero constitucional. Indica que la educación que imparta el estado debe desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano.

- Ley General de Educación. En su artículo séptimo que dice, se debe propiciar la adquisición, el enriquecimiento y la difusión de los bienes y valores de la cultura universal, en especial de aquellos que constituyen el patrimonio cultural de la Nación así como fomentar y estimular la educación física y la práctica deportiva, respectivamente.

- Ley General de Cultura Física y Deporte. Titulo Quinto. De la cultura física y el deporte, artículo 88. Los Juegos Tradicionales y Autóctonos serán considerados como parte del patrimonio cultural deportivo del país y la Federación, los Estados, el Distrito Federal y los Municipios en el ámbito de sus respectivas competencias deberán preservarlos, apoyarlos, promoverlos, fomentarlos y estimularlos.

- Programa de estudios 2011 de la Secretaría de Educación Pública. Se pretende que los alumnos reconozcan la pluralidad como una característica de su país y del mundo, y que la escuela se convierta en un espacio donde la diversidad pueda apreciarse y valorarse como un aspecto cotidiano de la vida.

- Declaracion de Helsinky de la Asociación Medica Mundial (AMM) reafirmada por la 64ª Asamblea General, Fortaleza, Brasil, octubre 2013. Dicha declaración es una propuesta de principios éticos para la

investigación médica en seres humanos que (interpretado desde el punto de vista del profesor de educación física):

- El propósito principal de la investigación médica en seres humanos es comprende las causas, evolución y efectos de las enfermedades y mejorar las intervenciones preventivas.
- Los padres de familia del alumno deben ser capaces de dar su consentimiento informado en la investigación voluntariamente a fin hacer buen uso de los datos recolectados y velar, primeramente por la integridad física, psicológica y social del individuo.
- Todas las personas que participan en la investigación deben de tener la opción de ser informadas sobre los resultados generales del estudio.

Capítulo III Diseño Metodológico

3.1 Método de investigación

La Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo define al **método** como la serie o conjunto de pasos ordenados y sistematizados que tienen como fin llegar a la obtención del conocimiento.

Clotilde Guillen, citada por (Xochitl, 1997), considera que este método es el camino más corto que puede seguir el maestro, por medio de determinados procedimientos, para estimular, dirigir, guiar las actividades del escolar que experimenta y aprende normas de vida que deben servirle para desarrollarse o adentrarse al medio natural o humano con fines de perfeccionamiento progresivo, basándose en las siguientes funciones, principios y formas de selección:

- Funciones: orientar y regular el curso primordial del aprendizaje. Guía la inteligencia y la madurez de los educandos. Atender las limitaciones y posibilidades.
- Principios: económico, psicológico, práctico y funcional, graduado y progresivo, interesante y espontáneo, sencillo, simple y utilitario, integral y educativo, cultural, creativo, socializador.
- Selección: en el proceso de selección de cualquier método el docente deberá cuidar que toda práctica se realice a)la enseñanza individualizada; b) la enseñanza socializada.

La presente investigación se basará en el método experimento con diseño de control mínimo puesto que éste, de acuerdo con (García, 2003), es un tipo de actividad realizada para obtener conocimientos científicos, descubrir leyes objetivas que influyen en el objeto (proceso) estudiado, por medio de mecanismos e instrumentos especiales. Y como método complementario, se utilizará la observación y la encuesta.

Con base en lo anterior, decimos que por su finalidad, esta investigación es aplicada ya que se busca generar saber para el hacer; es decir, a través de la estrategia didáctica de juegos tradicionales y autóctonos de México, los alumnos mejorarán su coordinación óculo manual.

Por la profundidad y tipo de conocimientos que se busca obtener, esta investigación es explicativa toda vez que se trata de une relación causa-efecto, se trata de indagar si los juegos tradicionales y autóctonos mejoran la coordinación óculo manual de los alumnos de 10 y 11 años.

Por el lugar de realización, esta investigación es de campo; el proceso se realizó dentro de la escuela primaria anteriormente mencionada.

Por su enfoque es cuantitativa ya que habrá mediciones antes y después de trabajar con la estrategia didáctica anteriormente descrita; es decir se aplicará la prueba de lanzar del test de estimulación perceptivo motor para que con base en ello, se analicen los resultados y se compruebe la viabilidad o no de los juegos tradicionales y autóctonos en relación a la coordinación óculo manual.

3.2 Metodología

3.2.1 Pre test y post test

Pre test y post test con un grupo.

G 01 X 02

Es decir, hay que controlar el estado inicial que se va a estudiar para después aplicar la propuesta de trabajo (juegos y deportes tradicionales y autóctonos) y posteriormente volver a evaluar para comparar el estado inicial con el final.

La presente investigación trabajó con los alumnos de 5º de la Escuela Primaria Profesor Rubén Moreira Cobos, turno matutino, con quienes se realizó un pre test referido a la coordinación óculo manual, se aplicó la estrategia didáctica de

los juegos tradicionales y autóctonos de México y después se volvió a aplicar un post test para verificar los logros alcanzados.

El test aplicado fue el de Manual de aplicación de baterías en Educación Física 2009. Primaria I. Estimulación perceptivo motor. Prueba Lanzar.

Para éste, la metodología que se siguió fue la siguiente:

1. Explicación por parte del investigador por qué y para qué es la prueba a realizar.
2. Explicación por parte del investigador en qué consiste la prueba:

   Mecánica de ejecución: ubicarse en la línea de tiro (a 5 metros del objetivo), el ejecutor puede colocar un pie al frente y otro atrás o ambos pies paralelos a la anchura de sus hombros, realizar el lanzamiento por arriba del hombro, hacer que el objeto lanzado (pelota de tenis) pegue en la diana pintada en la pared.

3. Demostración, por parte del investigador o de un auxiliar, de la prueba.
4. Realizar calentamiento físico general, conforme al orden de paso, para la ejecución de la prueba.

   Céfalo-caudal: extensión-flexión de cuello, rotación de hombros, rotación de articulaciones superiores, movimiento articular de codos y muñecas, flexión y extensión de dedos.
5. Efectuar lanzamientos de prueba, dos por alumno.
6. Ejecución de la prueba.
7. Validación e invalidación de la prueba (revisar condiciones de estandarización).
8. Recopilación y vaciado de datos
9. Análisis de resultados
10. Interpretación.

Tarea o consigna:

El alumno deberá lanzar 5 veces, con su mano hábil, una pelota de tenis (57 gr) de forma precisa pegando dentro de la diana de 50 cm. de diámetro (pintado en una pared a 1.50 metros de altura y a 5 metros de distancia).

Objetivo general: Observar la precisión del lanzamiento

Objetivo particular: Cuantificar la capacidad coordinativa óculo manual.

Condiciones de estandarización:

La estandarización es un conjunto de pasos previamente establecidos con el fin de que exista una reproductibilidad fiable. A continuación se enumeran las normas de estandarización para la realización de este test:

1. Desayuno general
2. Ropa cómoda (uniforme de E.F.: playera, short, tenis, mujeres cabello recogido sin fleco [visibilidad])
3. Ningún alumno deberá presentar el test enfermo (excepto enfermedades crónicas)
4. Inicio: 9:00 hrs
5. Explicación de prueba
6. Calentamiento general céfalo caudal conforme al orden de paso. Énfasis en articulación hombro-brazo-muñeca (ambas manos): extensión-flexión de cuello, rotación de hombros, rotación de articulaciones superiores, movimiento articular de codos y muñecas, flexión y extensión de dedos.
7. Cada alumno tendrá dos tiros de prueba antes de comenzar el test.
8. Cumplir con reglas de lanzamiento: no pisar línea de tiro, no despegar pies del piso (un pie al frente y el otro atrás o pies paralelos a la anchura de los hombros)
9. Que la pelota pegue dentro de la diana.
10. El alumno no deberá detenerse hasta la culminación del test (excepto por lesión)

11. Después de cada tiro, la diana se limpia

Validación e invalidación de la prueba.

Prueba válida: hacer el test con las especificaciones dadas

Prueba inválida: inicie antes de la señal, no concluir el test.

3.2.2 Estrategia didáctica (variable independiente)

Ocho fueron los juegos utilizados en la estrategia didáctica aplicada para la mejora de la coordinación óculo manual; éstos fueron ampliamente investigados, por medio de la Federación Méxicana de Juegos y Deportes Autóctonos así como en la Comisión Nacional del Deporte, toda vez que requieren de habilidades específicas que tienen que ver con el desarrollo de la misma: precisión, atención, percepción, lanzar, cachar, prensión y golpear.

A saber dichos juegos son:

- Pash-pash o tambuchi
- La quemada o quemados
- Juego dela serpiente o carreterita
- Docena
- Olotl Patlani
- Caza venado u hoyo
- Rayuela
- Matatena

Por haberse aplicado la estrategia didáctica dentro de las sesiones de educación física: martes y jueves 8:30 a 9:30 a.m., dichos juegos se dividieron en dos juegos por bimestre. En total se utilizaron 4 bimestres (8 meses) los cuales llevaron el nombre genérico por unidad “los juegos de antes son diamantes”. Así, la sesión se divide en tres fases: juegos introductorios al tema central, conocimiento y puesta en práctica de los juegos tradicionales y/o

autóctonos, plática sobre las generalidades del juego y lo que implico para el alumno el conocerlo y jugarlo.

La propuesta contiene los siguientes elementos:

<table>
<tr><td>UNIDAD DIDACTICA I
“LOS JUEGOS DE ANTES SON DIAMANTES”</td><td>GRADO
5° AÑO</td><td>No. SESIONES
12</td></tr>
<tr><td colspan="3">PROFRA. MARTHA BEATRÍZ MELÉNDEZ MARTÍNEZ</td></tr>
<tr><td colspan="3">COMPETENCIA: Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices</td></tr>
<tr><td colspan="2">CONTENIDOS: patrones básicos de movimiento, creatividad, comunicación, interacción personal, reconociendo sus propias capacidades, habilidades y destrezas motrices, precisión, atención, percepción.</td><td>PROPÓSITO: Que resuelva problemas que impliquen el dominio de sus habilidades motrices básicas y las aplique en los juegos tradicionales y autóctonos que conocerá y practicará, realizando una valoración previa de sus propios desempeños.</td></tr>
<tr><td colspan="3">APRENDIZAJE ESPERADO: compara y reconoce sus desempeños motores al conoce, experimentar y proponer formas de juego participativo e incluyente; distingue y resuelve situaciones de juego en forma inmediata; que reconozca la importancia de la coordinación óculo manual.</td></tr>
<tr><td colspan="3">ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS.

• JUEGOS TRADICIONALES Y AUTÓCTONOS
<table>
<tr><td>Carreterita y/o Juego de la serpiente.

Se dibuja en el piso una “carreterita” o “víbora” que tengas rectas y curvas. Los jugadores se colocan en la línea de salida y desde ahí, con el impulso de los dedos índice, o medio, mueven su carrito o ficha de un toque. Cada jugador tiene 3 oportunidades por turno para avanzar su carro o ficha. Gana quien llegue primero.

Variantes: empujar con el pie, empujar sólo con mano derecha, sólo con</td><td>Matatena

Lanzar al aire el huesito y tomar otro del suelo para cachar el que estaba ene l aire y así hasta ganar el mayor número de huesitos o perder el turno.

Variantes: se puede utilizar una pelota de esponja que se bota en el piso, se toma un hueso y se cacha la pelota, se pueden tomar huesitos en turnos de dos, tres, cuatro, etc.</td></tr>
</table></td></tr>
</table>

mano izquierda.	

- **TRABAJO EN PARES**
- **CIRCUITOS**
- **ACTIVIDADES RECREATIVAS**

OBSERVACIONES. Además de trabajar los juegos tradicionales y autóctonos se realizarán algunas otras actividades como juegos de persecución, juegos de iniciación deportiva y torneos; siempre dando énfasis al tema de la coordinación óculo manual. Los alumnos traerán material de casa para la elaboración de los juegos, si éstos lo requieren.

EVALUACIÓN. Asistencia, participación en clase, cumplimiento de material, investigaciones sobre el estado perteneciente del juego, cuestionarios, aplicación de test en el último bimestre.

MATERIAL DIDÀCTICO E INSTALACIONES.

- **Patio escolar.**
- **Gises**
- **Fichas o corcholatas**
- **Carritos**
- **Huesitos**
- **Pelotas de esponja**

UNIDAD DIDACTICA II **“LOS JUEGOS DE ANTES SON DIAMANTES”**	GRADO **5° AÑO**	No. SESIONES 14
PROFRA. MARTHA BEATRÍZ MELÉNDEZ MARTÍNEZ		
COMPETENCIA: ***Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices***		
CONTENIDOS: patrones básicos de movimiento, creatividad, comunicación, interacción personal, reconociendo sus propias capacidades, habilidades y destrezas motrices, precisión, atención, percepción.	**PROPÓSITO:** Que resuelva problemas que impliquen el dominio de sus habilidades motrices básicas y las aplique en los juegos tradicionales y autóctonos que conocerá y practicará, realizando una valoración previa de sus propios desempeños.	
APRENDIZAJE ESPERADO: compara y reconoce sus desempeños motores al conoce, experimentar y proponer formas de juego participativo e incluyente; distingue y resuelve situaciones de juego en forma inmediata; que reconozca la importancia de la coordinación óculo manual.		
ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS.		

JUEGOS TRADICIONALES Y AUTÓCTONOS	
Pash-pash y/o Tambuchi. Participan de 25 a 30 jugadores, quienes forman un círculo en un espacio plano, en el centro se coloca un jugador al que se denomina "repartidor", el cual iniciará el juego golpeando el pash-pash con la mano y dirigiéndolo hacia cualquier jugador que de igual forma golpeará de regreso el pash-pash hacia el repartidor y así sucesivamente, siguiendo el sentido de las manecillas del reloj; si un jugador del círculo lo deja caer al tratar de regresarlo es eliminado. Variantes: jugar en equipos dos contra dos, los jugadores eliminados forman círculos más pequeños y continúan jugando, el pash-pash sólo se golpea, no se lanza, se puede golpear con cualquier parte del cuerpo, jugar en cancha.	Olote que vuela Se emplea un olote (corazón de la mazorca de maíz seco) en cuya base se insertan varias plumas de guajolote o gallina, que se anudan al olote con cintas de algodón. Dos o más jugadores lanzan el olote hacia un punto específico, lo más lejos o lo más alto posible; el que lo lance más lejos, más alto o haga contacto en el blanco determinado, en el menor número de intentos, será el ganador; la puntuación se da por la altura o distancia alcanzada. Variante: competencias para conocer al mejor lanzador, colocar dianas, jugar "pase 10", jugar equipo contra equipo.

- **CIRCUITOS**
- **TORNEO**

OBSERVACIONES. Además de trabajar los juegos tradicionales y autóctonos se realizarán algunas otras actividades como juegos de persecución, juegos de iniciación deportiva y torneos; siempre dando énfasis al tema de la coordinación óculo manual. Los alumnos traerán material de casa para la elaboración de los juegos, si éstos lo requieren.

EVALUACIÓN. Asistencia, participación en clase, cumplimiento de material, investigaciones sobre el estado perteneciente del juego, cuestionarios, aplicación de test en el último bimestre.

MATERIAL DIDÀCTICO E INSTALACIONES.
• **Patio escolar.** • **Hojas de maíz** • **Tazo** • **Mecahilo** • **Olote** • **Plumas** • **Silicón** • **Pelotas**

UNIDAD DIDACTICA III **“LOS JUEGOS DE ANTES SON DIAMANTES”**	GRADO **5° AÑO**	No. SESIONES 12
PROFRA. MARTHA BEATRÍZ MELÉNDEZ MARTÍNEZ		
COMPETENCIA: ***Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices***		
CONTENIDOS: patrones básicos de movimiento, creatividad, comunicación, interacción personal, reconociendo sus propias capacidades, habilidades y destrezas motrices, precisión, atención, percepción.	**PROPÓSITO:** Que resuelva problemas que impliquen el dominio de sus habilidades motrices básicas y las aplique en los juegos tradicionales y autóctonos que conocerá y practicará realizando una valoración previa de sus propios desempeños.	
APRENDIZAJE ESPERADO: compara y reconoce sus desempeños motores al conoce, experimentar y proponer formas de juego participativo e incluyente; distingue y resuelve situaciones de juego en forma inmediata; que reconozca la importancia de la coordinación óculo manual.		

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS.

JUEGOS TRADICIONALES Y AUTÓCTONOS

Rayuela.	Rayuela de rebote
Se colocan los jugadores detrás de una línea marcada en el piso (línea de tiro), y por turno arrojan una moneda hacia otra línea pintada a una distancia que va de 5 a 10 m y paralela a la primera. El jugador cuya	Los jugadores, que pueden ser dos o más, lanzan piedras planas o monedas contra la base a partir de una línea. El objetivo del juego es matar la ficha del adversario (sacarla) después de que rebote en la piedra

moneda quede más cerca de la segunda línea, ya sea antes o después de ella, es el ganador; hay que decir que el juego se pacta a determinadas rondas. Las reglas son: 1) todos tienen oportunidad de hacer dos tiros por turno con dos monedas distintas. 2) al término de cada ronda sólo una persona (participante) debe entrar al área de juego a recoger las monedas y entregarlas a sus respectivos dueños. 3) si después de hacer el tiro un jugador entra al área sin autorización a recoger sus monedas, es descalificado. 4) si dos jugadores tiran al mismo tiempo son descalificados. 5) si el jugador rebasa la línea de tiro es descalificado. 6) si alguna moneda es "quemada", es decir, tocada por otra después de haber caído, es descalificada. Gana quien después de pactar el número de rondas haya acumulado más puntos.	base; la forma de matarla es cayendo sobre la moneda o ficha del adversario. Las reglas son: 1) se realiza un sorteo para establecer el orden de tirada. 2) se establece la distancia de cada tiro, colocándose a tras de la línea. 3) cada ficha deberá rebotar en la piedra base para que el intento sea válido. 4) se establecerá por mutuo acuerdo si el mate se da después de algunos rebotes o al primero. 4) el primer jugador lanzará su ficha para que rebote y en caso de que nadie lo mate recogerá su ficha y realizará el tiro con la posibilidad de matar a sus adversarios. El juego se terminará hasta que haya un ganador. Al inicio se establece si el ganador se queda con las fichas que haya "matado", lo que ocurre generalmente.

- **CIRCUITOS**
- **TORNEO**

OBSERVACIONES. Además de trabajar los juegos tradicionales y autóctonos se realizarán algunas otras actividades como juegos de persecución, juegos de iniciación deportiva y torneos; siempre dando énfasis al tema de la coordinación óculo manual. Los alumnos traerán material de casa para la elaboración de los juegos, si éstos lo requieren.

EVALUACIÓN. Asistencia, participación en clase, cumplimiento de material, investigaciones sobre el estado perteneciente del juego, cuestionarios, aplicación de test en el último bimestre.

MATERIAL DIDÀCTICO E INSTALACIONES.

- **Patio escolar.**
- **Gises**
- **Monedas**
- **Piedras lisas**

UNIDAD DIDACTICA IV **“LOS JUEGOS DE ANTES SON DIAMANTES”**	GRADO **5° AÑO**	No. SESIONES 14
PROFRA. MARTHA BEATRÍZ MELÉNDEZ MARTÍNEZ		
COMPETENCIA: ***Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices***		
CONTENIDOS: patrones básicos de movimiento, creatividad, comunicación, interacción personal, reconociendo sus propias capacidades, habilidades y destrezas motrices, precisión, percepción, atención.	**PROPÓSITO:** Que resuelva problemas que impliquen el dominio de sus habilidades motrices básicas y las aplique en los juegos tradicionales y autóctonos que conocerá y practicará, realizando una valoración previa de sus propios desempeños.	
APRENDIZAJE ESPERADO: compara y reconoce sus desempeños motores al conoce, experimentar y proponer formas de juego participativo e incluyente; distingue y resuelve situaciones de juego en forma inmediata; que reconozca la importancia de la coordinación óculo manual.		

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS.

JUEGOS TRADICIONALES Y AUTÓCTONOS

Bota palitos y/u hoyitos.	La Quemada y/o Quemados.
Se acomodan una serie de varitas o palitos planos recargados en una pared, entonces un jugador lanza una pelota desde cierta distancia marcada con una línea para botar o tirar una pieza; si lo logra todos corren a una base (árbol, poste, etc.) teniendo la posibilidad de estar en dicho lugar	Participan dos equipos de 10 a 12 personas cada uno, lo común es que sea de 10 y dos suplentes. Cada equipo nombrará un capitán que lo represente, por sorteo se determina quién inicia. Si los equipos lo deciden, habrá un juez, de otra manera los jugadores marcarán sus faltas. El

momentáneamente en lo que el "quemador" quien es el dueño de la varita que cayó, va por la pelota y la lanza hacia arriba en tres ocasiones, lo cual deben aprovechar el resto de los jugadores para llegar de regreso a la línea de tiro (estar a salvo). Si toca a alguno con la pelota (arrojándosela) en este trayecto éste hará lo mismo. El que no logre regresar y se quede con la pelota cuando ya todos hayan traspasado la línea, tendrá un punto en contra, en algunos sitios se dice que tiene un hijo, al cumular tres se determina un castigo	equipo que inicia se coloca alrededor de un rectángulo, el otro dentro del mismo. Las medidas del rectángulo son: de 15 a 20 m de largo y 3 a 5 m de ancho, libre de obstáculos. Se utiliza una pelota de peso variable que se pueda asir con la mano. El juego inicia cuando el portador de la pelota grita "¡Sale!" Un equipo porta la pelota (quemadores) y con ella intentarán "quemar" (lanzándola) a los integrantes del otro equipo, quienes tratarán de esquivarla; conforme los "quemen" saldrán del juego hasta quedar todos eliminados. Las reglas son: 1) se prohíbe estrictamente salir del área señalada, de hacerlo el equipo de los quemadores castigará al jugador que lo haga. 2) la línea que delimita el rectángulo no podrá ser rebasada por el "quemador", si hay intento de invasión se previene al jugador contrario, al tercer llamado se le castiga. 3) cuando los jugadores son tocados en cualquier parte del cuerpo a excepción de la cabeza, "quemados", se van saliendo y se colocan a 1.30 m de la línea de juego. 4) no pueden irse hasta finalizar el juego; si lo hacen pierden la oportunidad de ganar. 5) al quedar un

	solo jugador, éste tendrá la oportunidad de salvar a su equipo, para ello habrá de esquivar la pelota en 10 ocasiones. 6) los quemados estarán listos para contar los puntos en espera del resultado. 7) si el jugador restante logra esquivar los 10 intentos, automáticamente todos sus compañeros entran al terreno de juego e inician de nuevo hasta que el equipo quemador logre su objetivo. 8) cada equipo tendrá derecho a cambiar dos jugadores en cada juego. 9) el partido termina si antes de finalizar las 10 oportunidades es quemado el último jugador, o si éste se rinde por cansancio.

- **TORNEO**

OBSERVACIONES. Además de trabajar los juegos tradicionales y autóctonos se realizarán algunas otras actividades como juegos de persecución, juegos de iniciación deportiva y torneos; siempre dando énfasis al tema de la coordinación óculo manual. Los alumnos traerán material de casa para la elaboración de los juegos, si éstos lo requieren.

EVALUACIÓN. Asistencia, participación en clase, cumplimiento de material, investigaciones sobre el estado perteneciente del juego, cuestionarios, aplicación de test en el último bimestre.

MATERIAL DIDÀCTICO E INSTALACIONES.

- **Patio escolar.**
- **Varitas de madera**
- **Gises**
- **Pelotas**
- **Conos**

3.3 Muestra

La muestra será para un grupo conocido y con una variable categórica**.**

$$n = \frac{N*Z_{\alpha}^{2}*p*q}{d^{2}*(N-1)+Z_{\alpha}^{2}*p*q}$$

Por lo tanto, la muestra fue de 71 alumnos inscritos en 5º dado que los criterios fueron los siguientes:

- 98% de alumnos de 10-11 años
- 35 mujeres y 36 hombres
- 90% alumnos con asistencia regular a la escuela
- 90% alumnos que les gusta la clase de Educación Física
- 50% alumnos que realizan actividades físicas extra clase (taekwondo, natación, futbol, basquetbol, danza árabe, entre otras)
- 50% alumnos que solo realizan actividad física dentro de la escuela

3.4 Instrumentos

1. Espacio libre de obstáculos con medidas mínimas de 8 metros de largo por dos de metros de ancho y tres metros de alto.
2. Pelota de tenis (6.50 cm de diámetro y 57 gr de peso)
3. Diana (círculo de 50 cm de diámetro pintado en una pared a 1.50 metros de altura y a 5 metros de distancia del alumno).
4. Gis blanco
5. Pintura negra
6. Talco
7. Hoja de observación
8. Plumas
9. Silbato.
10. Manual de aplicación de baterías en Educación Física 2009. Primaria I. Estimulación perceptivo motor. Prueba Lanzar. Forma de calificar.

EXCELENTE	BIEN	REGULAR
5 a 4 veces	3 a 2 veces	1 vez

Protocolo

- Preparar el área para la realización de la prueba.
- Recopilar los datos personales de los ejecutantes.
- Recibir la carta de aceptación para la realización de la prueba.
- Que el alumno cumpla con los requisitos de estandarización.

3.5 Estadística

Con base en los datos obtenidos en la tabla de los resultados de la prueba aplicada antes y después del conocimiento y puesta en práctica de los juegos tradicionales y autóctonos trabajados con los 71 alumnos muestra de 5º año de la escuela primaria Profesor Rubén Moreira Cobos, turno matutino (ver Anexos), los datos se analizaron con base en las medidas de tendencia central:

- Media
- Moda
- Mediana

Por ser éstas indicadores estadísticos que muestran hacia qué valor o valores se agrupan los datos.

Al mismo tiempo se trabajó con la:

- desviación estándar

Que nos indica cuánto pueden alejarse los valores respecto de la media para saber si los datos son viables y por ende, los resultados dignos de análisis para obtener alguna conclusión.

Capítulo IV Análisis de Resultados

4.1 Análisis de resultados

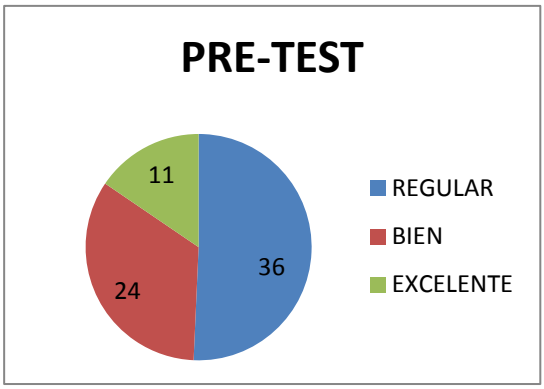
PRE TEST **Media 2,859** **Moda 1** **Mediana 1**	**En el momento de la evaluación diagnóstica, los alumnos de 5º, en promedio, se ubicaron en el rango de Regular. El resultado más repetido al momento de los lanzamientos fue de uno; situación por la cual se planteó la utilización de la estrategia didáctica basada en juegos tradicionales y autóctonos para mejorar dicha condición como parte del fomento de estrategias didácticas novedosas y provocadoras para llegar a un aprendizaje esperado y como parte del logro de los propósitos planteados por el Programa de estudios 2011 para el 5º.**
POST TEST **Media 4,112** **Moda 4** **Mediana 4**	Al término de las 4 unidades didácticas trabajadas con los alumnos (8 meses) basadas en juegos tradicionales y autóctonos, el promedio en el que se ubicaron los alumnos hace referencia al rango de excelente; lo cual confirma que dicha estrategia ayudó, a los alumnos de 5º de la escuela anteriormente citada, a mejorar su coordinación óculo manual; toda vez que esto se vio reflejado también en la eficiencia de sus movimientos al practicar los juegos, al participar en los torneos e incluso en la escritura legible de los trabajos que se iban presentando.

Desviación estándar.

Pre test	Post test
2,086	4,854

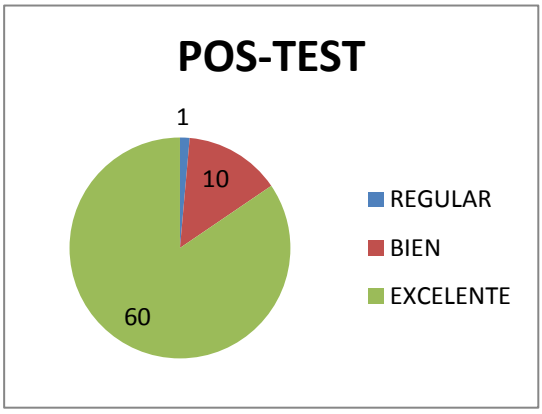
Y es que en el ámbito de la educación física podemos afirmar que el test aplicado y la estrategia didáctica utilizada, fueron aptos para el grupo de alumnos con el que se trabajo ya que los resultados de los test nos indican que ninguno de los testeados se alejo significativamente de la media en la obtención de los resultados de la prueba.

Gráfica 1

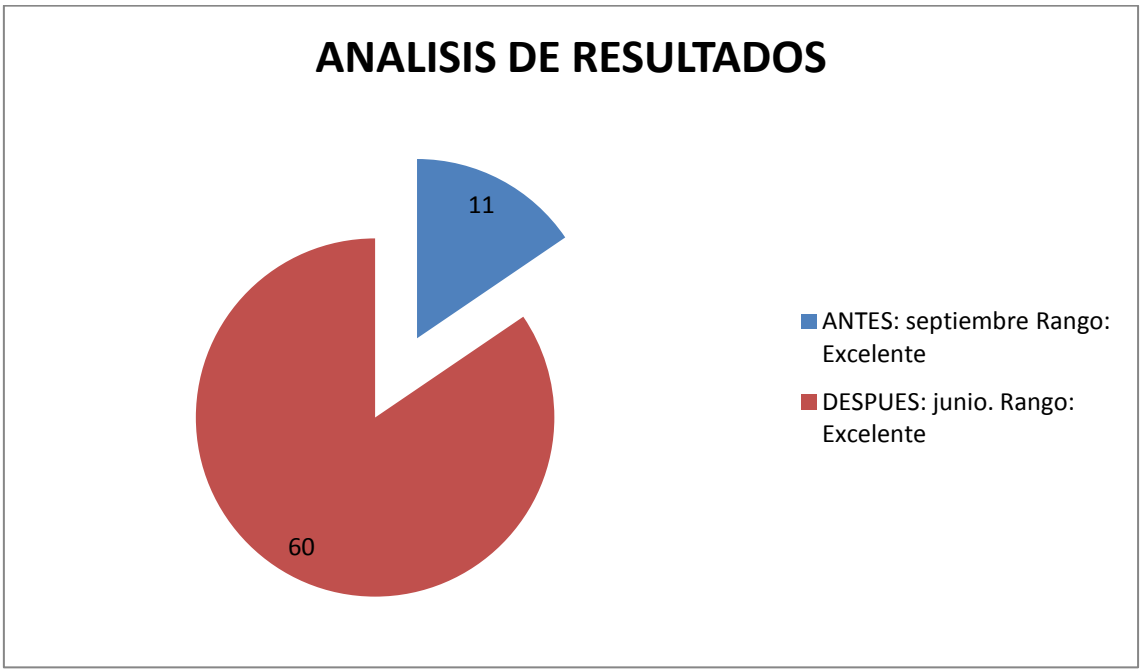


La gráfica 1 indica como al principio de la investigación la mayoría de los alumnos (36%), luego de ser testeados, se encuentra en un rango de regular en cuanto a su coordinación óculo manual. Motivo que dio pie a la planeación e implementación del trabajo con juegos autóctonos y tradicionales por ser éstos novedosos y de poco acceso para la mayoría de los alumnos; al mismo tiempo, de acuerdo a parámetros establecidos por el programa de estudios vigente de educación física, en esta edad (10-11 años) los alumnos deben de tener consolidados los aspectos coordinativos ya que ellos dan pie a una mejor eficiencia de movimiento. Cabe mencionar que este grado se comienza a trabajar el deporte escolar de manera más constante y en el caso de la escuela, deportes como el handball, voleibol, basquetbol y tocho bandera son muy recurrentes dentro de la clase de educación física.

Gráfica 2



El gráfico dos tiene que ver con la última aplicación del test en donde hay una mejoría reflejada en un 60% respecto a la primera vez que ellos se enteraron de su condición con respecto a la coordinación óculo manual. Es decir, que respecto de la primer aplicación del test (mes de septiembre) hasta este segundo momento (junio) hubo una mejoría en un 24%. Además de los resultados en el test, las actividades realizadas dentro de la clase fueron más eficientes y efectivas al ellos dominar sus extremidades superiores para poder dar paso a un juego más dinámico, entretenido y que les permitió atreverse a dar mayores propuestas para ir alcanzando metas cada vez más complejas.



Para la implementación de la propuesta de trabajo basada en juegos tradicionales y autóctonos de México, se realizaron 2 mediciones que tuvieron que ver con la aplicación del Test de Precisión en 2 momentos: pre test y post test.

Los datos arrojados indicaron que:

- En un principio, de los 71 alumnos medidos el 11% de los alumnos se ubicaron en Excelente, 24% en Bien y 36% en regular (condición por la cual se propuso el trabajo haciendo énfasis en la coordinación óculo manual).

- Durante el trabajo, que consistió en el conocimiento, práctica, dominio e implementación de 8 juegos tradicionales y autóctonos durante 8 meses cabe hacer mención que dicho trabajo fue bien recibido y aceptado por ser novedoso para los alumnos.

- Finalmente, una vez terminado el trabajo y con los resultados de un segundo momento de evaluación; los alumnos se encontraron en los siguientes rangos: 60% en Excelente, 10% en Bien y 1% en Regular. Lo cual podría interpretarse como un adecuado seguimiento de la propuesta de trabajo ya que los alumnos cumplieron con todas las tareas que se sugirieron en la prueba de una manera aceptable comprobando, finalmente, que se cumplió con la hipótesis de la investigación planteada.

Capítulo V Conclusiones

5.1 Conclusiones

1. Los resultados indicaron que el desarrollo de la estrategia didáctica basada en juegos tradicionales y autóctonos fue un procedimiento viable para incrementar y/o mejorar la coordinación óculo-manual en los alumnos de 5º de la escuela primaria Profesor Rubén Moreira Cobos, turno matutino, durante el ciclo escolar 2013-2014.
2. La implementación de esta estrategia didáctica permitió a partir de su estructura y funcionamiento, desarrollar la coordinación óculo-manual de los alumnos no solo en las clases de educación física sino también en las demás clases de la currícula.
3. Si bien el test utilizado no se logró validar, la metodología utilizada permitió entender que los niveles de desarrollo físico, psicológico y social de una persona no se pueden generalizar ni estandarizar puesto que todo el contexto en que se desarrolla dicho individuo influye.
4. A través del desarrollo de proyectos y estrategias para la práctica constante de la psicomotricidad se puede mejorar y lograr que el individuo se reconozca, se acepte y exprese con y para el cuerpo.
5. En promedio, los 71 alumnos que trabajaron con los juegos tradicionales y autóctonos mejoraron en un 49% su coordinación óculo manual

5.2 Recomendaciones

- Se recomienda utilizar esta estrategia didáctica, juegos tradicionales y autóctonos, en todos los niveles de educación primaria.

- Conocer, reconocer y dominar la diversidad de juegos tradicionales y autóctonos que hay en el país por parte del docente de educación física.

- Tener un grupo de control y un grupo piloto para verificar que dicha estrategia si incide realmente en el fortalecimiento de la coordinación óculo manual.

- Realizar eventos masivos que involucren a todo la comunidad escolar para dar a conocer la diversidad cultural de nuestro país y su relación con la educación física.

Bibliografía

Ajuriaguerra, J. D. (1993). *Estadios del desarrollo seún Jean Piaget en: Manual de Psiquiatría Infantil. .* Barcelona-México.

Alvarez, G. B. (2 de marzo de 2008). *Revista optometría. Imagen óptica, periodismo con visión.* Recuperado el 20 de mayo de 2015, de Del ojo a la mano y de la mano al pensamiento.: http://www.imagenoptica.com.mx/pdf/revista48/ojo.htm

Arreguín, N. P. (2012). *Manual de la Didáctica de la Educación Fïsica. De la teoría a la práctica.* México: Arte Final.

Brito, L. (1998). *Educacion física y recreación.* Mèxico: Edamex.

Caminero, F. L. (2010). *Diseño y Estudio Científico para la validación de un test motor original, que mida la coordinación motriz en alumnos de educación secundaria obligatoria.* Granada: Editorial de la Universidad de Granada.

CONADE. (2003). Juegos tradicionales y organizados. En CONADE, *Juegos tradicionales y organizados* (pág. 202). México: CONADE.

Coutiño, B. (2012). *Estrategias didácticas en Educación Física. Del racionalismo teórico al racionalismo práctico.* México: Grupo Pegaso.

Crail, A. (24 de abril de 2015). *juegos autóctonos: la apuesta por sobrevivir*. Recuperado el 28 de abril de 2015, de másformásdf: http://www.maspormas.com/nacion-df/df/encuentro-de-juegos-autoctonos-tradicionales-deportes

Definición del ANOVA. (2008). Recuperado el 2 de mayo de 2014, de http://definición-del-anova.blogspot.mx/

DGEF. (1994). *Programa de Educación Física.* México: SEP.

Diccionario de la Educación Física. (2003). Colombia: Gil Editores.

Federación Mexicana de Juegos y Deportes Autóctonos y Tradicionales, A. (2009). *Juegos y Deportes Autóctonos y Tradicionales de México.* Mèxico: Trillas.

García, M. E. (2003). *La investigación científica aplicada al deporte.* México: BUAP.

Garófano, J. L. (2001). *Fundamentos para el desarrollo de la motricidad en edades tempranas.* Málaga: Imagraf.

Gómez, R. H. (2004). La enseñanza de la Educación Física en el nivel inicial y el primer ciclo de la E.G.B. In R. H. Gómez, *La enseñanza de la Educación Física en el nivel inicial y el primer ciclo de la E.G.B.* (p. 542). Buenos Aires: Stadium.

H., C. W. (1998). *Diccionarios de psicología.* Mèxico: Fondo de Cultura Econòmica.

Manual de Educación Física Deportes y recreación por edades. (2005). Madrid: Cultural.

Manual de Juegos. (2006). España: Oceano.

Montes, F. R. (2012). Desarrollo de la motricidad a través del juego. In F. R. Montes, *Desarrollo de la motricidad a través del juego* (p. 196). España: GYMNOS.

Preescolar. (2010 йил 05-diciembre). *Coordinación Visomotora y su influencia en la escritura.* Retrieved 2015 йил 24-abril from http://temas-reflexiones.blogspot.mx/2010/12/coordinacion-visomotora-y-su-influencia.html

Ríos, R. P. (2007). *Teoría sobre el movimiento.* México: Trillas.

Risco, J. L. (1991). *La Educación Corporal .* Barcelona: Paidotribo.

Rivera, D. M. (2009 йил marzo). *Revista Digital EFDeportes.* Retrieved 2013 йил 20-junio from Revista Digital EFDeportes: http://www.efdeportes.com/Revista DIgital

SEP. (2003). *Antologia de Educación Física. Programa Nacional de Carrera Magisterial.* México: SEP.

SEP. (2009). *Manual de aplicación de baterias en Educación Física.* México: SEP.

SEP. (2011). *Plan de estudios 2011. Educación Básica.* MEXICO: SEP.

SEP. (2009). *Programas de Estudio 2009.* Mexico: SEP.

Sosa, M. Á. (2012). *La enseñanza de la Educación Física. Propuesta para desarrollar competencias en la escuela.* México: Trillas.

Techachal, E. P. (2003). *Juegos para el conocimiento y dominio del cuerpo.* México: Supernova.

Villa, C. R. (2010). Coordinación y equilibrio: base para la educacion fisica en primaria. *Innovacion y experiencias educativas* , 1-11.

Xochitl, A. (1997). *Apuntes para apoyo de la materia de Didáctica.* México, D.F.: ESEF.

Zapata, O. A. (1995). *Aprender jugando en la escuela primaria.* México: Pax México.

ANEXOS

Anexo 1

Escuela Primaria Profesor Rubén Moreira Cobos

Turno Matutino

Educación Física

Profesora Martha Beatríz Meléndez Martínez

ENCUESTA

INTERESES RELACIONADOS CON LA CLASE DE EDUCACIÓN FISICA

Objetivo: conocer los intereses de movimiento y de gustos personales referentes a la clase de educación física.

CONSTESTA Y EXPLICA AMPLIAMENTE LAS PREGUNTAS QUE A CONTINUACION SE TE HACEN:

Edad: _____ Grado y grupo: _____

1. ¿Qué entiendes por Educación Física?

2. ¿Te gusta la clase de Educación Física? Si, no ¿por qué?

3. ¿Prácticas alguna actividad física extra clase? ¿qué, en dónde y cuántas veces a la semana?

4. Dibújate realizando la actividad física de tu preferencia.

5. ¿Te gustaría conocer y practicar actividades con materiales traídos de casa? Si, no ¿por qué?

-Gracias-

Anexo 2

HOJA DE OBSERVACIÓN TEST PARA MEDIR COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL.

Escuela Primaria _____ fecha: _____

Grupo: _____ No. prueba: _____

SUJETO	SEXO	1er intento	2do intento	3er intento	4to intento.	5to intento	RESULTADO
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							

OBSERVACIONES: _____.

Anexo 3

TABLA DE RESULTADOS FINALES

PRE TEST			POST TEST		
REGULAR	BIEN	EXCELENTE	REGULAR	BIEN	EXCELENTE
36	24	11	1	10	60

Anexo 4

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Asunto: Consentimiento

México, D.F. a ____ de _____ del 20____.

L.E.F. Martha Beatríz Melendez Martínez

Yo, C. _____

Padre de familia de _____

del grupo _____, estudiante de la escuela _____

_____, clave _____, turno _____; suscribo la presente carta de aceptación y consentimiento para utilizar la información (fotografías) que se recabe de la participación de mi hijo (a) en los juegos tradicionales y autóctonos, habiendo comprendido lo anterior y una vez que se me aclararon todas las dudas que surgieron con respecto a esta investigación.

Atentamente,

_____

Nombre y firma

Anexo 5

PLAN DE SESIÓN

UNIDAD DIDACTICA IV LOS JUEGOS DE ANTES SON DIAMANTES	GRADO 5° AÑO	No. SESIÒN. 4 04-05-15
PROFRA. MARTHA BEATRÍZ MELÉNDEZ MARTÍNEZ		
Competencia: *EXPRESIÓN Y DESARROLLO DE HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES*		
Contenidos: patrones básicos de movimiento, precisión, percepción, atención.	**Propósito:** Que resuelva problemas que impliquen el dominio de sus habilidades motrices básicas y coordinativas y las aplique en el juego autóctono bota palitos.	
Aprendizaje esperado: **compara y reconocesus desempeños motores al conocer, experimentar y proponer formas de juego participativo e incluyente; distingue y resuelve situaciones de juego en forma inmediata; que reconozca la importancia de la coordinación óculo manual.**		
DESARROLLO. 1. Movimiento de cabeza a pies 2. Juego "encantados" 3. Flexibilidad general. 4. .juego "bota palitos": dividir al grupo en equipos de 8, recargar palitos sobre la pared, lanzar la pelota. Variante: jugar todo el grupo. 5. Comentarios sobre la clase 6. Pase de lista 7. Aseo de los alumn@s		
OBSERVACIONES: Retomar conocimientos sobre estado originario del juego, que los alumnos opinen similitudes con otros juegos, que propongan reglas nuevas, hacer hincapié sobre importancia de coordinación óculo manual		
EVALUACIÓN. ASISTENCIA, PARTICIPACIÓN, RESPETO, CUMPLIMIENTO CONMATERIAL PEDIDO.		
MATERIAL DIDÀCTICO E INSTALACIONES. • Patio escolar. • Palitos largos • Pelotas de vinyl		

Vo. Bo.

Directora del plantel _____

Profa. Argelia López Matus