

**INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
AREQUIPA**

CARRERA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



APLICACIÓN DEL PROGRAMA “MANOS HÁBILES” PARA EL DESARROLLO DEL
MANEJO DE BALONES EN LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS EN LOS
ALUMNOS DEL 3º GRADO “J” DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA INDEPENDENCIA AMERICANA AREQUIPA- 2017

Tesis presentada por:

MAMANI ALCÁNTARA, FRANCISCO MANUEL

VILCA RODRIGO, DANY HUBER

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

AREQUIPA- PERÚ

2017

ÍNDICE

ÍNDICE.....	2
RESUMEN	4
INTRODUCCIÓN	6
CAPITULO I.....	8
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	8
1.1. CONTEXTO DE LA INVESTIGACIÓN	8
1.1.1 DESCRIPCIÓN DEL CONTEXTO	8
1.1.2. DESCRIPCIÓN DE LOS BENEFICIARIOS	9
1.2 IDENTIFICACION DEL PROBLEMA.....	9
1.2.1 REALIDAD ACADÉMICA DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA.....	9
1.2.2. PRIORIZACIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.....	9
1.2.3. ENUNCIADO EXPLORATORIO Y PREGUNTA DE ACCION	10
1.2.4. JUSTIFICACIÓN	10
1.3. CATEGORIAS Y SUB-CATEGORIAS	11
1.4 OBJETIVOS.....	12
1.4.1 OBJETIVO GENERAL	12
1.4.2 OBJETIVO ESPECIFICO	12
1.5. SUSTENTO TEORICO.....	12
1.5.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	12
1.5.2. MARCO TEORICO CONCEPTUAL	16
1.5.3. DESARROLLO HUMANO	17
1.5.4. PROGRAMA.....	23
1.5.5. DEFINICIÓN DE HABILIADES MOTRICES BÁSICAS.....	25
1.6. LA INVESTIGACIÓN-ACCIÓN EDUCATIVA Y LA CONSTRUCCIÓN DE SABER PEDAGÓGICO METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN ACCIÓN.....	36
1.7. CONSIDERACIONES ETICAS.....	40
CAPITULO II.....	41
2. PLANTEAMIENTO MEDOTOLOGICO.....	41
2.1. DISEÑO METODOLOGICO DE LA INVESTIGACION	41
2.1.3. POBLACION BENEFICIADA	43
2.2. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.	43
2.2.1. DE LA INVESTIGACIÓN EXPLORATORIA	43
2.2.2. DEL PLAN DE ACCIÓN	44

2.3. PLAN DE ACCIÓN	44
a) FUNDAMENTACION	44
b) PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES	46
2.4. ESTRATEGIAS PARA LA RECOLECCION, PROCESAMIENTO Y REFLEXION DE LA INFORMACION	48
CAPITULO III	49
RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	49
3.1 EN CUANTO A LA LÍNEA DE BASE	50
3.2. EN CUANTO A LA SUB-CATEGORIA	52
3.3. EN CUANTO A LA LAS SUB CATEGORIAS.....	54
3.3.1. EN CUANTO AL LANZAMIENTO Y LA PRE-DOMINANCIA UNILATERAL Y BILATERAL.....	54
3.3.2. EN CUANTO AL LANZAMIENTO ESTATICO Y DINAMICO	55
3.3.3. EN CUANTO AL LANZAMIENTO Y EL GRADO DE FLEXION BRAQUIAL	56
3.3.4. EN CUANTO AL LANZAMIENTO Y FUERZA DE EXPULSION DEL OBJETO	57
3.3.5. EN CUANTO A LA RECEPCION ESTATICA Y DINAMICA	58
3.3.6. EN CUANTO A LA RECEPCION CON UNO Y CON DOS MANOS	59
3.3.7. EN CUANTO A LA RECEPCION EN ALTA Y BAJA ALTURA	60
3.3.8. EN CUANTO A LA RECEPCION FRONTAL Y LATERAL	62
3.3.9. EN CUANTO AL BOTE, GOLPEO Y AMORTIGUACION CON RITMO	63
3.3.10. EN CUANTO AL BOTE Y LA ALTERNANCIA BILATERAL.....	64
3.3.11. EN CUANTO AL DESARROLLO DEL MANEJO DE BALONES.....	65
3.4. EN CUANTO AL RELATO DE LA EXPERIENCIA	66
3.5. CONOCMIENTOS ADQUIRIDOS POR EL EQUIPO INVESTIGADOR.....	68
DIFICULTADES Y SOLUCIONES.....	70
3.6. EN CUANTO AL LOGRO EN EL MANEJO DE BALONES EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS.....	72
CONCLUSIONES	74
SUGERENCIAS	75
WEBGRAFÍA	76
BIBLIOGRAFÍA	76
ANEXOS	79

RESUMEN

Este trabajo de investigación tiene como título “Aplicación de del programa “Manos hábiles” pata el desarrollo de manejo de balones en los alumnos del 3ro J de secundaria de la Institución Educativa Independencia Americana Arequipa 2017” , se realizó con el fin de desarrollar el manejo de balones en los alumnos del 3ro J que cuenta con 25 alumnos varones.

El proyecto responde a la investigación acción y su tipología por nivel de profundidad es aplicado por que tiene como finalidad la resolución de problemas prácticos, además por su amplitud es micro educativo por que se trabajará con 25 estudiantes, por el enfoque es de corte cualitativo por que busca interpretar y sistematizar las categorías del problema, con un diseño metodológico critico-reflexivo.

El plan de acción conllevó a ejecutar un programa denominada “Manos hábiles”, con el cual se busca desarrollar el manejo de balones en las habilidades motrices básicas de los estudiantes del 3ro “J” de la Institución Educativa Independencia Americana, en cada sesión ejecutada se utilizó diversas estrategias metodológicas.

Para la recolección de información se utilizó diversas técnicas e instrumentos, en esta investigación usamos encuestas, cuadernos de campo, fichas de observación; luego de obtener toda la información necesaria se procederá a interpretarla, hacer una reflexión de todas las actividades realizadas, triangular la investigación exploratoria con el marco teórico y la aplicación de nuestro programa.

Podemos concluir que los alumnos del 3ro “J” han obtenido un importante desarrollo del manejo de balones en sus habilidades motrices básicas al aplicar este programa de “Manos hábiles”, y además de hacer uso del método critico-reflexivo en los alumnos como investigadores.

INTRODUCCIÓN

Actualmente la investigación acción está teniendo una relevancia en la formación de los estudiantes a nivel nacional, ya que se está utilizando un nuevo diseño educativo que es el crítico- reflexivo, muchos de los docentes del área de Educación Física no desarrollan este tipo de investigación por lo cual nos vemos en la necesidad de realizar este trabajo para un cambio de mentalidad en las nuevas generaciones de futuros docentes.

Este trabajo de investigación está basado en el desarrollo del manejo de balones en las habilidades motrices básicas en los alumnos del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Independencia Americana en Arequipa.

En el capítulo I se trata de la investigación exploratoria que hemos realizado en la Institución Educativa Independencia Americana; en el cual hemos realizado un diagnóstico de todo lo referido a su contexto, tanto interno como externo, además de obtener información importante de la infraestructura; el grupo de 25 alumnos que pertenecen del 3er grado de la sección “J” del nivel secundario, por ultimo vemos el planteamiento y la identificación del problema, ya que se evidencio mediante la observación constante de los alumnos de las categorías establecidas, vemos que el lanzamiento, la recepción y el boteo tienen un alto grado de deficiencia, ya que la gran mayoría de los alumnos al realizar actividades en las cuales intervenga las extremidades superiores y el uso de diversos balones hay un alto grado de dificultad.

También en este capítulo se presenta el plan de acción, vemos la forma en el cual se desarrolla el programa “Manos hábiles”, se muestra las diferentes capacidades que buscamos desarrollar en los alumnos, desde los planes generales hasta los específicos, así como las diversas estrategias y secuencias metodológicas incluidas en el plan.

En el capítulo II se menciona el planteamiento metodológico, el tipo y diseño de investigación, siendo de tipo práctico por su nivel de profundidad, ya que busca resolver problemas prácticos en el desarrollo de aprendizaje del alumno, de un enfoque cualitativo, y de diseño crítico-reflexivo y las diversas fases en las cuales está sumergida nuestra investigación.

En el Capítulo III en cuanto a nuestros resultados y discusión de resultados de la investigación, hemos interpretado los resultados obtenidos de nuestro grupo investigador, haciendo una triangulación de toda la investigación exploratoria, marco teórico y del plan de acción, a la vez que reflexionamos acerca de todo el trabajo realizado, tanto en la parte práctica, teórica y el desarrollo establecido en el plan de acción.

Están incluidos todas las sesiones las cuales trabajamos, haciendo interpretaciones de cada una de ellas en las cuales están inmersas nuestras categorías y subcategorías, a la vez que reflexionamos como equipo investigador acerca de muchos de los aspectos positivos y los negativos que se presentaron durante todo el desarrollo de cada una de las sesiones.

Para concluir vemos lo importante que hemos logrado como futuros docentes en nuestro desarrollo crítico-reflexivo y a la vez que abrimos paso a una nueva forma de desarrollar nuestras capacidades, además de buscar cada día nuevas estrategias con las cuales el aprendizaje no es solo para nuestros alumnos sino también para nosotros mismos.

CAPITULO I

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A través del seguimiento constante a los alumnos de nuestra institución hemos podido identificar muchos problemas pero dentro de ellos hemos planteado uno, este problema está basado en el desarrollo del manejo de balones en las habilidades motrices básicas en los alumnos del 3er grado “J” de secundaria de la Institución Educativa Independencia Americana, ya que los alumnos no ponen en práctica el manejo de balones.

1.1. CONTEXTO DE LA INVESTIGACIÓN

1.1.1 DESCRIPCIÓN DEL CONTEXTO

La Institución Educativa “Independencia Americana” está ubicada en la Av. Independencia N° 1754 en el distrito de Arequipa, en la provincia de Arequipa, a unas dos cuadras del coliseo Arequipa, además de estar ubicada entre dos avenidas muy concurridas que son la Av. Independencia y la Av. Venezuela por el cual se desplazan una cantidad considerable de vehículos.

Esta mencionada institución cuenta con los servicios básicos para el desarrollo de las actividades físico-deportivas, posee áreas para las actividades deportivas una piscina, cancha de pasto natural, tres lozas deportivas para la práctica de básquet y fútbol. Alrededor de los campos deportivos también se encuentran ubicadas algunos puestos de comida rápida o muy conocidos como quioscos, los cuales expenden variedad de productos.

1.1.2. DESCRIPCIÓN DE LOS BENEFICIARIOS

Los estudiantes del 3er grado “J” de secundaria de la Institución Educativa Independencia Americana que cuenta con 25 alumnos varones.

1.2 IDENTIFICACION DEL PROBLEMA

1.2.1 REALIDAD ACADÉMICA DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA

La población beneficiaria son los alumnos del 3er grado “J” de la Institución Educativa Independencia Americana, la situación en la que se encuentran hoy en el área de Educación Física no es la más favorable, ya que por momentos han olvidado desarrollar una parte de sus habilidades motrices básicas en el manejo balones, ya que solo están practicando algunas disciplinas deportivas no involucran el desarrollo en el manejo de diversos balones que ayudan a sus habilidades motrices básicas.

1.2.2. PRIORIZACIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

Nuestro trabajo esta priorizado en el programa “Manos hábiles” para el desarrollo de manejo de Balones en las habilidades motrices básicas, ya que con esto buscamos tener un cambio significativo en los alumnos generando el interés por desarrollar sus habilidades motrices básicas en general, sin tener déficit en actividades deportivas que involucran el manejo de balones.

1.2.3. ENUNCIADO EXPLORATORIO Y PREGUNTA DE ACCION

¿ESTE PROGRAMA DE MANOS HABLES PERMITIRA DESARROLLAR MANEJO DE BALONES EN LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS?

Uno de los problemas encontrados en los alumnos de la actualidad y sobre todo de la Institución Educativa Independencia Americana es el poco desarrollo en el manejo de balones en las habilidades motrices básicas dentro de los deportes colectivos en donde hacen uso de balones de diferentes formas, tamaños y texturas, esto hace que los alumnos tengan un déficit en sus habilidades motrices básicas en la categoría del manejo de balones.

La continua aplicación de sesiones del programa “Manos hábiles” permitirá el desarrollo en el manejo de balones en las habilidades motrices básicas en los alumnos del 3er grado “J” de secundaria de la Institución Educativa Independencia Americana.

1.2.4. JUSTIFICACIÓN

Actualmente en nuestra sociedad se tiene un bajo índice de actividad física y un alto de índice de vicios tecnológicos, los escasos programas en la edad escolar hace que los alumnos no puedan conocer la importancia del desarrollo corporal y sobre todo las fases para el desarrollo de las habilidades básicas en la categoría de manejo de balones, este programa “Manos hábiles” es sumamente importante para desarrollar en los alumnos de la Institución Educativa Independencia Americana, ya que al hacer un estudio hemos podido verificar el poco conocimiento de las habilidades motrices básicas en la categoría de manejo de balones y su aplicación directa en los deportes colectivos, ya que hasta hoy la práctica de estos deportes que involucra el manejo de balones tiene un alto índice de aceptación en todas la instituciones educativas a nivel nacional, además de ser incluido en el Diseño Básico Nacional (D.C.N.) para futuras competencias y logros esperados en la educación a través de este programa.

El programa busca desarrollar las habilidades motrices básicas en la categoría de manejo de Balones debido a que los estudiantes de la mencionada institución están dejando de lado los deportes por ser muy monótonos y muchas veces aburridos sobre todo en aquellos que intervienen el uso de balones, por no ser muy practicados en nuestra comunidad educativa y el poco interés de nuestros docentes por motivar o fomentar este tipo de deportes tanto en nuestra institución como en nuestra localidad.

1.3. CATEGORIAS Y SUB-CATEGORIAS

Tabla N° 1

CATEGORIA	SUB-CATEGORIA	Indicadores
Manejo de Balones	Lanzamiento	Pre-dominancia unilateral y bilateral
		En movimiento y estático
		Grado de flexión braquial
		Fuerza del expulsión del objeto
	Recepción	Estáticos y dinámicos
		Con los dos o con uno
		Alta, media y baja
		Frontal, lateral
	Bote	Golpeo y amortiguación con ritmo
		Alternancia bilateral
Programa “Manos Hábiles”	Inicio	Sesión motivadora
	Desarrollo	Sesiones de lanzamiento
		Sesiones de recepción
		Sesiones de bote
	Socialización	Sesión de juego

Fuente: Elaboración propia

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Aplicar el programa “Manos Hábiles” para desarrollar el manejo de balones en las habilidades motrices básicas en los alumnos del 3er grado “J” de secundaria de la Institución Educativa Independencia Americana.

1.4.2 OBJETIVO ESPECIFICO

- Diagnosticar el conocimiento de manejo de balones en las habilidades motrices básicas en los alumnos del 3er grado “J” mediante la aplicación de un instrumento.
- Determinar el nivel de manejo de balones en las habilidades motrices básicas en los alumnos del 3er grado “J” de secundaria.
- Desarrollar el programa de manejo de balones en las habilidades motrices básicas en los alumnos del 3er grado de secundaria
- Evaluar el logro habilidades motrices básicas en la categoría del manejo de balones en los alumnos del 3er grado “J” de secundaria

1.5. SUSTENTO TEORICO

1.5.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

Titulo

Programa “Juego, Coopero y Aprendo” para el desarrollo psicomotor niños de 3 años de la Institución Educativa del Callao. Lima - 2012

Integrantes:

Gastiaburú Farfán, Gloria María

Primero.-La aplicación del Programa “Juego, coopero y aprendo” muestra efectividad al incrementar los niveles del desarrollo psicomotor en niños de 3 años de una I.E. del Callao.

Segundo.- La aplicación del Programa “Juego, coopero y aprendo” muestra efectividad al incrementar la coordinación viso-motora en niños de 3 años de una I.E. del Callao, disminuyendo la categoría de riesgo en que se encontraban los niños.

Tercero.- La aplicación del Programa “Juego, coopero y aprendo” muestra efectividad al incrementar el lenguaje en niños de 3 años de una I.E. del Callao, disminuyendo la categoría de riesgo en que se encontraban los niños.

Cuarto.-La aplicación del Programa “Juego, coopero y aprendo” muestra efectividad al incrementar la motricidad en niños de 3 años de una I.E. del Callao, disminuyendo la categoría de riesgo en que se encontraban los niños.

Titulo

Habilidades Motrices Básicas en los niños y niñas de cuatro y cinco años en la Institución Educativa Inicial N° 274 Laykakota Puno – 2014

Integrantes

Quispe Flores, Maritza.

CONCLUSIONES

PRIMERA: los niños y niñas de 4 años en la habilidad motriz de carrera se encuentran en el estadio elemental en su mayor porcentaje. Mientras los niños de 5 años se encuentran en el estadio inicial en su mayor porcentaje.

SEGUNDA: en la prueba de salto los niños y niñas de 4 años de edad se encuentran en el estadio elemental en su mayor porcentaje, mientras los niños y niñas de 5 años de edad se encuentran también en el estadio elemental en su mayor porcentaje pero con tendencia a maduro. Por ello está de acorde a su desarrollo motor.

TERCERA: En la habilidad motriz de arrojar los niños y niñas de 4 años de edad están ubicados en el estadio inicial en mayor porcentaje. Mientras los niños y niñas de 5 años se encuentran también en el estadio o nivel inicial.

CUARTA: en la ejecución de la habilidad de atajar, los niños y niñas de 4 años están comprendidos en el estadio inicial en su mayor porcentaje. Y los niños y niñas de 5 años se encuentran en el estadio elemental en su mayor porcentaje.

QUINTA: en la evaluación de patear, en los niños y niñas de 4 años de edad se encuentran en su mayor porcentaje en el estadio inicial en su porcentaje mayor. Mientras en los niños y niñas de 5 años se encuentran en el estadio elemental con tendencia al estadio maduro. Por ello está de acorde a su desarrollo motor.

SEXTA: Los niños y niñas de cuatro años de edad de la institución educativa inicial N°274 Laykakota, en su gran mayoría están en el estadio inicial y elemental por ello no están de acorde a su desarrollo motor. Los niños y niñas de cinco años de edad de la institución educativa inicial N°274 Laykakota, en su gran mayoría están en el estadio inicial y elemental pero dos habilidades motrices básicas la de salto y patear están acorde a su desarrollo motor.

Titulo

Habilidades motrices básicas y su incidencia en el desarrollo psicomotor en niños de 4 años.
Propuesta de una guía de expresión corporal.

AUTORA:

Karla Michelle Lasso Anchala

Conclusiones

- La Psicomotricidad realiza actividades basadas en el movimiento corporal y facilitan la socialización.
- El desarrollo de la movilidad es de carácter interactivo facilitando la figuración en el niño y la niña de su propia imagen como individuos con características peculiares y aptitudes propias, distintos de los demás, al mismo tiempo, capaces de integrarse activamente en la sociedad.
- La psicomotricidad es un mecanismo o una disciplina para expresar sentimientos e instintos y desarrollar emociones a la vez ayuda al niño y niña a desarrollar su campo motriz elementos importantes en la socialización de los niños y niñas.
- El desarrollo de las habilidades motrices básicas fortalece el grado de autonomía en los niños y niñas ampliando y potenciando los procesos de sensibilización en la integración al grupo.
- Desarrollan valores en los niños y niñas ya que al realizar actividades de juego se promueve el respeto, el compañerismo, la solidaridad, la generosidad entre otras.
- El Directivo, las educadoras y los padres de familia del Centro Educativo Madrid, consideran de suma importancia contar con una guía que contenga actividades que puedan ser realizadas con los niños y niñas de la edad de 4 a 5 años, para fortalecer su desarrollo psicomotriz.

1.5.2. MARCO TEORICO CONCEPTUAL

1.5.2.1. Base Legal

1.5.2.2. La Constitución Política del Perú de 1993

Título I De La Persona Y De La Sociedad

Capítulo II De Los Derechos Sociales Y Económicos

Artículo 14º.- La educación promueve el conocimiento el aprendizaje y la práctica de las humanidades, la ciencia, la técnica, las artes, la educación física y el deporte. Prepara para la vida, el trabajo y fomenta la solidaridad.

1.5.2.3. M.E.D.: Resolución Directoral número 627-2016 MINEDU.

Normas y orientaciones para el desarrollo del año escolar 2017 en instituciones educativas y programas educativos de la educación básica. En el anexo 8 sobre los Concursos escolares, son una estrategia pedagógica que busca contribuir con la formación integral de los estudiantes.

1.5.2.4. LEY GENERAL DE LA EDUCACION

1.5.2.4.1. LEY N° 28044

Capítulo I. Artículo 3. La Educación Como Derecho

La educación es un derecho fundamental de la persona y de la sociedad. El Estado garantiza el ejercicio del derecho a una educación integral y de calidad para todos y la universalización de la Educación Básica.

La sociedad tiene la responsabilidad de contribuir a la educación y el derecho a participar en su desarrollo.

1.5.3. DESARROLLO HUMANO

¿Qué es desarrollo o desarrollar?, según la R.A.E. es “Aumentar o reforzar algo de orden físico, intelectual o moral.”

Podemos decir que el desarrollo se trata de aumentar algo que ya se tiene, en otro caso también se puede decir que se trata de reforzar la parte física, intelectual o moral utilizando diversas estrategias metodológicas que busca incrementar de manera significativa.

El desarrollo es un proceso dinámico de organización sucesiva de funciones biológicas, psicológicas y sociales en compleja interacción, cuyas constelaciones estructurales se modifican en un constante palpitar vital. Esto se traduce por un aumento de la autonomía del niño que va siendo progresivamente más independiente, a la vez que se incrementa la capacidad de comunicación con su familia y la sociedad. (OPS, 1993)

“El desarrollo humano se define como el proceso de ampliación de oportunidades y opciones para que las personas puedan ser y lograr lo que valoran.” (Sen, 2000)

El autor aquí lo define como un proceso, este proceso tiene diversas escalas con las cuales se ampliará todo aquello que la persona tiene de forma mínima, de esta manera la persona se sienta satisfecha consigo misma, y capaz de poder superar toda situación y valorarlo de forma única.

“Cambios que el ser humano sufre a lo largo de su existencia, mediante un proceso de adaptación del organismo con su medio“ (Fonseca, 1988)

También según este otro autor vemos que el desarrollo humano son todos aquellos diversos cambios que experimenta el ser humano con el pasar del tiempo, estos cambios además intervienen en todo el organismo de la persona ya que está expuesta a un medio natural que lo rodea y tiene una acción directa en ella.

1.5.3.2. DESARROLLO MOTOR

“El desarrollo motor es un proceso de cambio relacionado con la edad del individuo. Los sorprendentes cambios que se producen en la conducta motriz del niño desembocan en la independencia física”. (Fagoaga, 2002)

“Desarrollo motor cambios producidos con el tiempo en la conducta motora que reflejan la interacción del organismo con el medio” (Fonseca, 1988).

Vemos que este autor habla de los cambios que se dan en la parte motriz del ser humano, ya que está en constante interacción con el medio que lo rodea, y esto hace que se produzca cambios en el ser humano y sobre todo que se amplía su capacidad motriz para ejecutar ciertas actividades en su medio.

“El desarrollo motor podemos definirlo como el área que estudia los cambios en las competencias motrices humanas desde el nacimiento hasta la vejez, los factores que intervienen en estos cambios así como la relación con otros ámbitos de la conducta” (Quiroz, J. B. y Schrager O. L., 2003)

Para el autor el desarrollo motor se concentra un área que tiene por objetivo estudiar los diversos cambios que se producen en el ser humano, estos cambios son denominados como competencias motrices humanas, estas se van desarrollando desde el nacimiento hasta la edad adulta en las cuales aún el ser humano pueda realizar actividades propias, además de los muchos cambios que tiene el ser humano, se puede ver que hay una estrecha relación con diferentes ámbitos de conducta.

1.5.3.3. CARACTERÍSTICAS DEL NIÑO-ADOLESCENTE (12 A 14 AÑOS)

La primera fase de maduración (primera fase puberal o pubertad) Se entiende como fase de alteración estructural de las capacidades y destrezas coordinativas características

generales del desarrollo motor. Se pueden considerar los siguientes límites de edad promedio para la fase de maduración:

Para las niñas de los 11 a los 12 años de edad, para los varones de los 12/13 a los 14/15 años de edad.

En el desarrollo de las capacidades de velocidad se observan primeramente grandes aumentos de rendimiento que disminuyen claramente hacia el final de la primera fase de maduración. Entre las causas biológicas del acelerado desarrollo en el campo de las capacidades de la condición física se deben mencionar preponderantemente la secreción más acentuada de la hormona del crecimiento (STH) y de las hormonas masculinas, en especial de la testosterona (TST). Estas dos hormonas como se sabe, tienen un efecto anabolizante de las proteínas, lo cual lleva al crecimiento corporal acelerado, incluso de los órganos del sistema cardiopulmonar y de la musculatura.

A pesar de los desequilibrios bosquejados, la mayor autoconfianza y los deseos de superación son posiblemente los factores psico-sociales que llevan a los jóvenes de esta edad a realizar mayores esfuerzos y rendimientos en el campo de la condición física.

Con respecto a las capacidades coordinativas, las etapas de desarrollo del aumento extremadamente rápido se encuentran antes de la pubertad, la evolución de estas capacidades durante la primera fase puberal transcurre al menos en forma más lenta. Algunas investigaciones concluyen que el desarrollo total de las cualidades coordinativas está prácticamente concluido al promediar la etapa escolar y que después de los 12 años se observa generalmente un periodo de menor estancamiento de las mismas. Las condiciones motoras, sobre todo en los movimientos que abarcan todo el cuerpo, se vuelven pesadas (torpes, la facilidad y solvencia de las ejecuciones motoras infantiles va disminuyendo, lo

cual se puede apreciar especialmente por ejemplo en la gimnasia, en la carrera y en los saltos).

1.5.3.4. EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES MOTORAS

El desarrollo de la fuerza máxima en la pubertad se muestra como el inicio de un aumento y manifestación más marcada de la fuerza máxima, sobre todo en los varones.

Para la fuerza rápida se pueden observar características evolutivas similares, aumentando más acentuadamente durante la pubertad que en las fases de desarrollo anteriores. Los aumentos anuales de esta capacidad en los varones son más elevados que los de las niñas, de modo que a partir de los 13 años se producen diferencias sexuales específicas cada vez mayores. La relación fuerza-carga no se desarrolla tan favorablemente durante la pubertad, especialmente en el caso de la fuerza relativa de los brazos se registran casi siempre mejoras poco satisfactorias. El desarrollo de la velocidad transcurre diferente al desarrollo de las capacidades de fuerza. Las capacidades de la velocidad pertenecen de ese modo a aquellas capacidades motoras que se manifiestan muy tempranamente en el desarrollo del ser humano, culminando su evolución casi completamente ya al final de la pubertad, conjuntamente con la evolución de la movilidad de los procesos nerviosos. Con respecto al desarrollo de la resistencia en la pubertad, durante muchas décadas se creyó que esta fase era un periodo de estancamiento o disminución de esta capacidad. Investigaciones más recientes han hecho saber que en el caso sobre el desarrollo de la resistencia con grupos de jóvenes no seleccionados permiten formular generalizadamente la siguiente tesis: en los exámenes realizados con métodos fisiológicos, la pubertad se muestra en los varones como una fase de aumento casi permanente de esta cualidad. Curvas promedio muestran un aumento algo más reducido al principio y algo mayores hacia el final de esta fase. El desarrollo de esa curva

para las niñas es generalmente similar, pero su capacidad de resistencia es menor que la de los varones de igual edad.

Capacidades coordinativas la movilidad (flexibilidad) Informaciones recientes al respecto constatan una evolución de las capacidades coordinativas bastante más lenta, las experiencias y observaciones existentes respecto a la capacidad de aprendizaje motor dicen preponderantemente que la adquisición de destrezas motoras nuevas se hace más difícil cuando comienzan a manifestarse las características de desarrollo específicas de la pubertad, que en los años anteriores. Las tendencias de desarrollo de las capacidades coordinativas mencionadas son casi totalmente similares en ambos sexos. Se establece en forma muy generalizada un entrenamiento; en cuanto al desarrollo de la movilidad se puede remarcar simplemente que para los individuos entrenados, la misma está condicionada durante la pubertad por el tipo y el volumen del entrenamiento respectivo y por las diferentes cualidades individualidades del aparato motor.

1.5.3.5. EL DESARROLLO EN LAS ACCIONES DE CORRER, SALTAR Y LANZAR

Las numerosas investigaciones sobre el desarrollo de los rendimientos deportivos permiten reconocer tendencias de desarrollo relativamente claras, mostrando aumentos anuales constantes o leves durante la primera fase puberal. Otro aspecto notable es el hecho de que entre los 12 y 14 años de edad se observan las menores diferencias específicas sexuales en todos los rendimientos de carrera, salto y lanzamiento, en las disciplinas mencionadas se desarrollan favorablemente, aunque por otro lado es evidente que no se alcanza mejoramiento alguno de la calidad motora.

1.5.3.6. CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL DESARROLLO MOTOR DEL NIÑO (12 - 14 AÑOS)

En los varones al final de la adolescencia comienzan a manifestarse más acentuadamente tendencias de precisión de la conducción motora. Se deben mencionar las divergencias sexuales en la cinética hormonal durante la adolescencia y sus importantes efectos deportivos sobre las proporciones corporales y sobre el sistema motor. Las múltiples divergencias sexuales, hormonales, morfológicas y funcionales se diferencian considerablemente en su desarrollo.

En los 13 años de edad, las niñas experimentan un crecimiento promedio de solo 5 centímetros en la altura y de alrededor de 4 kilos para la masa corporal, mientras los varones se pueden o debe contar con aumentos cuatro veces mayores en esos parámetros.

En el caso de los individuos entrenados se puede observar una autorregulación manifiesta estable de la conducta motora en el entrenamiento y la competencia. Estos individuos entrenados consecuentemente la estabilización se manifiestan en la maduración de las capacidades y destrezas en alto rendimiento. Simultáneamente una creciente tendencia de estabilización, la cual se manifiesta sobre todo en un perfil de la capacidad motora. La estabilización se manifiesta en ambos sexos, en característica más apropiada para la conducción del movimiento.

En el desarrollo de la fuerza durante la adolescencia se dan tendencias de desarrollos claros y evidentes; sobre todo para la fuerza máxima, pero en la fuerza rápida también mejora claramente en los niños varones, como expresión en las carreras de velocidad, en el salto de longitud, de altura y los lanzamientos. La fuerza resistencia, que casi siempre simultáneamente con reflejo la relación fuerza peso, se desarrolla en menor medida.

El desarrollo de la fuerza de las mismas mejoras se presenta en forma diferente, en ellas solo se puede observar un ascenso muy paulatino de la fuerza máxima, la fuerza rápida y en especial la fuerza – resistencia mejora muy poco. Estas capacidades motores en las niñas no entrenadas comienzan a estancarse a los 14 o 15 años.

El desarrollo de la velocidad alcanza valores cercanos a los adultos al final de la pubertad, pero se presenta mejorías significativas de velocidad hasta aproximadamente a los 14 – 15 años. Después de 15 a los 16 años, se observa un estancamiento de estas capacidades; sobre la resistencia hay claras influencias del desarrollo físico y de la ejecución o del entrenamiento, el sistema cardiopulmonar sigue mostrando una maduración durante la adolescencia.

La coordinación durante la adolescencia mejora la dinámica de los movimientos, aumentando la exactitud de las acciones motoras y notándose una estabilización de la regulación motriz.

En la capacidad del aprendizaje motor en la adolescencia se muestra que los varones en coordinación compleja tienen un mejor dominio, ya que con esto les permite someterse a un entrenamiento más intenso. El desarrollo de la flexibilidad en las grandes articulaciones sigue transcurriendo en forma contradictoria durante la adolescencia. La flexibilidad óptima en los planos de acción de las grandes articulaciones se alcanza a los 20 años de edad aproximadamente, mientras que la movilidad en las direcciones no trabajadas disminuye desde los 10 años. (Gutiérrez, Á. 1995)

1.5.4. PROGRAMA

1.5.4.1. DEFINICIÓN

Según la D.L.E. se puede decir lo siguiente:

- Proyecto ordenado de actividades.
- Serie ordenada de operaciones necesarias para llevar a cabo un proyecto.

1.5.4.2. CONCEPTO

El término programa de acuerdo a distintos diccionarios se ha definido de diversas formas como: que programa se define como un plan y orden de actuación, organización del trabajo dentro de un plan general de producción y en unos plazos determinados, o como la secuencia precisa de instrucciones codificadas en un ordenador para resolver un problema así como la declaración previa de lo que se piensa hacer en alguna materia u ocasión, o el anuncio o exposición de las partes de que se han de componer ciertas cosas o de las condiciones a que ha de sujetarse. Todas estas definiciones coinciden en que el programa se realiza previo a la acción.

Blake presenta que el término programa proviene de las raíces griegas, pro; antes y gramma; letra. Como ocurre en la mayoría de las definiciones y concepciones sociales, el término "programa" tiene muchos significados. Se entiende por programa desde una forma de actividad social organizada con un objetivo concreto, limitado en el tiempo y en el espacio, hasta un conjunto interdependiente de proyectos.

A. Saldaña entiende por programa, el proceso de selección de fines de la entidad y el medio para obtenerlos. En primer término implica la determinación de objetivos concretos, definidos en su número, naturaleza y grado. En segundo implica la identificación y selección de las acciones necesarias para alcanzar dichos objetivos, su naturaleza, volumen y tiempo, tomando en consideración a los recursos financieros y materiales y además servicios disponibles. Por último, implica la fijación del presupuesto necesario para obtener los recursos para alcanzar los objetivos.

1.5.5. DEFINICIÓN DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

El término habilidad proviene del latín *habilitas* y hace referencia a la maña o la destreza para desempeñar una determinada acción. El término motriz se relaciona con el movimiento o la causa que lo produce, que es a lo que llamamos conducta motriz del ser humano, gracias a la cual podemos interactuar con las demás personas, objetos o cosas. Esta última es la causa por la que podemos diferenciar entre movimientos reflejos, automáticos y voluntarios según plantea el autor (Díaz, 1999)

Aunque en este caso, el enfoque que daremos a este proyecto situará el término motriz en una perspectiva más general, ligada más al "dominio que una persona puede ejercer sobre su propio cuerpo, como un todo indisoluble en el que para su funcionamiento se requiere la puesta a punto de todos los sistemas de nuestro cuerpo" (Castañer, M. y Camerino, O., 2006)

"Pautas motrices o movimientos fundamentales, que no tienen en cuenta la precisión, ni la eficiencia" (Trigueros, M. y Rivera, E., 1991). Se puede inferir del autor que hace referencia sobre la habilidad motriz básica como una acción motora que no se considera cuán preciso o eficaz lo realiza el individuo.

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

La habilidad motriz es definida como "la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas". (Guthrie, 1957)

Para el autor esta definición la considera como una destreza motora, esta a su vez se ha ido aprendiendo para producir resultados con un alto grado de efectividad para así evitar el desperdicio de tiempo y energía.

En definitiva las habilidades motrices básicas constituyen lo que podemos denominar como el “vocabulario básico” de nuestra motricidad. Es decir, serán los ladrillos, las piezas con las que los alumnos podrán construir respuesta motoras más ricas, complejas y adaptadas.

Según M.A.Noguera (1998), es "la facultad de poder hacer algo eficientemente", que se trata de un punto de vista totalmente relacionado con el objetivo primero de la educación física, que no es otro que aquello que queremos enseñar en nuestras clases para poder desarrollar en el alumno.

Otros autores más reconocidos en esta temática, como puede ser Batalla (2000), definen la habilidad motriz como "una situación concreta que requiere para su solución una respuesta específica y en caso de la actividad motriz, voluntaria". En este caso, el autor, para realizar su clasificación, relaciona el concepto al lugar en donde se desempeña distinguiendo entre habilidades habituales, las que realizamos en la vida cotidiana, las profesionales, relacionadas con nuestra propia labor y las de ocio, dentro de las cuales se encuentran las deportivas, que son en las que nos centraremos a lo largo de estas páginas.

La habilidad motriz como "el acto específico que se va a realizar para desarrollar y poner de manifiesto determinada habilidad, ya sea perceptiva o motórica" (Sanchez F. , 2002). Una de las grandes aportaciones de este autor a esta temática es la diferenciación de diferentes estadios de aprendizaje de las habilidades motrices en relación con la edad del alumnado.

La motricidad se define como "toda la dimensión corporal humana de carácter cinésico, simbólico y cognoscitivo" (Castañer, M. y Camerino, O., 2006). Esta última cita

hace referencia a la necesidad del cuerpo como un conjunto y no desde un punto de vista sesgado que defienden otros autores.

También existen autores como Parlebás (1981), que centran la importancia del desarrollo de la habilidad motriz de las primeras edades en el juego. Sitúan a este último como el elemento indispensable para conseguir el desarrollo de movimientos que en principio son involuntarios a ser coordinados y cada vez más voluntarios, gracias a la madurez y los distintos aprendizajes que se producen en su desarrollo, es decir, relacionan la actividad motriz con el juego y deporte. Cabe señalar también la importancia de la evolución de la destrezas del ser humano en relación a la edad como defiende Batalla (2000), lo cual lo sitúa como la base del desarrollo motor humano. Define a éste último como "el desarrollo de las conductas motores innatas (actos reflejos inscritos en nuestros genes), generalizadas (comunes a la mayoría de individuos), poco especializadas y rudimentarias para generar conductas motoras aprendidas cada vez más complejas, especializadas y propias de cada entorno físico-social-cultural".

A lo largo del tiempo han ido surgiendo diferentes clasificaciones de las habilidades motrices básicas, con diferentes criterios según los distintos autores (Godfrey & Kephart, 1969; Wickstrom, 1970; Sánchez et al, 1975; Ruiz, 1987; Fernández & Navarro, 1989; Serra, 1996; Burton, 1997; Contreras, 1998; Díaz, 1999; Fernández, Gardoqui & Sáchez, 1999; Batalla, 2000, etc.).

Clasificación de las habilidades motrices básicas, en la misma distinguimos dos grupos:

a) Aquello movimientos que precisan el dominio y control del propio cuerpo. Manejo y control del propio cuerpo: desplazamientos, saltos y giros.

b) Aquellos movimientos que precisan el dominio y control de algún móvil y objeto. Manejo de móviles: lanzamientos, recepciones y botes.

1.5.5.1. CONCEPTO DE MANEJO DE BALONES

Entendemos por manejo de móviles (u objetos) aquellas acciones que se encuentran fundamentalmente en el contacto de un móvil u balón, entendiendo por este último la idea que tiene el individuo del mismo; es decir, la idea general, las propiedades y las relaciones entre objetos.

El conocimiento de los móviles supone un conocimiento físico del móvil y de las formas, un conocimiento dinámico del móvil, de las propiedades y de las relaciones (Blázquez, D. y Ortega, E., 1984)

Dentro de la categoría de manejo de móviles vamos agrupar las habilidades básicas de lanzamientos, recepciones y botes. Creemos necesario aclarar que incluimos dentro de esta categoría el bote, ya que al analizar su estructura observamos que no constituye más que una sucesión de lanzamientos – golpes y amortiguaciones – recepciones realizadas por el individuo de forma autorregulada, con el objetivo de mantener el control del móvil o móviles manejados respecto a la ejecución de la tarea prevista (Fernandez, E. Gardoqui, M. y Sanchez, F., 1999)

A. Evolución de las habilidades motrices

Según Sánchez Bañuelos, el desarrollo de las habilidades motrices se lleva a cabo en los niños siguiendo las siguientes fases:

1ª fase (4-6 años)

Desarrollo de las habilidades perceptivas a través de tareas motrices habituales.

Desarrollo de capacidades perceptivas tanto del propio cuerpo como a nivel espacial y temporal.

Las tareas habituales incluyen: caminar, tirar, empujar, correr, saltar...

Se utilizan estrategias de exploración y descubrimiento.

Se emplean juegos libres o de baja organización.

Para el desarrollo de la lateralidad se emplean segmentos de uno y otro lado para que el alumno descubra y afirme su parte dominante.

2ª fase (7-9 años)

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

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

En la actividad física se utiliza el componente lúdico-competitivo.

Se busca el perfeccionamiento y una mayor complejidad de los movimientos de la etapa anterior.

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

3ª fase (10-13 años)

Se da una iniciación a las habilidades y tareas específicas que tienen un carácter lúdico-deportivo y se refieren a actividades deportivas o actividades expresivas.

Se trabajan habilidades genéricas comunes a muchos deportes.

Se inician habilidades específicas de cada deporte y técnicas para mejorar los gestos.

4ª fase (14-17)

Esta fase se sale de nuestro campo de Primaria, e incluye:

- Desarrollo de habilidades motrices específicas.
- Iniciación a la especialización deportiva.
- Trabajo de técnica y táctica con aplicación real.

1.5.5.2. CARACTERISTICAS PRINCIPALES DE LA HABILIDAD BASICA DE MANEJO DE BALONES

A. LANZAMIENTO

Se puede definir como "la acción de desprenderse de un objeto mediante un movimiento vigoroso de uno u ambos brazos". (Batalla, 2000).

Para el autor el lanzamiento se produce al ejecutar un movimiento con el fin de despojarse del objeto utilizando las extremidades superiores de su cuerpo, además de realizar este movimiento con una fuerza la cual será aplicada al objeto del cual se desprenderá, esta acción motriz podrá realizarlo con cualquiera de las dos extremidades, esta acto puede ser ejecutado con el brazo derecho o izquierdo.

Lanzar es una habilidad motriz típicamente humana que nos diferencia de los otros miembros de la escala zoológica. Lanzar implica un proceso cognitivo previo, a partir del cual se desarrolla el concepto de “llegar sin ir”. El objeto primario del lanzamiento es incidir sobre el entorno por medio de un impacto con un objeto móvil. (Sanchez F. , 2002)

Desde el punto de vista del desarrollo motor, Cratty (1970) y Wickstrom (1983) consideran que es una habilidad fundamental conveniente de ser educada durante las edades comprendidas entre los 6 y 12 años.

Son habilidades básicas que evolucionan a partir de patrones motrices manipulados como: alcanzar, tomar, agarrar, arrojar y saltar. Cratty (1982) y Wickstrom (1990), afirman su

importancia en el desarrollo de la motricidad infantil. Lanzar es una habilidad motriz humana que requiere del niño la realización de una actividad motriz compleja, donde se precisa una coordinación inicial entre el cuerpo y el campo visual y la motricidad del miembro superior

a. Concepto. Para lanzar es imprescindible tener cogido un móvil. Definimos el lanzamiento como:

- Wickstrom (1990): “toda secuencia de movimientos que impliquen arrojar un objeto al espacio, con uno o ambos brazos”.

b. Análisis del movimiento. El tipo de lanzamiento que nos interesa es el unidireccional, por encima del hombro con una mano. La mayoría de los autores (Seirullo, 1986; Serra, 1991, López, 1992) están de acuerdo en distinguir en la habilidad básica de lanzar las siguientes fases.

- Aprensión del móvil.

- Armado o preparación

- Impulso segmentario.

- Desprendimiento o suelta del móvil.

c. Clasificación.

Los lanzamientos se clasifican básicamente atendiendo a los componentes que intervienen en su ejecución y realización (López, 1992):

- Al ejecutor:

- Estáticos: el sujeto no realiza ningún tipo de desplazamiento global.

- Dinámicos: cuando el sujeto se desplaza al realizar la tarea.

- Al objeto:

- Estáticos: lanzamientos a objetos estáticos.

- Dinámicos: lanzamientos a objetos en movimiento

- En cuanto a su forma: se dividen en diferentes tipos, de distancia, de precisión, de fuerza, en apoyo, en suspensión...

d. Intervención didáctica. Para la realización de tareas motrices de lanzamiento, podemos considerar las siguientes variantes (López, 1992):

1. En función del movimiento: estáticos, dinámicos, de puntería,...

2. En función de la forma del móvil: variando el tamaño, el peso...

3. Los factores de ejecución: velocidad, fuerza...

4. Su finalidad: distancia, precisión...

5. Fijando distancias y ritmo de ejecución de la tarea: su dirección y sentido en el espacio...

B. RECEPCIÓN

"consiste en detener el impulso de un objeto que ha sido arrojado utilizando brazos y manos" (Mc Clenaghan, B. y Gallahue, D., 1985)

Como habilidad básica, derivan de los patrones manipulativos de tomar y agarrar (coger) y posteriormente atajar. En los planteamientos didácticos, se considera siempre junto a los lanzamientos (actividades complementarias).

a. Concepto. A la recepción, la caracteriza la necesidad de poseer un móvil. La definimos como:

- “consiste en detener el impulso de un objeto que ha sido arrojado utilizando brazos y manos”. (Mc Clenaghan, B. y Gallahue, D., 1985)

b. Análisis del movimiento. Muchos autores (Serra, 1991; López, 1992; Conde y Viciano, 1997) están de acuerdo en considerar que en la recepción se producen las siguientes fases:

- Anticipación
- Contacto o control
- Amortiguación
- Adaptación y preparación

c. Clasificación. La clasificación de las recepciones se ajusta a la de los lanzamientos (López, 1992), que como todos sabemos se trabajan conjuntamente, los criterios atienden:

-Al sujeto:

- Estáticos: el sujeto en reposo, el móvil va hacia el sujeto
- Dinámicos: el individuo se desplaza, para interceptar la trayectoria del móvil.

-A los segmentos corporales:

- Con los dos o con uno

-A la altura:

- Alta, media y baja.

-A los planos corporales:

- Frontal, lateral...

d. Intervención didáctica. Para el diseño de tareas motrices de recepción, debemos tener en cuenta las siguientes variantes (López, 1992):

- Las relaciones en función del movimiento: estáticas, dinámicas.
- En función de las formas y el contacto: forma, peso...
- En función del espacio y el tiempo: diferentes alturas, velocidad...
- Orientación del cuerpo...

Las actividades de recepción, se trabajan conjuntamente con las de lanzamientos, menos en el primer ciclo (6 a 8 años) por las dificultades que entraña la recepción. Las recepciones son muy utilizadas en las actividades físicas, al formar parte de la mayoría de los juegos y los deportes.

C. BOTE

El bote podemos definirlo como un sucesión controlada de lanzamientos de balón hacia el suelo, para, aprovechando su efecto elástico, volverlo a recibir (Batalla, 2000)

“La interacción con un móvil elástico, mediante lanzamientos y recepciones contra una superficie rígida, básicamente con los segmentos superiores (manos)” (Arráez, J.M.; López, J.M.; Ortiz, M.M. y Torres, J., 1995), según estas líneas textuales podemos deducir que el bote es una acción que realiza una persona al tomar una pelota con las manos u otro móvil elástico y lanzarla contra una superficie dura para que vuelva a ser tomada.

Otras definiciones que podemos encontrar en relación al bote, recogidas por Conde (1996), son las siguientes:

Botar es una habilidad de control de una pelota que la mayoría de los niños conoce en los primeros años de la educación formal y que prácticamente todos han aprendido a realizar, con mayor o menor dominio, cuando llegan a los cursos intermedios de la educación primaria

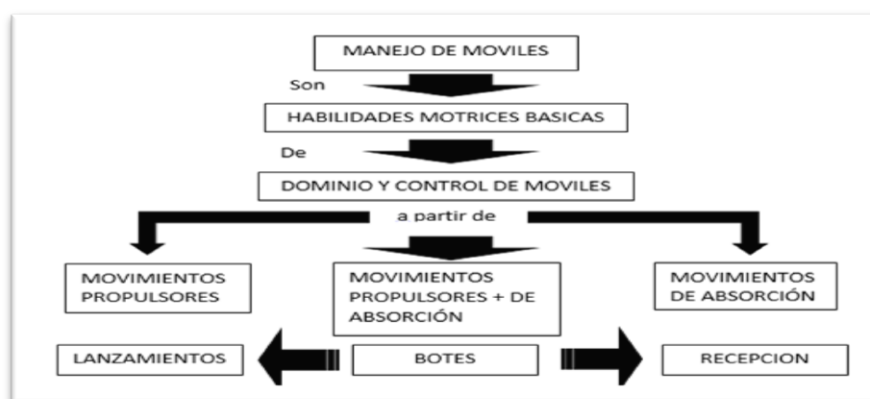
(Wickstrom R. L., 1983), Incluye el bote dentro de lo que considera habilidades especiales para completar los patrones motores fundamentales como lanzar, golpear, etc.

El bote es una habilidad genérica, y lo utiliza como medio para el desarrollo de habilidades perceptivas, donde el niños debe entrenar de manera no específica, variando objetivos, tamaños de móviles, formas, pesos, superficies, etc, con el fin de madurar paralelamente el resto de las habilidades perceptivas. Y como una combinación de lanzamiento y la recepción cuando es en situación estática, a la que se suma la habilidad “desplazamiento”, cuando se realiza en situación dinámica (Conde J. L., 1996).

La denomina también habilidad genérica, entendida esta como una resultante de una habilidad básica evolucionada o varias conjuntadas, pero desprovistas de unas condiciones reglamentadas (Serra E. , 1987).

Desde el punto de vista estructural vamos a considerar al bote como una sucesión de lanzamientos – golpe y amortiguaciones – y recepciones. Esta sucesión se puede realizar con una o con ambas manos.

Desde el punto de vista funcional destacamos el trabajo previo de lanzamientos y recepciones, donde la acción correcta requiera de factores perceptivo – motrices, como el dominio corporal (utilizar mano dominante, no dominante, con ambas manos, etc.), esquemas rítmicos en la acción de botar (velocidad de ejecución, ritmo en la ejecución, etc.), el ajuste del cuerpo al móvil y al espacio (variar trayectorias en el bote, alternar trayectorias, etc.) y la información que se recibe del campo visual, para concluir este apartado presentamos un mapa conceptual, donde exponemos el bloque de habilidades motrices básicas.



Fuente: Las habilidades motrices básicas INDE

1.6. LA INVESTIGACIÓN-ACCIÓN EDUCATIVA Y LA CONSTRUCCIÓN DE SABER PEDAGÓGICO

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN ACCIÓN

La investigación-acción educativa en la construcción de saber pedagógico por parte del maestro.

El saber pedagógico tiene mucho que ver, si bien no exclusivamente, con la práctica pedagógica.

En este proceso de reflexión y transformación continua de la práctica, para hacer de ella una actividad profesional guiada por un saber pedagógico apropiado, la investigación-acción educativa, y más particularmente la investigación-acción pedagógica, se ofrece como escenario y método potenciador. ¿Cómo la investigación-acción educativa construye saber pedagógico? Desde sus inicios, la investigación-acción se orientó más a la transformación de prácticas sociales que a la generación o descubrimiento de conocimiento nuevo. Kurt Lewin, proponente de esta metodología, hacia finales de la década de los cuarenta expuso las tres fases, que han subsistido de alguna manera en los diversos modelos de investigación-acción, a saber: reflexión acerca de la idea central del proyecto (problema por transformar), recogiendo datos relacionados con la situación; planeación y aplicación de acciones renovadoras, acompañadas también de captura de datos sobre la aplicación de la acción, e

investigación acerca de la efectividad de estas acciones (Smith, 2001). El punto de partida es el diagnóstico acerca de la práctica social problemática.

Ahora bien, metodología ha desarrollado variantes diversas en diferentes campos profesionales, principalmente en el sociológico y en el educativo. En este último, una variante es la de la investigación-acción pedagógica, es decir, su aplicación a la investigación de la práctica pedagógica propiamente dicha.

Es generalmente sabido que la práctica inicial de los docentes suele experimentar tensiones, a causa de la dificultad de armonizar la teoría pedagógica con la realidad social de los grupos de estudiantes. La administración del aula no se domina desde un principio y sin conflictos o tensiones para el docente novato. Es entonces cuando la investigación acción educativa, y más particularmente la investigación-acción pedagógica, puede servir de compañera iluminadora.

El docente que se inicia en el ejercicio profesional pedagógico se ve abocado a deconstruir su práctica inicial, en busca de un saber hacer más acorde con la realidad de las escuelas y colegios, y con las expectativas y problemáticas que los estudiantes experimentan.

La mayoría enfrenta sus primeros trabajos con una práctica insertada en teorías o discursos pedagógicos abstractos y generales, que se enseñan en las instituciones formadoras de docentes, poco o nada aterrizados en las condiciones sociales y culturales que viven las comunidades que requieren el servicio.

Para resolver estas tensiones, los docentes, apoyados en colegas de experiencia, tienen que abordar la contextualización de su práctica, y en esta tarea la investigación-acción les ofrece una salida. Esta solución comienza con la crítica a la propia práctica, a través de una reflexión profunda acerca del quehacer pedagógico, las teorías que presiden dicho actuar y la situación que viven los estudiantes.

Esta fase de deconstrucción es un proceso que trasciende la misma crítica, que va más allá de un autoexamen de la práctica, para entrar en diálogos más amplios, con componentes que explican la razón de ser de las tensiones que la práctica enfrenta.

La deconstrucción de la práctica debe terminar en un conocimiento profundo y una comprensión absoluta de la estructura de la práctica, sus fundamentos teóricos, sus fortalezas y debilidades, es decir, en un saber pedagógico que explica dicha práctica. Es el punto indispensable para proceder a su transformación.

Solo si se ha realizado una deconstrucción sólida es posible avanzar hacia una reconstrucción promisorio de la práctica, en la que se dé una transformación a la vez intelectual y tecnológica.

La segunda fase de la investigación-acción educativa es la reconstrucción de la práctica, la propuesta de una práctica alternativa más efectiva. Conocidas las falencias de la práctica anterior y presente, es posible incursionar en el diseño de una práctica nueva. Esta, inclusive, debe haberse insinuado por momentos y fragmentariamente durante la fase crítica de la práctica que se deconstruye.

Ahora es la oportunidad de ensamblar de manera holística una propuesta que recoja estas ideas y que se apoye en teorías pedagógicas vigentes. La reconstrucción demanda búsqueda y lectura de concepciones pedagógicas que circulan en el medio académico, no para aplicarlas al pie de la letra, sino para adelantar un proceso de adaptación, que ponga a dialogar una vez más la teoría y la práctica, diálogo del cual debe salir un saber pedagógico subjetivo, individual, funcional, un saber práctico para el docente que lo teje, al son de la propia experimentación. Refinada y ensamblada esta nueva práctica en todos sus componentes, se pasa a la fase de implementación, de ensayo. La nueva práctica no tiene que

ser totalmente nueva. Es apenas comprensible que algunos componentes de la práctica anterior hayan resultado valiosos y efectivos.

Finalmente, la tercera fase tiene que ver con la validación de la efectividad de la práctica alternativa o reconstruida, es decir, con la constatación de su capacidad práctica, para lograr bien los propósitos de la educación. La nueva práctica no debe convertirse en el nuevo discurso pedagógico sin una prueba de efectividad.

Esta fase final de la investigación-acción educativa (pedagógica en este caso), final en su ciclo interno, porque este tipo de investigación se recrea permanentemente en ciclos sucesivos, comienza con el montaje o puesta en marcha de la práctica reconstruida. Todos los componentes de esta deben materializarse, y su desempeño debe someterse a prueba.

De nuevo, el diario de campo es una técnica poderosa para monitorear o hacer seguimiento a la propuesta.

En la investigación-acción educativa, los relatos del diario de campo sirven de lente interpretativa de la vida en el aula y en la escuela. Aquellos acerca del acontecer cotidiano de la práctica del docente permiten entrar profundamente en la propia experiencia y ver el discurso pedagógico personal desde miradores muy distintos a los que se presentan de manera superficial cuando se reflexiona no sistemáticamente sobre la práctica instructiva y formativa. En el caso del examen de la nueva práctica, los relatos del diario de campo, interpretados o releídos luego con intencionalidad hermenéutica, producen conocimiento acerca de las fortalezas y efectividad de la práctica reconstruida, y dejan ver también las necesidades no satisfechas, que habrá que ajustar progresivamente.

El docente, al releer su diario, captura indicadores subjetivos y objetivos de efectividad de la práctica.

En esta tarea evaluadora de la práctica, el docente recapacita sobre su satisfacción personal frente al cambio que se ensaya y acerca del comportamiento de los estudiantes ante los nuevos planteamientos didácticos y formativos, una y otro indicadores subjetivos de efectividad. Por otra parte, observa fluctuaciones objetivas y medibles relativas al rendimiento académico de sus alumnos, registra cifras en relación con la pérdida de asignaturas, aprecia indicios sostenidos de mejoramiento de la comprensión e indagación por parte de los estudiantes, compara la participación de estos respecto a la que se daba antes de los cambios y, en fin, busca en el diario de campo, en el que ha registrado su desempeño de la nueva práctica, indicadores que le permitan comparar la efectividad de los cambios introducidos en su práctica.

1.7. CONSIDERACIONES ETICAS

La presente investigación considera las siguientes preocupaciones éticas: el equipo investigador respeta la dignidad de los alumnos y cuida de su integridad en todo momento de la aplicación del plan de acción; conseguir el consentimiento previo del profesor del aula para la realización de la observación de los alumnos; así mismo, compartir con los estudiantes los objetivos que planteamos en el trabajo investigador, lo que traerá consigo la predisposición de los estudiantes para que realización de las actividades plasmadas en el plan; los datos obtenidos a lo largo de la investigación no serán manipulados bajo ninguna circunstancia.

La Institución Educativa donde se aplica el plan de acción tiene el pleno conocimiento de su realización, otorgando el consentimiento. Los participantes del plan tienen el conocimiento de los objetivos que se plantean, así también como el propósito y las propuestas para lograr las metas plantea; esto conllevará a la sincera participación de los alumnos dentro de las actividades a realizar dentro del plan. El equipo investigador brinda la

información con honestidad y claridad a los participantes acerca de la investigación. Los resultados obtenidos y las conclusiones que compartirán con ellos en todo momento.

Se mantendrá la confidencialidad que garantiza la protección de la información obtenida de la manipulación de la misma por personas o grupos ajenos a la investigación sin previa autorización de los participantes. La información obtenida será utilizada únicamente con fines de la investigación.

CAPITULO II

2. PLANTEAMIENTO METODOLÓGICO

2.1. DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

El proyecto responde a la investigación acción y tiene la siguiente tipología:

Por el nivel de profundidad es aplicado por que tiene como finalidad la resolución de problemas prácticos.

Por la amplitud micro educativo porque se trabajara con 25 alumnos

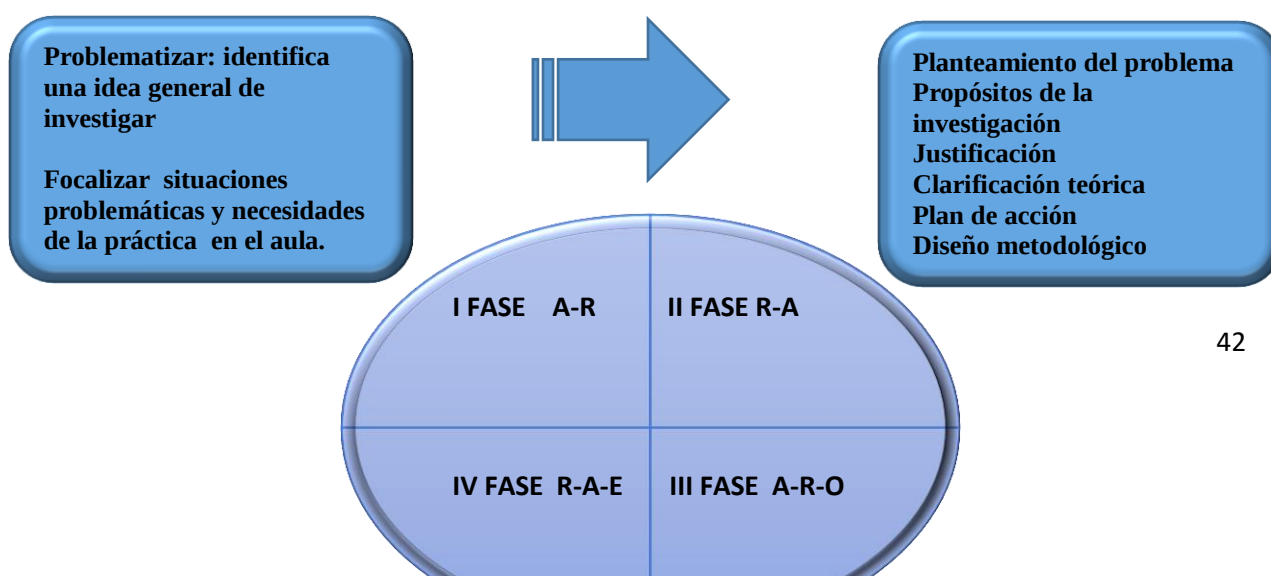
Por el enfoque es de corte cualitativo por que busca interpretar y sistematizar las categorías del problema.

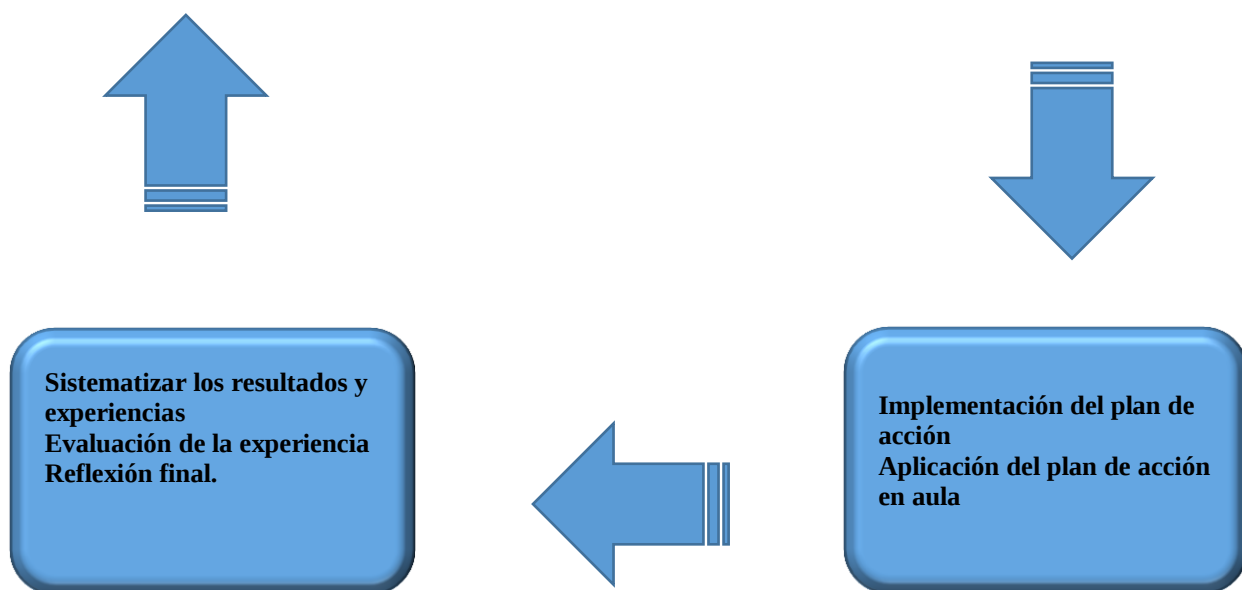
2.1.2. DISEÑO METODOLOGICO

La investigación acción tiene el modelo critico-reflexivo este consta de 4 fases generales, las cuales se dan de forma crítica y continua, estas etapas se articulan lógicamente es un proceso de acción reflexión (Restrepo, 1996)

Tabla N° 1

I FASE: ACCION REFLEXION	II FASE: REFLEXIÓN ACCIÓN	III FASE: ACCION REFLEXION OBSERVACIÓN	IV FASE: REFLEXION ACCIÓN EVALUACIÓN
• Problematicar : identifica una idea general de investigar • Focalizar situaciones problemáticas y necesidades de la práctica en el aula.	• Planteamiento del problema • Propósitos de la investigación • Justificación • Clarificación teórica • Plan de acción • Diseño metodológico	• Implementación del plan de acción • Aplicación del plan de acción en aula	• Sistematizar los resultados y experiencias • Evaluación de la experiencia • Reflexión final.





2.1.3. POBLACION BENEFICIADA

Alumnos del 3er grado “J” de la Institución Educativa Independencia Americana.

2.2. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.

2.2.1. DE LA INVESTIGACIÓN EXPLORATORIA

Tabla N° 2

Técnica	Instrumento	Descripción
Recolección de datos	Cuestionario	Mediante este instrumento hemos podido conocer el nivel de conocimiento acerca de sus habilidades motrices básicas en el manejo de balones.
Observación	Ficha de observación	Este instrumento nos proporcionó información en cuanto al desarrollo de sus habilidades motrices básicas en el manejo de balones en los estudiantes del 3ero J de la I.E.
Recolección e información	Diario de campo	Describimos todas las actividades que se desarrollaron en el campo deportivo, anotando todas las acciones y creando una reflexión.

2.2.2. DEL PLAN DE ACCIÓN

Tabla N°3

Técnica	Instrumento	Descripción
Observación	Ficha de observación	Con este instrumento medimos el nivel de logro y determinar si las actividades son las adecuadas para el logro esperado.
Recolección e información	Diario de campo	Recopilamos toda la información necesaria para cambiar algunas actividades durante el proceso de ejecución del plan de acción.

2.3. PLAN DE ACCIÓN

a) FUNDAMENTACION

La etapa escolar es muy importante ya que es decisiva en la formación del individuo, pues es aquí donde se estructuran las bases para el desarrollo de distintos tipos de habilidades, representaciones, sentimientos, normas morales y se perfilan los rasgos del carácter. Para garantizar la educación del estudiante en esta edad el alumno se va forjando con ciertas características, institución que tiene el encargo social de desarrollar multilateral y armónicamente a los alumnos, la realización de ejercicios físicos con carácter sistemático, correctamente organizados, partiendo de la clase y la doble función que con ella se persigue desde el punto de vista instructivo-educativo, juega en tal sentido un papel determinante.

Nuestro país a pesar de sus limitaciones económicas está tratando de brindar atención desde el punto de vista educativo a las diferentes edades, donde la educación secundaria se ha visto con la capacidad de un cambio importante, aun así no todos los alumnos pueden asistir a los círculos deportivos, imponiéndose decididamente, la creación y aparición como alternativa el programa “Manos Hábiles” con el objetivo de atender la formación de estos alumnos del 3er grado “J” de secundaria, donde las condiciones lo permitan, propiciando un nivel de formación y educación semejante para alumnos de este nivel. En este programa se

puede apreciar, cómo se desarrolla los principios básicos de las habilidades motrices exactamente en el manejo de balones, ya que de esta manera el alumno podrá desarrollar de manera óptima el manejo de objetos en este caso precisamente de balones, así mismo podrá conocer una variedad de deportes en el cual están incluidos el manejo de balones los cuales no son muy populares, además de sociabilizar con su entorno de manera efectiva.

b) PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES

b.1) PLAN DE ACCION GENERAL

Tabla N° 4

Áreas intervenidas	Modalidad	Título	Capacidades	Tiempo
Motivación	Sesiones	1. Jugando y conociendo el programa me divierto	Se relaciona positivamente con otros en juegos	2 horas
Lanzamiento		2. Me divierto utilizando ambas manos para lanzar	Ejecuta actividades de acciones motrices en movimiento	2 horas
		3. Jugando me divierto	Practica la ejercitación en un circuito de lanzamiento	2 horas
		4. Fortaleciendo mis brazos para el lanzamiento	Realiza actividades física para la ejercitación de sus capacidades	2 horas
		5. Fortaleciendo mi lanzamiento con el juego	Practica ejercicios en circuitos para lanzamientos	2 horas
Recepción		6. No dejando caer el balón	Ejecuta movimientos motrices de recepción	2 horas
		7. Fortaleciendo la recepción del balón con mis manos	Practica ejercicios en estaciones con el método de repeticiones	2 horas
		8. Mejorando la recepción en diversas situaciones	Practica actividades deportivas de recepción	2 horas
		9. Me divierto utilizando diversos balones	Ejecuta acciones deportivas para la recepción	2 horas
Boteo		10. Midiendo mis habilidades con el balón	Practica actividades deportivas con botes	2 horas
		11. El boteo como habilidad genérica	Ejecuta actividades motrices con boteo en circuitos	2 horas
Socialización		12. Demostrando mis habilidades	Se relaciona positivamente con los otros utilizando adecuadamente sus habilidades básicas y específicas.	2 horas

b.2) PLANES DE ACCIÓN ESPECÍFICOS

Tabla N° 5

Título	Capacidades	Secuencia Didáctica	Recursos	Tiempo
Jugando y conociendo el programa me divierto	Se relaciona positivamente con los otros en la ejecución de juegos en los deportes colectivos, utilizando adecuadamente sus habilidades básicas	Iniciamos con activación fisiológicas, formamos grupos, juegos pre-deportivos por grupos utilizando varios balones, evaluación de las actividades y reflexión.	Chalecos Balones de balonmano Silbato	90 min
Me divierto utilizando ambas manos para lanzar	Practica de manera coordinada actividades simples de carreras y lanzamientos.	Activación fisiológica, juego motivador, formación por columnas, ejecución de lanzamiento con la mano derecha izquierda, evaluación y reflexión.	Balones de balonmano, vóley, básquet, trapo, tenis, de fútbol americano, Silbato Conos Aros Platos	90 min
Jugando me divierto	Practica la ejercitación en circuito utilizando el método de repeticiones	Juego de activación y motivación, formación de grupos por columnas, practica de lanzamientos estáticos y dinámicos, evaluación y reflexión.		90 min
Fortaleciendo mis brazos para el lanzamiento	Ejecuta actividades físicas para mejorar sus capacidades físicas y utiliza la fuerza corporal.	Activación fisiológica, juego motivacional, explicación general de las actividades, formación de grupos, practica de los ejercicios de grado de flexión braquial, evaluación y reflexión.		90 min
Fortaleciendo mi lanzamiento con el juego	Practica adaptando materiales, diferentes tipos de lanzamientos.	Preguntas, activación fisiológica, juego motivacional, realización de juegos para la enseñanza, trabajos de lanzamiento de trapo y balón mano, evaluación de fuerza de expulsión del objeto, reflexión.		90 min
No dejando caer el balón	Ejecuta movimientos motrices de recepción	Juego de motivación, explicación de las actividades, ejercicio de recepción baja y alta, lanzamientos y recepción de forma estática y dinámica, evaluación y reflexión.		90 min
Fortaleciendo la recepción del balón con mis manos	Practica ejercicios en estaciones con el método de repeticiones	Activación, fisiológica y juego de motivación, juegos de lanzamientos y recepción por parejas, practica de recepción con una o con dos manos, evaluación y reflexión.		90 min
Mejorando la recepción en diversas situaciones	Practica actividades deportivas de recepción	Activación mediante juego, formación de grupos, explicación de las actividades, juegos pre-deportivos con recepción alta y baja, evaluación y reflexión.	Balones de básquet Silbato Conos Platos Aros	90 min
Me divierto utilizando diversos balones	Ejecuta acciones deportivas para la recepción	Juego de motivación para la activación fisiológica, explicación de las actividades, juegos con balones, practica de lanzamientos frontales y laterales, evaluación y reflexión.		90 min
Midiendo mis habilidades con el balón	Realiza acciones motrices de boteo mediante un test	Activación fisiológica, formación de grupos y realización de juegos, practica de boteo laterales, estáticos y dinámicos, boteo con ritmo y amortiguación,		90 min
El boteo como habilidad genérica	Practica actividades deportivas con botes	Activación fisiológica, juegos recreativos de boteo con alternancia bilateral, preguntas sobre el desarrollo del boteo y su proceso, evaluación.		90 min
Demostrando mis habilidades	Participa e interactúa asertivamente con los otros y toma decisiones acertadas sobre las estrategias de juego de los deportes colectivos.	Activación fisiológica grupal, información de la forma de juego, se agruparan de tal manera que haya cuatro equipos, se explicara brevemente las reglas del juego, juegan todos contra todos, reflexión y aseo personal.	Balones de básquet Chalecos Silbato	90 min

2.4. ESTRATEGIAS PARA LA RECOLECCION, PROCESAMIENTO Y

REFLEXION DE LA INFORMACION

TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOJO DE INFORMACIÓN

Tabla N° 6

Técnicas e instrumentos de recojo de información

Etapas	Técnica	Modalidad	Instrumento	Sujeto	Finalidad
INVESTIGACIÓN EXPLORATORIA	Observación	Personal	Ficha de Observación	Estudiantes	Recoger información sobre la problemáticas de los estudiantes.
	Entrevista	Directa	Encuesta	Estudiantes	Conocer la realidad académica de los estudiantes. Recoger información sobre el problema.
APLICACIÓN DEL PLAN DE ACCIÓN	Observación	Personal	Ficha de Observación	Estudiantes	Obtener información sobre los logros del estudiante durante el proceso de registro
		Personal	Diario de campo	Estudiantes	Recoger información sobre el proceso constante en la práctica.
		Personal	Focus Group	Estudiantes	Obtener información sobre los distintos puntos de vista de los estudiantes.

CAPITULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Al término de la ejecución del plan de intervención se procede al procesamiento de la información, análisis y discusión de toda la información obtenida a través de los instrumentos utilizados y aplicados a los estudiantes, según el orden establecido en este tipo de investigación estará estructurado de la siguiente manera: en cuanto a la línea de base, a las sub-categorías, impacto del plan de acción y la experiencia de investigación.

La reflexión y análisis de la información se realiza a través de las tablas en los cuales está la descripción, y el uso de las herramientas analíticas de interpretación, contextualización, interpretación y triangulación.

La sistematización de toda la experiencia de investigación acción pretende organizar la información y analizarla, además de compartir los saberes obtenidos desde la aplicación del plan de intervención, para luego convertirlo en buenos aprendizajes mediante un proceso de reflexión y apropiación. Estos son puntos ejes para el análisis de la información de aspectos como: los procesos de mejoras en los aprendizajes de los alumnos durante cada actividad, aportes en la capacidad de investigar e innovar de manera permanente nuestros conocimientos, fortalezas, debilidades y aprendizajes esperados en cada actividad.

3.1 EN CUANTO A LA LÍNEA DE BASE

Categoría/ Sub categoría		Descripción
Manejo de balones en las Habilidades Motrices Básicas	Lanzamiento	Los alumnos no han desarrollado el lanzamiento debido a que solo practican deportes en los cuales solo manejan su coordinación oculo-podal, esto hace que no desarrollen su coordinación óculo manual, por lo cual la habilidad motriz básica en cuanto al lanzamiento tiene una gran deficiencia al momento de realizar ejercicios deportivos que involucran el lanzar balones de forma unilateral y bilateral, en la fuerza de ejecución, además de hacerlo de forma estática como dinámica.
	Recepción	Los alumnos no desarrollan sus habilidades en cuanto al manejo de balones, precisamente en la recepción, ya que no tienen un pleno conocimiento de los deportes en los cuales se utiliza la recepción de balón, por lo cual en la práctica se evidencia una gran deficiencia al momento realizar los ejercicios en cuanto a la recepción dinámica, estática, lateral, bilateral se refiere.
	Boteo	A través de algunos instrumentos hemos podido evidenciar que todos los estudiantes conocen pero no practican deportes en los cuales se desarrolla el boteo de un forma correcta, por lo cual al realizar actividades deportivas no pueden mantener ritmo, constancia de tiempo en el boteo.

Fuente: Encuesta, ficha de observación y diario de campo

El problema en el desarrollo del manejo de balones de las habilidades motrices básicas de los alumnos se ve afectado, porque no practican y conocen muy poco los deportes en los cuales se utiliza estas habilidades de lanzamiento de pre-dominancia unilateral, en su precisión y la fuerza de ejecución, la deficiencia en su fuerza y expulsión del balón al

momento de ejecutar un ejercicio determinado y en diversas situaciones, en la recepción que debido a que no se practican deportes de donde se realizan constante recepciones altas, bajas, con un o con dos manos, ya que la percepción del objeto es deficiente y no se adaptan al balón, en el bote encontramos dificultades para mantener el ritmo con forme a sus movimiento motrices, no precisan su fuerza de lanzamiento para la posterior amortiguación,, también hay problemas de alternancia al cambiar el balón con ambas manos, por lo cual a través del programa Manos hábiles busca desarrollar y a la vez hacer conocer a los estudiantes los diversos deportes en los cuales está involucrado el manejo de balones, de esta manera su desarrollo en las habilidades motrices básicas será muy favorable para un completo desarrollo motriz, así tendrán un correcto manejo de balones en diversas situaciones que se presenten en las actividades deportivas o en otras situaciones en las cuales se utilizan las manos.

3.2. EN CUANTO A LA SUB-CATEGORIA

Tabla N° 1

Motivación

INICIO	DESARROLLO	FINAL
Muchos de los alumnos querían solo jugar fulbito en la loza deportiva, la mitad de los alumnos de ellos no querían participar y preferían estar sentados en las graderías, los alumnos al ver material diferentes empezaron a hacer preguntas sobre el programa.	Luego de hacer las actividades empezaron a participar en los juegos con el material nuevo. Los alumnos manifiestan lo divertido que es utilizar nuevo material y les genera interés.	La gran mayoría de los alumnos empiezan a tener interés en las actividades y desean participar, ya que les parecía diferente a lo que siempre hacían se vieron entusiasmados por el desarrollo del manejo de balones.

Fuente: ficha de observación

En el cuadro anterior podemos ver que describe como muchos de los estudiantes tienden a practicar una sola actividad deportiva, generando en sus compañeros desmotivación por realizar otras actividades en las cuales todos participen, ya en el proceso de las actividades que contiene el programa “Manos hábiles” generando así un interés, por lo cual muchos de los estudiantes empezaron a manifestar lo interesante que se muestra el programa, ya que, no había algo nuevo en la institución educativa.

Al finalizar las actividades la gran mayoría de los estudiantes participo de las actividades, generando en ellos motivación para realizar actividades deportivas, y no solo estar sentados observando como otros de sus compañeros realizan actividades deportivas, así mismo pudieron ver algunas deficiencias que tenían en el manejo de balones en sus

habilidades motrices básicas en las actividades propuestas por la primera sesión motivadora; siendo esta una serie de actividades de inicio, vemos que hay indicios de que algunos de los alumnos tienen una gran deficiencia para integrarse en los grupos.

Según Sánchez, F. “el acto específico que se va a realizar para desarrollar y poner de manifiesto determinada habilidad, ya sea perceptiva o motórica”, es por esto que es importante desarrollar las habilidades motrices básicas, así una determinada habilidad incrementa su grado de percepción o la parte motriz se desarrolla de tal manera que el estudiante no tendrá dificultades en el momento de realizar cualquier actividad deportiva.

Como grupo investigador vemos que necesitamos ampliar estrategias metodológicas para incrementar el grado de desarrollo de las habilidades motrices básicas, además de saber que para esto se presentaran muchas dificultades debido a que cada estudiante tiene un ritmo de aprendizaje diferente.

3.3. EN CUANTO A LA LAS SUB CATEGORIAS

3.3.1. EN CUANTO AL LANZAMIENTO Y LA PRE-DOMINANCIA UNILATERAL Y BILATERAL.

Tabla N° 2

Unilateral y bilateral

INICIO	DESARROLLO	FINAL
Algunos de los estudiantes llegan con un interés generado en la primera sesión, pero aún muchos de ellos siguen insistiendo en jugar solo futbol, pero aun así quieren saber tener información de las actividades que se realizaran para tener una idea de lo que se hará.	Durante el desarrollo de los estudiantes hemos podido notar que la gran mayoría empieza a conocer sus deficiencias cuando realizan las actividades, pese a esto siguen intentando con mucho más constancia, a la vez que se auto-motivan.	Vemos que al término de las actividades muchos de ellos conocen su lado predominante y trataban de desarrollar su lado menos predominante el cual está aún en proceso, aunque ya lo estaban practicando durante las actividades.

Fuente: Ficha de Observación.

Según nos muestra la tabla ya la mayoría de los estudiantes llegando con un grado de interés para realizar las actividades, pero algunos de ellos no tienen interés acerca de lo que se realizara, ocasionando que otros estudiantes también empiecen a perder el interés en el programa, es por esto que buscamos una estrategia para que ellos sean quienes lideren los trabajos por grupo para que de esta manera vuelvan a auto-motivarse, ya en el desarrollo de las actividades se ha observado que la gran todos están participando de manera voluntaria en las actividades, a pesar que muchos de los estudiantes empieza a conocer que su predominancia y la enorme dificultad que tienen con la manos menos predominante, cada

estudiante trata de practicar para desarrollar sus habilidades y de esta forma poder avanzar con su proceso de aprendizaje de la mejor manera.

En la finalización de las actividades hemos podido observar que muchos de los estudiantes ya conocen su lado predominante de tal forma que muchos de los ejercicios buscaban hacerlo con la mano predominante para tener una buena calificación, pero aun no querían quedarse con esa idea, por lo cual buscaban de manera voluntaria realizar tener más oportunidades hasta obtener una buena calificación, y así obtener el logro que tanto deseaba.

3.3.2. EN CUANTO AL LANZAMIENTO ESTATICO Y DINAMICO

Tabla N° 3

Estático y dinámico

INICIO	DESARROLLO	FINAL
Los estudiantes en su mayoría tienen un alto grado de deficiencia en su lanzamiento estático y dinámico, no pueden lograr hacer lanzamientos con precisión hacia los objetivos determinados en las actividades.	En las actividades que se desarrollaron se pudo evidenciar que a través de los ejercicios desarrollados disminuyeron esa deficiencia al momento de efectuar los lanzamientos de forma estática y dinámica por lo cual aún motivamos en repetir las actividades hasta que puedan conseguir desarrollo de su manejo de balón.	Para finalizar muchos de los estudiantes lograron incrementar su precisión con la práctica de las dos formas de lanzamiento de tal manera que vimos una mejora considerable en la ejecución de las actividades, desarrollando así su manejo de balones en sus habilidades motrices.

Fuente: Ficha de Observación.

En esta tabla se evidencia que la mayoría de los estudiantes no pueden ejecutar de manera precisa su lanzamiento estático y dinámico al momento de practicar los ejercicios, una vez que reciben la información acerca del trabajo y el material con el cual practicarán las

actividades, ellos tienden a esforzarse para conseguir un avance en sus logros, ya que al mejorar su manejo de balones consideran que tendrán un aprendizaje significativo, y a su vez obtendrán una buena calificación en el área de educación física.

Al finalizar las actividades programas notamos un considerable cambio de precisión al realizar el lanzamiento estático y dinámico en el manejo de balones en las habilidades motrices básica; Por otra parte ya para finalizar la sesión evaluamos a cada estudiante con un instrumento el cual nos indica que aun los chicos están en un proceso de aprendizaje, también buscamos que cada estudiante reflexione acerca de sus actividades, y a su vez, procure seguir practicando en los diversos ejercicios dados por el docente para una siguiente evaluación.

3.3.3. EN CUANTO AL LANZAMIENTO Y EL GRADO DE FLEXION BRAQUIAL

Tabla N° 4

Grado de flexión braquial

INICIO	DESARROLLO	FINAL
Hay poco conocimiento acerca del grado de flexión braquial, los miembros superiores son débiles, no hay precisión para hacer un lanzamiento a larga distancia, muy poca efectividad en el juego.	Hay un cambio significativo, tienen conocimiento sobre su grado de flexión braquial, además de obtener mayor fuerza para lanzamientos en larga distancia, aumenta su precisión durante las actividades establecidas.	Buscan hacer uso de su grado de flexión para tener un lanzamiento fuerte y preciso, además de tener mayor efectividad en los juegos pre-deportivos.

Fuente: Ficha de Observación.

En esta tabla vemos que al momento de iniciar las actividades los estudiantes tienen poco conocimiento acerca de su grado de flexión braquial, lo que conocemos como la correcta posición de los miembros superiores formando un ángulo con el cual hay mayor

fuerza en el lanzamiento y precisión, es por eso que cuando se realiza un juego pre-deportivo muchos de los estudiantes tienen muy poca efectividad.

Con el desarrollo de las actividades se generó un cambio en el estudiante, ya que mucho de ellos buscaban utilizar un buen grado de flexión braquial, de esta manera se muestra una actitud positiva para realizar los juegos, a su vez desarrollaron fuerza que es necesaria para hacer lanzamientos a mayor distancia, por ultimo ya conocen y utilizan el grado de flexión braquial aunque no todo tienen un logro destacado, pero han podido desarrollar de muy buena manera esa dificultad que tenían al inicio.

3.3.4. EN CUANTO AL LANZAMIENTO Y FUERZA DE EXPULSION DEL OBJETO

Tabla N° 5

Fuerza de expulsión del objeto

INICIO	DESARROLLO	FINAL
Hay muy poca fuerza en el momento de lanzar un objeto en este caso el balón, además de que no conocen su fuerza de expulsión, por lo cual tienen poco desarrollo de su fuerza en sus miembros superiores.	Practican ejercicios para incrementar su fuerza de expulsión, hay una iniciativa propia por querer desarrollar y aumentar fuerza en sus miembros superiores, para practicar actividades deportivas.	La mayoría de estudiantes desarrolló la fuerza de expulsión al momento de realizar las actividades encomendadas, además de tener mayor efectividad en los juegos.

Fuente: Ficha de Observación.

Durante el inicio de las actividades los estudiantes no tienen interés en mejorar la fuerza de expulsión de sus miembros superiores, no hay interés en desarrollar esa habilidad,

por lo cual el desarrollo de la fuerza de expulsión es deficiente, al momento de presentar el material con el cual van a trabajar muchos de los estudiantes tiene una iniciativa propia por realizar las actividades que desarrollara la fuerza en sus miembros superiores a la vez que tendrán un mayor grado de eficacia.

En el término de las actividades, los estudiantes en su mayoría desarrollan fuerza de expulsión del objeto, en este caso el balón, además de querer tener mayor efectividad en los juegos que demandan fuerza en el lanzamiento en sus miembros superiores, así mismo la iniciativa propia de ellos de querer hacer las actividades sin tener que obligarlos, ya que comprenden que es muy importante desarrollar su fuerza de expulsión del balón.

3.3.5. EN CUANTO A LA RECEPCION ESTATICA Y DINAMICA

Tabla N° 6

Estática y dinámica

INICIO	DESARROLLO	FINAL
Hay muy poca práctica de recepción, no tienen interés en utilizar sus manos para efectuar recepción estática y dinámica, las actividades son interesantes y los estudiantes muestran interés por saber cómo se utiliza el material.	Realizan las actividades con mucho interés en aprender, practican la forma de recepcionar un balón de forma estática y dinámica, desarrollan esta habilidad con iniciativa propia.	Realizan la recepción de forma estática y dinámica en las diversas actividades, los estudiantes manifiestan haber desarrollado algo que nunca habían aprendido por el material y las actividades en sí.

Fuente: Ficha de Observación.

Muchos de los estudiantes al no practicar deportes en los cuales involucre la recepción estática y dinámica, hace que el interés sea escasa, además de que no desean desarrollar esa habilidad, pero cuando se les muestra los diferentes materiales con el cual se desarrollará las actividades hace que haya un interés, mientras realizan esta actividad los estudiantes buscan

desarrollar esta habilidad, ya que se dan cuenta que tienen muy poca efectividad al momento de la recepción de balones al estar en movimiento y de forma estática.

Al término de la actividades muchos de los estudiantes tienen un avance en el proceso de su aprendizaje sobre el manejo de balones en sus habilidades motrices básicas, ya que realizan la recepción de forma estática y dinámica con mayor precisión que al inicio de las actividades, a su vez se incrementó el conocimiento acerca de los deportes que utilizan este tipo de recepciones para que ellos puedan cambiar la manera de pensar en cuanto a practicar un solo deporte dejando los otros de lado.

3.3.6. EN CUANTO A LA RECEPCION CON UNO Y CON DOS MANOS

Tabla N° 7

Con uno y con dos

Inicio	Proceso	Final
Los alumnos no sabían reconocer su lado dominante para recepcionar el balón. No hay tampoco la técnica adecuada de la recepción lo que dificultaba su desenvolvimiento, los estudiantes muestran interés por aprender la técnica adecuada.	Empiezan a reconocer su lado dominante para la recepción del balón. Su técnica para la recepción está desarrollándose satisfactoriamente y ya logran recepcionar balones de media y larga distancia.	Los alumnos son capaces de reconocer su lado dominante para la recepción del balón y desarrollo de gran manera su habilidad para recepcionar balones. Los estudiantes afirmaron que mejoraron su técnica y que esto les ayudará cuando realicen juegos colectivos.

Fuente: Ficha de Observación

Como se observa en la tabla anterior que describe el desarrollo de familiarización del lado dominante para la recepción del balón y el desarrollo de la técnica, los alumnos terminada la sesión del plan de acción, lograron ejecutar la recepción de los balones a 15 y 20 m respectivamente. Al inicio los estudiantes son conscientes de que tienen dificultades en

el momento de recepción del balón por lo que necesitaron de la práctica de ejercicios para mejorar esta deficiencia

Durante el proceso comenzamos a trabajar con ellos mostrándoles la técnica adecuada y realizando ciertos ejercicios, los cuales esto les ayudaría a mejorar la recepción en el manejo de balones de sus habilidades motrices básicas. El desarrollo se logra gracias a la práctica de ejercicios, variantes designadas por el grupo investigador en las actividades ya planteadas en la sesión, quizá durante las actividades improvisamos algunas ejercicios solo con el fin de lograr el objetivo; finalmente con estos ejercicios se logra obtener un resultado positivo en el desarrollo de su habilidades de recepción en el manejo de balones.

3.3.7. EN CUANTO A LA RECEPCION EN ALTA Y BAJA ALTURA

Tabla N° 8

Alta y baja altura

Inicio	Proceso	Final
Los alumnos tienen dificultades para lograr la recepción con diferentes tipos de balones cuando estas están a mediana, alta y baja altura. No una correcta precepción y correcto movimiento para realizar la recepción del balón y los alumnos son conscientes de la importancia que tiene la recepción en los deportes colectivos.	Empiezan a realizar juegos para mejorar su desarrollo en esta habilidad de la recepción. Los alumnos muestran de manera afirmadora su gusto por el aprendizaje a través de juegos.	Los estudiantes son capaces de realizar altas recepciones medianas y bajas a través de diferentes situaciones de lanzamientos. Lo que hace posible su buen desenvolvimiento en juegos colectivos. Afirman que el desarrollo de la sesión fue éxitos y desarrollaron de gran manera su recepción.

Fuente: Ficha de Observación.

Como se observa en la tabla anterior que describe la realización de ejercicios para el desarrollo de las recepciones bajas, medianas y altas en los alumnos, finalizada la sesión de

aprendizaje del plan de acción, desarrollan la capacidad de recepción con diferentes tipos de balones en diferentes circunstancias, antes del programan los alumnos no practicaban ejercicios para desarrollar esta capacidad, los alumnos mostraron desinterés y en estas practica y se sometieron a realizar diferentes tipos de trabajos que desarrollan otras habilidades. Los alumnos muestran interés por mejorar y desarrollar esta habilidad pero no saben qué clase de ejercicios realizar, por lo que terminan perdiendo el interés en deportes que implican el manejo de balones.

En el proceso los alumnos ejecutan acciones para mejorar el desarrollo de la habilidad de la recepción ejecutan ejercicios con distinto balones en este caso utilizamos balones de balón mano, pelotas de trapo y balones de futbol americano, con el primer balón la dificultad es mínima y se corrigen errores de recepción, con el segundo balón la recepción se dificulta, pero logramos la recepción del balón satisfactoria mente, con el tercer balón la dificultad se torna difícil por las características del balón pero, el objetivo se logra en un gran porcentaje en la mayoría de los alumnos.

3.3.8. EN CUANTO A LA RECEPCION FRONTAL Y LATERAL

Tabla N°9

Frontal y lateral

Inicio	Proceso	Final
Los estudiantes no hacen la recepción de manera muy eficaz los balones de forma frontal y lateralmente. No hay una correcta técnica de recepción las cuales ocasionan un bajo grado de participación en actividades colectivas. Los estudiantes afirman que es gustaría aprender la recepción de balones en diferentes situaciones frontal y lateralmente.	Empiezan a realizar algunos ejercicios de recepción de corta distancia; comienzan la recepción de forma frontal y lateral. Los alumnos manifiestan que es agradable para ellos realizar al finalizar juegos de recepción.	Los alumnos son capaces de hacer la recepción de balones de forma frontal y lateral a través de varios ejercicios, y el trabajo por grupos hace posible que pueda participar en juegos pre-deportivos. Los alumnos afirman que se sienten más seguros a la hora de la recepción de un balón, por lo cual hay un desarrollo significativo en la el manejo de balones.

Fuentes: Focha de Observación.

Como se observa en la tabla anterior que describe las características de los alumnos antes de realizar la sesión del plan de acción, los alumnos finalizada la sesión adquieren una mejoría a la hora de la recepción de balones de forma frontal y lateral en situaciones de lanzamientos diferentes. En el inicio los estudiantes reconocen que les dificulta hacer la recepción de estos tipos de lanzamientos en la forma en la que fueron establecidas por el equipo investigador y al no haber un trabajo previo de recepción de este tipo, provoco cierta impresión al observar que era más complicado de lo que ellos imaginaban.

En el proceso del aprendizaje los estudiantes realizaron estos dos tipos de recepción la frontal y la recepción lateral; con la primera los alumnos realizan recepciones de corta

distancia y también a larga distancia en trabajo en parejas, con la segunda realizan recepciones en movimiento de corta y larga distancia, trabajando en parejas y en grupos, finalmente terminan realizando un juego colectivo por grupos realizando durante el juego recepciones de forma frontal y lateral a corta y larga distancia evidencia un logro en el desarrollo del manejo de balones en sus habilidades motrices básicas.

3.3.9. EN CUANTO AL BOTEÓ, GOLPEO Y AMORTIGUACION CON RITMO

Tabla N° 10

Golpeo y amortiguación con ritmo

Inicio	Proceso	Final
Los alumnos no ejecutan el boteo con ritmo y al de sus movimientos, no realizan el boteo de la forma correcta. No hay una correcta amortiguan del balón lo cual produce una pequeña molestia al no mantener el ritmo. Los alumnos afirman que les gustaría desarrollar de mejor manera su boteo.	Empiezan a realizar distinto juegos a través de grupos, su boteo se torna cada vez mejor. Los alumnos manifiestan lo confortante que es la realización del boteo y el ritmo que tiene el balón y su cuerpo a la hora del juego.	Los alumnos son capaces de realizar el boteo al ritmo de sus movimientos, lo que hace posible que se desenvuelvan de forma agradable en las realización de juegos. Los alumnos afirman que lograron desarrollar la amortiguación y el ritmo del boteo y que es gratificante para ellos.

Fuente: Ficha de observación.

Como se observa la tabla anterior en el cual se describe las característica del boteo que realizaban antes de la realización de los juegos asignados en la sesión del plan de acción, finalizada la sesión desarrollan su boteo con una correcta amortiguación y al ritmo de sus movimientos. En el inicio, los alumnos reconocen que no han desarrollado correctamente esta

habilidad y que deben mejorarla. Años anterior no habían realizados ejercicios ni juegos y al carecer de estos insumos su desarrollo se vio poco desarrollada.

En el proceso de aprendizaje los alumnos realizan el boteo a través de diferentes juegos. El aprendizaje se logra gracias actividades vivenciales como “los atrapados”, “La red” y “Gladiadores”; con la primera los alumnos manejar el ritmo del boteo del balón al ritmo de sus movimientos, con el segundo, realizan un boteo en el mismo lugar pero desarrollando sus lateralidades y con el último juego realizan una combinación de estas habilidades, interpretando sus emociones y aptitudes a través de los juegos de boteo.

3.3.10. EN CUANTO AL BOTEY Y LA ALTERNANCIA BILATERAL

Tabla N° 11

Alternancia bilateral

Inicio	Proceso	Final
Los alumnos no realizan la alternancia bilateral durante el boteo para el correcto desenvolvimiento en actividades en equipo. No hay coordinación en los movimientos de boteo con la alternancia bilateral. Los estudiantes afirman que les gustaría desarrollar su alternancia bilateral.	Empiezan a realizar una serie de ejercicios de alternancia bilateral y si boteo se vuelve más coordinado al ritmo de sus movimientos. Los alumnos reflejan la satisfacción del desarrollo en sus movimientos y los ánimos en la realización de los juegos y ejercicios.	Los estudiantes son capaces de realizar la alternancia bilateral durante la realización del boteo, lo que hace posible un correcto desenvolvimiento en sus movimientos. Los estudiantes afirman que es gratificante poder realizar la alternancia bilateral en el boteo.

Fuente: Ficha de Observación.

Se observa en el anterior cuadro que describe las condición en la que se encuentran los alumnos al realizar su boteo sin alternancia en sus extremidades, finalizada la aplicación de la sesión dada en el plan de acción, adquieren el desarrollo de la alternancia en sus movimientos durante el boteo. En el inicio los alumnos pueden notan que no alternan

bilateralmente sus movimientos cuando realizan el boteo durante juegos recreativos. Sus profesores en anterioridad no les muestras como realizarlas ni realizan la práctica de estos movimientos. Lo que provoca que tengan dificultades cuando juegan con sus compañeros juegos donde se realizan el manejo de balones.

En el proceso de aprendizaje los alumnos realizan ejercicios de alternancia. Este aprendizaje se alcanza gracias a la ejecución de ejercicios y juegos como: “La pesca negra”, ejercicios de “relevos” y con un juego final llamado “intercalados”; con la primera los alumnos realizan los movimientos de alternancia de manera consciente e inconsciente, en el segundo realizan ejercicios de relevos practican la alternancia bilateral a través de diferentes obstáculos, asemejándose a condiciones de juego, con el último ejercicio que s un juego logramos combinar presión, velocidad y competitividad a través de obstáculos realizando el todo momentos la alternancia de sus movimientos.

3.3.11. EN CUANTO AL DESARROLLO DEL MANEJO DE BALONES

Tabla N° 12

Socialización

Inicio	Proceso	Final
Los alumnos son capaces de realizar actividades donde el manejo del balón está implicado en el tren superior. Hay coordinación en sus movimientos lo que genera la correcta realización de acciones que ellos desean realizan. Los alumnos afirman que desarrollaron en gran medida sus habilidades básicas.	Empiezan a realizar movimientos de lanzamientos, recepciones y de boteo durante la realización del juego del baloncesto. Los alumnos manifiestan que el programa resulto positivamente para lograr el desarrollo de sus habilidades en el manejo de balones.	Los alumnos son capaces de desenvolverse durante la realización de juegos deportivos, lo que hace posible que se sienten cómodos con ellos mismos y gratificación por las habilidades que han desarrollado en mayor eficacia.

Fuente: Ficha de Observación.

Como se observa en el anterior cuadro que describe las características de las diferentes habilidades básicas en el manejo de balones de los alumnos, al finalizada la socialización plasmada en el plan de acción, adquieren la habilidad para poder lanzar, y hacer la recepción y el boteo con mayor eficacia. En el inicio los alumnos no lograban realizar muchas de estas habilidades de la forma más eficaz, lo que resultaba para ellos cierta desidia para participar en juegos competitivos y en juegos recreativos que se encontraban en su medio como eran las olimpiadas internas y la participación en juegos con sus compañeros.

En el proceso del aprendizaje los alumnos participaron de las actividades dadas por el profesor. Estos aprendizajes se lograron gracias a la participación de los alumnos a través de juegos y ejercicios como son para el lanzamiento, la recepción y el boteo

3.4. EN CUANTO AL RELATO DE LA EXPERIENCIA

Tabla N° 13

Logros de capacidades investigativas del equipo investigador.

Capacidades / Habilidades investigativas	Descripción
Observar	Vemos que los estudiantes desde un inicio tienen deficiencia en realizar el lanzamiento, recepción y boteo del balón en las diversas actividades que involucran la motricidad.
	Una vez que se determina el problema, se establecen los aspectos básicos a observar durante el proceso y la aplicación del plan de acción.
Planificar	Se desarrolla un plan de acción, de forma general y específico, además tener coherencia con nuestros objetivos trazados por el grupo investigador, se planifica y organiza algunos aspectos como el tiempo y los recursos necesarios para la aplicación.
Reflexionar	Se reflexiona en cada actividad desarrollada de manera constante sobre las dificultades y posibles logros de la aplicación del plan de

	acción.
--	---------

Fuente: cuaderno de campo

Durante todo el proceso en el cual se lleva la investigación acción, el equipo investigador adquiere capacidades y habilidades investigativas suficientemente necesarias para proponer estrategias de aprendizaje, de esta manera buscamos dar soluciones para el estudiante tenga un aprendizaje significativo obteniendo el logro deseado por el grupo investigador. Con todas estas capacidades buscamos lograr nuevas formas de aprendizaje, que sean innovadoras, para que durante el proceso investigador, además de hacer que el estudiante desarrolle el manejo de balones también sea un ente reflexivo.

Como equipo investigador buscamos obtener un logro tanto personal y profesional; ya que al desarrollar este tipo de investigación acción comprende asumir desafíos en el ámbito educativo, tomando como referencia el tipo de investigación cualitativa que nos permite reflexionar en todo el proceso de la investigación

3.5. CONOCIMIENTOS ADQUIRIDOS POR EL EQUIPO INVESTIGADOR

Tabla N° 14

Conocimientos adquiridos por el equipo investigador

Conocimientos	Descripción
Teóricos	Manejo teórico sobre la investigación acción
	Manejo teórico sobre el manejo de balones en las habilidades motrices básicas
Metodológicos	Elaboración de un informe de investigación
	Planificación y ejecución de estrategias para el aprendizaje
Estrategias	Preparar juegos con reglas, circuitos motrices con variaciones.
Técnicas	Aplicar técnicas e instrumentos para la recolección de información.

Fuente: Cuaderno de campo

El equipo investigador tiene una gran satisfacción por haber podido realizar las actividades propuestas dentro de su plan de acción, es por este motivo que sus conocimientos adquiridos son muy elementales para su futuro profesional, ya que la constante reflexión y la diversidad de estrategias utilizadas en el plan de acción han dado resultados favorables para la mejora educativa.

En cuanto al conocimiento teórico, el equipo investigador procesa la información sobre la investigación acción y las implicancias que tiene desde la búsqueda de bibliografía actualizada, toda esto genera bases fundamentales para la investigación en sí mismo y el conocimiento base del manejo de balones en las habilidades motrices básicas.

También hemos podido elaborar informes los cuales nos han servido para tener formalidad en nuestras prácticas pre-profesionales, además de organizar todo un plan que

conlleva una serie de estrategias metodológicas para un buen aprendizaje de los estudiantes como del equipo investigador.

Tabla N° 15

Actitudes adquiridas por el equipo investigador

Actitudes	Descripción
Responsabilidad	En equipo investigador ha demostrado cumplir con todas las tareas encomendadas estipuladas en su plan de acción y en su práctica pre-profesional e investigativa
Puntualidad	El equipo investigador cumplió con las fechas y horas establecidas en la ejecución de las actividades a pesar que se presentaron algunas dificultades, para así cumplir con los objetivos trazados en el plan.
Respeto	El equipo demostró considerar el aprendizaje de cada uno de los estudiantes sin tener que intervenir en su ritmo de aprendizaje.

En este proceso de la realización del plan de acción por el equipo investigador, dando propuestas para el desarrollo de sus habilidades básicas en el manejo de los balones también se encuentra con algunas dificultades en de sentido material, ya que esta es indispensable para que el trabajo que debe desarrollarse. No obstante el equipo investigador demuestra la responsabilidad que tiene con el trabajo que realiza y no deja que esto afecte su trabajo, mostrando la responsabilidad al adquirir el material para los participantes del plan de acción, con esto también cumple con la puntualidad para la realización de que están programadas; así mismo el grupo investigador, no encuentra problemas para mantener el respeto entre los

participantes del plan de acción, manteniendo siempre la armonía entre los participantes y en general.

Las actitudes que son interiorizadas por el equipo investigador se dan a lo largo del proceso del plan de acción, manteniendo siempre el buen trabajo y compromiso y siempre siendo líder y llevando por lo mejor el trabajo que se realizó. Entonces, es responsable, puntual y siempre respetuoso con los participantes, poniendo en práctica los conocimientos teóricos, metodológicos y didácticos. No solo a adquirido conocimientos y capacidades sino también las actitudes que se muestran en el cuadro anteriormente.

DIFICULTADES Y SOLUCIONES

Tabla N° 16

Dificultades y soluciones

Aspectos	Dificultades	Soluciones
En cuanto al marco teórico	La información para el marco teórico ha sido insuficiente para tener una idea clara las categorías y dimensiones.	Luego de la búsqueda de información se procedió a dividir las categorías y dimensiones para que el equipo investigador tenga las ideas clara en cuanto a su marco teórico.
En cuanto a la elaboración del plan de acción	La elaboración tiene dificultades, ya que las labores educativas tuvieron retraso.	Se propuso retrasar algunas actividades incluidas en la elaboración del plan de acción.
En cuanto al tiempo para aplicar el plan de acción	El tiempo por momentos se vio afectado por ciertas actividades institucionales que están en su plan anual.	Se coordinó el tiempo para poder trabajar las actividades con el área institucional sin tener que afectar ninguna actividad
En cuanto a la aplicación del plan de acción	El interés por los estudiantes es dificultosa en la etapa inicial.	El equipo investigador hace uso de las estrategias metodológicas para generar el interés y realizar el plan de acción.

Fuente: Diario de campo

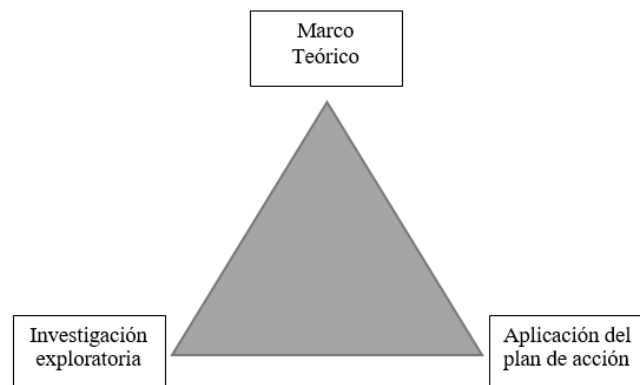
Durante el inicio hasta el término del plan de acción se ha visto una serie de dificultades, sin embargo la búsqueda de soluciones de manera rápida y formal pudo tener un efecto motivador en los estudiantes y en el equipo investigador, se trató de buscar soluciones viables que no perjudiquen el aprendizaje y el desarrollo de las actividades educativas; en el proceso del marco teórico se vio dificultado por la escasa información, pero trabajando en coordinación con los docentes del área de educación física, se logró obtener la información necesaria y las bases teóricas necesarias para la investigación.

Las diversas dificultades que hay en la investigación son una muestra clara de que hay acción, además de reflexionar en todo el proceso de la aplicación hace que el aprendizaje sea satisfactoria en los estudiantes como en el equipo investigador, debido a los constantes logros y fracasos.

En la aplicación de la investigación acción se vio afectada por el contexto educativo de las más altas jerarquías, pero esto no determino que la aplicación del programa se detenga, por lo cual hacer un reajuste en los tiempos, hizo que se generara un retraso en la ejecución, sin embargo esto nos ayudó a dar soluciones a nuestros problemas.

3.6. EN CUANTO AL LOGRO EN EL MANEJO DE BALONES EN LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS.

Tablas N° 17



La investigación exploratoria para identificar las características del manejo de balones en los alumnos ofrece información obtenida a través de instrumentos de recolección de datos, de que los alumnos presentan problemas de coordinación, carentes de precisión, efectividad, que le den un gran aporte a sus habilidades en el manejo de balones de diferentes tipos. Técnica incorrecta de su lanzamiento, dificultades de precisión para lanzar correctamente a un punto determinado, desorientación para la recepción de balones dificultades para agarrar diferentes tipos de balones con ambas manos, y falta de coordinación bilateral para el manejo del boteo, momentos en que se pierde e ritmo del boteo.

Muchos son los autores que se orientan al estudio del desarrollo del manejo de balones en las habilidades motrices básicas como por ejemplo:

Según Gunthrie, 1957 “la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas”. El estudiante adquiere nuevos aprendizajes, tales como lanzamiento, recepción y boteo debido a que tienen un grado de esfuerzo mayor, dado a la continua

práctica de ejercicios y juegos en las habilidades motrices básicas, hacen que su certeza para realizar actividades deportivas más efectivas, sobre todo en el momento de utilizar las manos para manejar diversos balones.

Al finalizar la investigación los estudiantes obtuvieron un logro satisfactorio, a pesar que durante el proceso de la investigación hubo dificultades debido a que la gran mayoría se interesaba en un solo única actividad deportiva que no involucraba el manejo de balones, en el inicio se pudo evidenciar las dificultades que los estudiantes presentaban en el lanzamiento, recepción y boteo; en muchas de las actividades que se ejecutaron en el plan de acción.

Para desarrollar nuestro plan de acción y obtener resultados favorables, hemos contado con el marco teórico en el cual se planifico el plan de acción que luego evidencio los resultados del equipo investigador, es así como vemos un logro en los estudiantes que se planificó en la ejecución del plan de acción, pudiendo ver que los estudiantes durante el proceso cometían errores por la dificultad de los ejercicios, pero posteriormente fueron desarrollando su manejo de balones con mucha más efectividad, viendo de esta manera que sus habilidades motrices básicas tuvieron un mayor desarrollo frente a otros estudiantes.

Nosotros como equipo investigador hemos desarrollado un análisis profundo así como los estudiantes en las diversas metodologías para el desarrollo de nuestro aprendizaje, por lo cual hemos visto que en un principio encontramos dificultades para motivar a los estudiantes, es por eso que nos encontramos con un dificultad que nos ayudaría a buscar otras soluciones o estrategias para mantener el interés de los estudiantes, por lo sabemos que el continuo desarrollo de las actividades genera diversas dificultades, es por esto que nuestras soluciones y el constante cambio de estrategias fueron un punto importante en todo el desarrollo del plan.

CONCLUSIONES

Primera.- Se diagnosticó mediante un instrumento, que los alumnos del 3er grado J de la Institución Independencia Americana no conocen algunos términos relacionados al lanzamiento, recepción y bote en la categoría de manejo de balones.

Segunda.- Se determinó el grado de manejo de balones en los alumnos del 3er grado J de la Institución Independencia Americana, que la mayoría de los alumnos tenían problemas al momento de realizar el lanzamiento con la mano pre-dominante y mayor dificultad con la mano menos pre-dominante, poca fuerza y precisión en el lanzamiento, falta de percepción de los balones durante la recepción, y falta de ritmo de boteo en diversas situaciones.

Tercera.- Se ejecutó el plan de acción conforme a lo establecido dentro del programa, los cuales daban solución a la problematización encontrada en los alumnos, además de ver un desarrollo al realizar el lanzamiento con ambas manos, con mayor grado de precisión y haciendo la recepción de las diversas formas con mayor percepción, y al realizar el bote empezaron a controlar el ritmo y alternancia en las actividades del programa.

Cuarta.- Finalizado el plan de acción llegamos a una evaluación final en la cual vemos un satisfactorio desarrollo del manejo de balones en sus habilidades motrices básicas, los alumnos logran lanzar con mayor precisión y fuerza, una mejor percepción al hacer la recepción alta, baja, estática y dinámica, y botear con ritmo y alternadamente además de utilizar diversos tipos de balones que demuestra un buen nivel alcanzado en la mayoría de los alumnos.

SUGERENCIAS

Primera.- Se recomienda a todos los docentes deben de hacer un diagnóstico antes de iniciar cualquier actividad, para poder tener de forma clara las deficiencias no solo practicas sino teóricas, ya que no todos los alumnos desarrollan habilidades motrices sino también conocimientos teóricos que luego incluirán en la práctica de actividades deportivas.

Segunda.- Se debe tener en cuenta hacer actividades para determinar el nivel de manejo de balones en los alumnos y de esa forma sabremos cuanto han desarrollado sus habilidades motrices básicas, para luego clarificar las diversas estrategias que se aplicaran posteriormente.

Tercera.- Es recomendable ejecutar actividades y/o programas que desarrollen el manejo de balones en todos los alumnos, de esta manera incrementaremos sus capacidades motrices, así mismo obtendremos un aprendizaje óptimo en las actividades deportivas de los alumnos.

Cuarta.- Se aconseja tener evaluaciones en todas las actividades que se desarrollan, ya que muchos de los alumnos se olvidan que están en una evaluación constante en el manejo de balones en sus habilidades motrices básicas, ya que son elementales para luego poder tener eficiencia en diversas actividades deportivas e incluso cotidianas.

WEBGRAFÍA

- <http://repositorio.pedagogica.edu.co/xmlui/bitstream/handle/123456789/257/TE-15431.pdf?sequence=3>
- http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/2682/Quispe_Flores_Maritza.pdf?sequence=1
- <http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/743/1/T-ULVR-0751.pdf>
- http://www.bbc.com/mundo/noticias/2010/11/101103_desarrollo_libertad_entrevista_sen_aw
- <http://dle.rae.es/?id=CTvYRBI>
- <http://www.monografias.com/trabajos81/caracterizacion-morfofuncional-adolescentes/caracterizacion-morfofuncional-adolescentes2.shtml>
- <http://www.monografias.com/trabajos81/caracterizacion-morfofuncional-adolescentes/caracterizacion-morfofuncional-adolescentes2.shtml#ixzz50xtcYWUR>
- <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=76111892006>

BIBLIOGRAFÍA

- Abardía Colás, F. y Medina Sánchez, D. (1997). Educación Física de Base. Manual didáctico. Palencia. Asociación cultural cuerpo, educación y motricidad.
- Arnold, R. (1981). Aprendizaje del desarrollo de las habilidades deportivas. Barcelona. Paidotribo.
- Arráez, J.M.; López, J.M.; Ortiz, M.M. y Torres, J. (1995). Aspectos básicos de la E.F. en Primaria. Manual para el maestro. Wanceulen. Sevilla.

- Batalla Flores, A. (1994). Habilidades, destrezas y tareas motrices. Concepto, análisis y clasificación. Actividades para su desarrollo e interferencia contextual. Universidad Técnica de Lisboa. Facultades de Educación Física. Barcelona. Inde.
- Batalla Flores, A. (2000). Habilidades motrices. Barcelona. Inde.
- Blake J. Arturo 1982 “Diccionario de planeación y planificación” Edit. Edicol. México.
- Castañer, M. y Camerino, O. (2006). Manifestaciones básicas de la motricidad. Lleida. Universidad de Lleida.
- Castelo-Reis, M. (1980). Lanzamientos. Técnica. Estilos. Entrenamiento. Barcelona. Sintesis.
- Contreras Jordán, O. R. (1998). Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Barcelona. Inde.
- Cratty, B. (1982). Desarrollo perceptual y motor en los niños. Barcelona. Paidós.
- Díaz Lucea, J. (1999). La enseñanza y el aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. Barcelona. Inde.
- Fagoaga, Joaquín (2002). Fisioterapia en Pediatría. Madrid: Editorial Mc Graw-Hill Interamericana. (pp. 1)
- Fonseca, Vitor Da (1988) ontogénesis de la motricidad. Madrid. García Núñez.
- Guthrie, E. R. (1957). The psychology of learning. New York: Harper Brothers
- Gutiérrez Sáinz, Á. (1995). Proceso evolutivo de las capacidades físicas. En J. Mora Vicente (Coord.) Teoría del entrenamiento y del acondicionamiento físico. Sevilla: Wanceulen.
- López, J. M. (1992). La educación física básica en la Educación Primaria. Jaén, E. U. del Profesorado.

- OPS (1993). Manual de Crecimiento y Desarrollo del Niño. 2º Edición
- Prieto, Miguel Ángel. Habilidades Motrices Básicas – Educación Física. (2010). INDE.
- Quiroz, J. B. y Schrager O. L. (2003) fundamentos psicológicos y sociológicos en las capacidades de aprendizaje. Buenos aires: Panamericana.
- Restrepo G., Bernardo. La investigación-acción educativa y la construcción de saber pedagógico. Educación y Educadores 2004. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal.
- Restrepo G., Bernardo. “Maestro Investigador, Escuela Investigadora e Investigación de Aula” (1996), Colciencias. Colombia.
- Sen, A. (2000). Desarrollo y libertad, Barcelona, Ediciones Planeta.
- Saldaña, Adalberto. Teoría y práctica del presupuesto por programas en México. Un caso concreto. INAP, 1977
- Sánchez Bañuelos, F. (1984). Bases para una didáctica de la educación física y el deporte. GYMNOS. Madrid.
- Sánchez Bañuelos, F. (1992). Bases para una didáctica de la educación física y el deporte. Gymnos. Madrid.
- Mc Clenaghan, B. y Gallahue, D. (1985). Movimientos fundamentales. Buenos Aires, Médica Panamericana.
- V.V.A.A. (1998): Diccionario de la R.A.E. Espasa Calpe, Madrid.

ANEXOS