

UNIVERSIDAD FASTA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

**INFLUENCIA DEL MEDIO AMBIENTE
EN LA MOTRICIDAD DE LOS NIÑOS**

Autor: Jorge Fabián López

Tutor: Osvaldo González

Año: 2012

Dedicatoria:

A mi esposa Stella y mi hijo Santiago que
Estimulan y apoyan siempre mis proyectos.

Agradecimientos:

A mis alumnos, compañeros de estudio, a Osvaldo
González y Mausi por su invaluable colaboración.

RESUMEN

Desde la génesis del ser humano como especie bípeda, ha necesitado potenciar sus aptitudes corporales por el solo hecho de adaptarse al ambiente y vivir en él. Entendiéndose por estas, las capacidades físicas y mentales para lograr sobrevivir. Los tiempos fueron cambiando y por motivo de sus invenciones fue teniendo una vida cada vez más sedentaria y menos desafiante desde el punto de vista motor, con consecuencias para el aparato locomotor, que hoy en día está sufriendo de manera muy marcada (obesidad, problemas articulares, hipertensión, problemas cardiacos, menor capacidad motora).

Todas las capacidades físicas se vieron afectadas por estos cambios en la forma de vida. La forma de vida en sociedad ha sufrido transformaciones significativas desde la revolución industrial hasta nuestros días. Estas están afectando a los chicos de tal manera que llevan una vida cada vez más comfortable con menos esfuerzo físico. La falta de espacios, temor a la calle por problemas de inseguridad, ciudades no pensadas para los niños, son motivos por los que han dejado de desarrollar aspectos físicos cuyas fases sensibles de desarrollo se encuentran en la infancia.

El presente trabajo se basa en comparar y tratar de encontrar, en el caso que existiera, un patrón de relación entre los resultados obtenidos en niños y niñas de 11 y 12 años de una escuela primaria de Bariloche en distintas evaluaciones (tests de coordinación general, velocidad, potencia tren inferior) y los datos de una encuesta donde se pueden observar los hábitos de vida diarios de cada uno de los evaluados.

PALABRAS CLAVES: Medio ambiente-motricidad-niños

INDICE

DEDICATORIA.....	3
AGRADECIMIENTOS.....	3
RESUMEN.....	4

MARCO TEORICO

CAPITULO 1

INTRODUCCION.....	7
1. EL HOMBRE Y SU ENTORNO DESDE LA PREHISTORIA HASTA NUESTROS DIAS.....	8
2. EL HOMBRE Y SU NUEVA RELACION CON LA NATURALEZA.....	10
3.LA CIUDAD COMO MEDIO AMBIENTE.....	11
4. HISTORIA DE LA NIÑEZ. RELACION CON LA ACTIVIDAD FISICA.....	12

5 LA ESCUELA EN ARGENTINA.....	14
6. LA EDUCACION FISICA EN LA ESCUELA. ORIGENES.....	14

CAPITULO 2

1. DESARROLLO INTEGRAL DE LA PERSONA.....	17
2. DESARROLLO MOTOR INFANTIL.....	20
3. CAPACIDADES CONDICIONALES. TIPOS.....	23
4 CAPACIDADES COORDINATIVAS.....	24
5. CAPACIDADES COORDINATIVAS COMPLEJAS.....	24
6 APRENDIZAJE MOTOR.....	25
7. PRINCIPALES MECANISMOS DE LA ACCION MOTORA.....	27

CAPITULO 3

DESARROLLO DE LOS TESTS , FORMA DE TRABAJO Y ANALISIS DE DATOS	28
CONCLUSIONES.....	49
BIBLIOGRAFIA.....	50

MARCO TEORICO

CAPITULO 1

INTRODUCCION

El hombre y el medio ambiente siempre han estado en íntima relación, la influencia es mutua. Como medio ambiente nos referimos tanto al natural como al creado por él, motivo de la relaciones con sus pares.

Desde que comencé a trabajar como profesor de educación física, hace ya casi 20 años, siempre me llamó la atención la diferencia de nivel en las capacidades físicas y coordinativas que veía entre los chicos, tema al cual intentare darle u orientar una respuesta, en el presente trabajo.

El objetivo principal del mismo es encontrar un patrón de relación entre el desarrollo de las capacidades a evaluar (velocidad, potencia de salto, equilibrio y coordinación) y los hábitos y costumbres de vida de los evaluados.

Como hábitos de vida observare donde viven, que posibilidades de utilizar el espacio externo a sus casas tienen, (jardín, plazas, potreros, campos etc.) frecuencia en que lo utilizan, que tipo de actividades físicas realizan (natación, deportes, danza, baile etc.) y con que carga horaria y frecuencia.

Los datos obtenidos a través de distintos tests serán cruzados con lo anteriormente mencionado buscando algún tipo de patrón o relación entre forma de vida y resultados obtenidos.

La hipótesis del trabajo se basa en que a mayores posibilidades de desarrollar actividades físicas en ambientes naturales o actividades sistemáticas conducidas, a las que llamaremos extra programáticas mejor serán los resultados obtenidos en los tests realizados en cada uno de nuestros alumnos.

1. EL HOMBRE Y SU ENTORNO DESDE LA PREHISTORIA A NUESTROS DIAS

1. a. Prehistoria

En la prehistoria, el hombre se relacionaba con la naturaleza para satisfacer sus necesidades, esta era una relación utilitaria-funcional (Olivera, J. 1995). De dicha naturaleza se obtenía el sustento para la propia supervivencia. Las actividades físicas que se desarrollaban se limitaban a la obtención de víveres, específicamente a la caza y recolección de alimentos

1. b. La supervivencia como agente del desarrollo motor

El trabajo fue siempre una de las formas más motivadoras para el desarrollo motor y el contacto con la naturaleza.

La necesidad de abrigo, comida y seguridad provocaron en el hombre la ejecución de distintas tareas en la construcción de herramientas y otros elementos para que le sirvan de ayuda en la resolución de la variedad de problemas que se le presentaban día a día. Este proceso, que se fue repitiendo a través de miles y miles de años, también trajo aparejado un desarrollo de sus funciones motoras como consecuencia del uso de armas y herramientas.

Este hecho ayudó a que alcanzara una diferenciación y un refinamiento de los movimientos, en especial de las manos y de los dedos, hasta alcanzar una coordinación y habilidad asombrosas.

La mano fue siempre una de las partes del cuerpo que mas evoluciono y ayudo a evolucionar al hombre en la construcción de herramientas y armas. Pero el pie también fue de gran importancia.

Lanzar, correr, saltar, rodar, golpear, calcular distancias, parábolas, comparar velocidades eran acciones de todos los días en el hombre primitivo cuyo éxito en muchos casos dependía vivir o morir.

Todo era sometido a una gran presión, articulaciones, huesos, músculos, órganos internos, y todo estimulaba el desarrollo de distintas capacidades tanto físicas como coordinativas.

Ananjew (1963) hizo una referencia importante al mencionar que con el trabajo se llevó a cabo una especialización de las funciones de las extremidades, la que condujo a formaciones sensoriales nuevas muy importantes. Las extremidades superiores se especializaron en las acciones laborales de tipo manual, y las inferiores, en los movimientos de locomoción (postura, equilibrio estático y dinámico, etc.)

En el proceso de confrontación de forma activa con el medio ambiente, también surgieron en su estructura espacial-temporal-dinámica las formas básicas de movimiento, como el caminar, correr, saltar y trepar, lanzar, revolver, pegar, balancear, patinar, nadar, fraccionar, empujar y otras, las cuales eran combinadas en diferentes formas según el objetivo de la acción motora.

Podemos decir que las formas básicas de la motricidad se formaron, en la mayoría de los casos, dentro del mismo proceso laboral; surgieron de la acción.

Los seres humanos descubrieron permanentemente cualidades nuevas, aun no conocidas de los objetos naturales, con la ayuda de las manos y el sentido del tacto, al igual que hoy el niño descubre progresivamente su ambiente, ya en los primeros años de vida, en contacto activo con las cosas

1. c. Ejercicio y danza

Otro factor que influyó de manera más que significativa en el desarrollo motor de las personas fueron los juegos primitivos y la danza

La utilización consiente de los ejercicios físicos que no servían inmediatamente para la supervivencia y para la producción, se pudo desarrollar más tarde en nuestra evolución, pero esos ejercicios pudieron construirse sobre el cúmulo de experiencias motoras y formas de movimiento adquiridas en el trabajo, puesto que el trabajo y los ejercicios se basaron en las mismas formas básicas del movimiento humano.

“...con la pérdida de sus objetivos utilitarios las nuevas formas de movimiento posibilitaron llevar los límites de su utilidad más allá de las acciones concretas....” Wohl (1955, pag. 62)

El citado autor menciona como ejemplo la carrera, que antiguamente era un movimiento natural empleado como necesidad para cazar o huir del enemigo y del cual luego se originaron las carreras de corta y larga distancia, la carrera con vallas, el salto en largo, en alto y los saltos de baile y entrenamiento.

Los ejercicios físicos servían, en principio, como preparación para la guerra y actividades laborales. Más tarde, los caminos se fueron separando cada vez más y así hoy ya no es posible reconocer la proveniencia de muchos movimientos deportivos, como consecuencia de movimientos originalmente laborales.

El aprendizaje motor planificado apareció mucho tiempo más adelante.

Eichel opina que la educación física consiente ya se manifestó por primera vez en las tribus de agricultores y ganaderos, pero que “

.... Recién el gran aumento de las fuerzas productivas y el desarrollo de las reglas de cortesía hicieron necesaria la conexión inmediata de ejercicios físicos con el proceso laboral, posibilitando el desarrollo de los ejercicios físicos sobre cuyos resultados multifacéticos emplean los términos de educación física y deporte.....” (Eichel, 1983 p. 22)

1. d. El ser humano como agente principal de la agricultura y del trabajo manual

Desde el momento en que el trabajador actuó como agente principal de la actividad productiva, esta también influyó en el perfeccionamiento de su motricidad, con ello, devino el desarrollo multilateral de sus capacidades físicas e intelectuales y el desarrollo del hombre en su totalidad como fuerza productiva.

Los siguientes ejemplos son explicativos con respecto al trabajador como agente principal: al hachar la leña, recibimos determinadas señales kinestésicas-táctiles, acústicas y ópticas, de modo tal que después de cada golpe podemos decidir

exactamente con qué fuerza y con qué dirección tenemos que realizar el siguiente golpe. La regulación y el dominio del brazo, mano y dedos por parte de los músicos destacados al ejecutar una pieza musical, se manifiesta más fina pensable, como por ejemplo, en la presión de las teclas del piano o en el movimiento del arco del violinista. El cantante corrige los movimientos de sus órganos sonoros según su oído, o sea, en base a la comparación de los sonidos producidos por él mismo con los sonidos imaginarios propuestos idealmente.

1. e. La revolución industrial y su influencia en el trabajo artesanal.

La actividad artesanal fue complementada progresivamente, hasta ser reemplazada totalmente por la producción industrial, que había encontrado en la máquina de vapor una fuente prácticamente inagotable de energía (Siglos 19 y 20)

Con ello, el trabajador fue sometido a exigencias esencialmente diferentes en comparación a la actividad artesanal que venía desempeñando desde hacia siglos atrás. La actividad laboral de millones de personas, tanto de hombres como de mujeres y niños, se volvió cada vez más pobre y monótona en sus movimientos, sobre todo en los movimientos amplios ejecutados con todo el cuerpo, que se volvieron cada vez más innecesarios debido al rendimiento de las máquinas.

Ejemplos de ello son el sembrar, segar, cosechar, el trabajo con el pico, la pala, la sierra, y la gran variedad de formas de movimiento de la construcción que se tenían que realizar la intemperie, al aire libre y con todo tipo de clima.

1. f. Consecuencias.

El proceso de mecanización ha seguido hasta nuestros días. La producción mecánica modificó el efecto motrizmente formativo del trabajo artesanal. La formación de las cualidades y destrezas motoras, y su perfeccionamiento permanente, ya no irá unido orgánicamente en la misma medida a la actividad profesional. La comunicación inmediata con los objetos materiales del medio ambiente, la multiplicidad de la exigencia motriz y la educación de las cualidades coordinativas, así como también de la fuerza, la velocidad y la resistencia del trabajador fueron limitadas más y más.

La mecanización y el progreso tecnológico-científico produjeron en un lapso corto de la historia humana, un cambio esencial en el sistema hombre-naturaleza que había funcionado durante tantos milenios y se había formado progresivamente y adaptado al proceso de producción agrícola-artesanal.

Sería interesante poder preguntarnos, tal vez, por las consecuencias retardadas de la creciente disminución de movimientos y de la gran uniformidad motora con todos sus aspectos negativos, pero el movimiento, con un efecto estimulante biológico y psíquico intenso y variado es, a largo plazo, la condición indispensable para el mantenimiento de la salud y de la capacidad funcional del ser humano.

Por ello, no es casualidad que muchos hombres y mujeres hayan buscado y encontrado a través del deporte y la educación física, en forma más espontánea que consiente, una compensación y complemento para la actividad monótona y pobre en movimiento.

2. EL HOMBRE Y SU NUEVA RELACION CON LA NATURALEZA

2. a. Edad Antigua

En la edad antigua, desde el punto de vista socio-cultural, se presentan grandes cambios, nacen las ciudades (polis) y con ella el sedentarismo, lo que muestra una superación respecto a la propia supervivencia. En relación con la naturaleza, el hombre se apropia de ella y se convierte en un bien de status socio-económico. Las actividades físicas en la naturaleza se desarrollan en relación a dos condiciones. La primera, una relación utilitaria de la naturaleza, como lo era la explotación de la tierra por los esclavos, para la obtención de alimentos y otros recursos que de ella se obtenían. La segunda, es una relación recreativa, donde el hombre contempla e idealiza lo natural desde la filosofía (Olivera, j. 1995).

2. b. Edad Media

En la edad media, el hombre establece con la naturaleza relaciones que le permiten el desarrollo de la ganadería y la agricultura como relación utilitaria; desde una relación recreativa se va posibilitando la práctica de actividades físicas relacionadas con la recreación minoritaria, como las ferias y los torneos. Los supuestos culturales y sociales que posibilitaron estos cambios fueron: la visión geocéntrica del universo, el rechazo de lo corporal y lo natural (Olivera, J. 1995).

2. c. Edad Moderna

Durante la segunda mitad del siglo XIX y la primera de siglo XX, las actividades físicas en contacto con la naturaleza adquieren un carácter deportivo, posibilitando a futuro la popularización de las mismas. Al respecto, el Prof. Olivera (1995) comenta:

“Habrá que esperar a la segunda mitad del siglo XIX para que la actividad física realizada en contacto con la naturaleza adquiriera un matiz deportivo, que junto a la dimensión utilitaria va a desembocar hoy en la popularización de diversas modalidades, cada una de ellas fruto de los peculiares lazos que se establecen con el medio (aire, agua y tierra) y practicadas con intenciones bien diversas (performance, superación del medio, hazañas, proezas, educativas y recreativas”

3. LA CIUDAD COMO MEDIO AMBIENTE

Cambios profundos en la realidad urbana (extraído de la “Ciudad de los niños y acción educativa”) Fidel Revilla González

La ciudad en la que vivimos ha ido cambiando de forma rápida y desordenada. En menos de un siglo, muchas ciudades han modificado su estructura y su funcionamiento, en especial las más grandes.

Durante la segunda mitad del siglo XX y lo que llevamos del siglo XXI, la mayoría de las ciudades han seguido creciendo y acogiendo, a miles y de vehículos de motor. Nuestras vidas y nuestras relaciones parecen depender básicamente del coche.

La ciudad no ha crecido con la idea de que el espacio de juego para los más pequeños sea tan importante como el de las viviendas. Se han ido perdiendo y limitando los lugares en los que se puede y se debe jugar, sin percibir que el juego autónomo y entre iguales es fundamental para el desarrollo de los pequeños.

“...en ella se ha ido replegando la vida pública y ciudadana. La televisión, la vida acelerada, los peligros reales o ficticios han ido apartando de la calle a los más débiles: a los niños y niñas, a las personas mayores, a quienes tienen algún problema de movilidad o alguna minusvalía física. Con ello nuestras ciudades grandes y pequeñas han perdido una parte esencial de su vida y han arrinconado a muchos ciudadanos”

(Susó Del Toro, Construcción Educativa Da Cidade, Pág. 113-120)

3. a. Autonomía y libertad infantil en la ciudad

Según nos muestran diferentes investigaciones, tanto del ámbito anglosajón como del italiano, con el paso de los años la autonomía de los niños ha ido disminuyendo de forma dramática. Han disminuido quienes van a la escuela andando, quienes pueden jugar solos en la vía pública, o van a actividades extraescolares caminando.

Un estudio reciente realizado por el ayuntamiento de York (Reino Unido), entre 15000 niños (el 66% de la población escolar) ofrece datos reveladores. El 34 % de los niños de enseñanza primaria va en coche al colegio, pero solo el 15% aprecia este modo de transporte. En total el 40% querría ir en bicicleta al colegio, pero en la actualidad lo hace solo el 3%. (Revilla, F: La ciudad de los niños. Un proyecto para cambiar la ciudad mejorando a la autonomía infantil. Revista Ciclos, Diciembre, 2005, Pág. 51-58)

4. HISTORIA DE LA NIÑEZ. RELACION CON LA ACTIVIDAD FISICA

A continuación veremos cómo se desarrollaba la niñez en función de la actividad física y el movimiento en distintas épocas y lugares.

4. a. Esparta.

La educación espartana fue pensada únicamente para formar un soldado, se ejerció sin descanso en las virtudes militares. Estaban dispuestos a dar su vida por la patria. El niño estaba destinado a ser soldado, pertenecía más al estado que a la familia. Al nacer era examinado por los ancianos, quienes lo devolvían a la madre si era perfecto, en caso contrario lo arrojaban al abismo de Taigeto.

Todas las madres educaban a los niños de la misma manera, no los envolvían, los acostumbraban a comer de todo, a no tener miedo a nada. Al cumplir los 7 años, se entregaban al estado para su educación. El estudio se limitaba a cantar, a hablar con precisión, sobre todo dar fuerza y flexibilidad al cuerpo.

Gracias a una serie de ejercicios graduados, los niños aprendían a correr, lanzar el disco, la jabalina, los ejercitaban en el manejo de las armas, en la danza guerrera, llamada pírrica. Se los acostumbraba a soportar calor, hambre, sed, fatiga, dolor. Esta educación "de hierro" los preparaba para la disciplina militar. (Raúl Silvia, 2009, Cultura e Historia)

4. b. Grecia

Es más que importante observar que pasaba en la cuna de la civilización occidental en la época de Aristóteles.

*..... hasta los dos años (primer periodo) conviene ir endureciendo a los niños, acostumbrándolos a dificultades como el frío...(..)
En el periodo siguiente, hasta la edad de 5 años tiempo que no es bueno orientarlos a un estudio ni a trabajos coactivos a fin de que esto no impida su crecimiento, se les debe, no obstante, permitir bastante movimiento para evitar la inactividad corporal; y*

este ejercicio puede obtenerse por varios sistemas, especialmente por el juego.....(Aristóteles, Política, Libro VII, capítulo 15)

La mayoría de los juegos de la infancia deberían ser imitaciones de las ocupaciones serias de la edad futura

4. c Cristianismo y Edad Media

La pobreza secular de grandes sectores de la población europea, conlleva la práctica de incorporar al niño desde los 5 años (hasta el siglo XIV, muchas niñas de familias pobres son entregadas como sirvientas a los 6 años). El niño es, en cierta forma, esclavo del adulto (Demause, L. 1974. Historia de la infancia)

4. d. Revolución Industrial y niñez.

La primera revolución industria contribuyó también a la degradación de la infancia, ya que multiplicó las posibilidades de utilización de la mano de obra femenina e infantil (Pierre, G. Historia)

Otro ejemplo interesante nos muestra la legislación de las minas y fábricas en Inglaterra, que a partir de 1833 prohibían el trabajo de menores de 8 años en las fábricas de algodón y a los menores de 10 años, en las minas de carbón.

Aunque para el futuro fue muy importante, la legislación sobre el empleo de niños se aplicó en forma selectiva y solo intentaba protegerles de abusos concretos, no reducir seriamente su extensión. (Jhon, R.)

Como podemos observar, los niños en los distintos momentos históricos siempre estuvieron ligados, de una manera u otra, a la actividad física; en muchos casos poniendo en juego su salud y su vida.

5. LA ESCUELA

Desde mi punto de vista, la escuela actual es una institución significativamente importante. Gran parte del día los chicos están en ella y toda la organización familiar está en estrecha relación con la misma.

En consecuencia por lo arriba expuesto, considero pertinente hacer una breve reseña respecto a la escuela y la aparición en ella de la educación física como asignatura.

5. a.De 1850-1880

La constitución nacional de 1853 establecía el derecho a educar y enseñar, como una responsabilidad atribuida a los gobiernos provinciales. Igual faltaban muchos años para que esto se cumpliera.

5. b.1880-1910

Se sanciona la Ley n° 1420 de Educación común, estableciendo su carácter obligatorio, estatal, laico y graduado

5. c.1910-1930

En las primeras décadas del siglo XX, la población escolar se duplicó, alcanzando al 70% de los niños entre 6 y 13 años

5. d.1930-1955

El peronismo resinifica socialmente la infancia. En el país la ampliación del consumo y la vigencia de los derechos sociales repercutieron en la extensión de la matrícula educativa.

5. e.1955 hasta la actualidad.

Aparecen las escuelas técnicas y se dio un proceso de sistematización de la escuela media. El regreso a la democracia en 1983 permitió cambios y transformaciones que aún continúan su implementación.

6. LA EDUCACION FISICA EN LA ESCUELA. ORIGENES.

Modelo fundacional de la educación física. (Daniel Pallarola)

En el desarrollo histórico de la Educación Física podemos hablar de distintos modelos hegemónicos, que configuran de manera particular la formación de los profesores. Este primer modelo, denominado por la Lic. Ángela Aisenstein como Fundacional, tuvo las siguientes características: Aisenstein (1998: XIII) sintetiza el pensamiento de Romero Brest, de varios artículos de 1905, donde describe una Educación Física metódica, continua y racional, orientada hacia cuatro efectos: 1-Higiénico 2-Estético 3-Económico y 4-Moral. También explica que la condición pedagógica de la clase debe estar garantizada por la disciplina del trabajo, entendida como disciplina razonada, y no como obediencia tipo militar. En la creencia absoluta de la necesidad del cambio educativo, para producir cierto cambio social-mejora del pueblo y de la raza-, Romero Brest pone a la educación Física entre las disciplinas pedagógicas de la modernidad.

Desde lo social, se considera al hombre abnegado, altruista, con altos valores sociales y morales, y de gran utilidad para la sociedad. A la mujer se la considera digna y sacrificada, y es formada para ser esposa, madre y ama de casa. Aunque podía desempeñar ciertas profesiones: docente, enfermera y modista, por ejemplo. Lo corporal es tan importante como lo intelectual y lo moral. Se ocupa del desarrollo físico, sin olvidar el aspecto psicológico del niño, a través de la pedagogía tradicional (docente como centro del proceso), contribuyendo a la formación de un hombre digno de sí. La atención de funciones fisiológicas, como la respiración y la circulación, favorecerían el estado de salud. Este modelo no tiene en cuenta el deporte utilitario, profesional, como cuestión escolar, pero sí contempla al juego importante para el desarrollo psicológico del niño. El deporte está visto solo como un medio utilitarista.

(Extraído de efdeportes.com / set 2002)

6. a. La educación física después de Romero Brest. La reforma Fresco-Noble. 1938.

Las principales modificaciones que introduce la reforma Fresco-Noble en relación al sistema vigente son:

-Introducción de la religión católica como materia obligatoria

- Reconocimiento de un papel más destacado a la educación física
- Exaltación del hacer.

Modificaciones, que, siguiendo a Bejar, están estructuradas en torno a los siguientes principios:

- Pedagogía basada filosóficamente en la religión católica
- Cuestionamiento del racionalismo y el intelectualismo.
- Superioridad de la escuela vinculada al trabajo y la actualidad manual.
- Valoración del desarrollo físico como expresión de la vitalidad de una sociedad y una raza.
- Exaltación del amor a la patria y sus tradiciones como factor de cohesión de los diferentes sectores sociales. (Torres S. M., 2004)

Es interesante hacer una aclaración, cuando se habla de educación física o actividad física, no es la misma actividad para mujeres que para varones.

En general la actividad de los hombres giraba sobre ejercicios vigorosos, fuertes, buscando resaltar la masculinidad.

En cambio los ejercicios para mujeres eran más suaves, tranquilos y estilizados, obviamente los objetivos estaban muy diferenciados unos de otros.

Esta diferenciación se mantuvo hasta bien entrado el siglo XX.

Con respecto a los deportes, los de contacto o considerados bruscos eran para hombres y los más tranquilos y suaves, para mujeres.

.

6. b. La Educación y Actividad Física Hoy

Para ir cerrando este capítulo, creo interesante citar algunos fragmentos del trabajo realizado por la Red Nacional de Actividad Física y desarrollo Humano (boletín electrónico de la Redaf - año 1, N° 01, 2 de mayo de 2011)

6. c. Cambio de contexto y su resignificación

Es indudable que en la actualidad vivimos un periodo de turbulencias y cambios drásticos a nivel planetario. Interactuamos en un mundo complejo, diverso y multicultural, caracterizado por la dinámica del cambio y por momentos altamente contradictorios y desestabilizantes, que generan incertidumbre acerca del devenir, de cómo ser y comportarnos.

Podemos observar cómo los últimos años ha ido cambiando:

- La familia como institución
- Las formas de producción y trabajo
- Las instituciones educativas
- Los perfiles profesionales
- Los lugares de producción y socialización del conocimiento
- Las formas de comunicación, de interactuar, de aprender, de operar en general.

En síntesis, cambia el estilo de vida, los valores y la sociedad en su conjunto.

Así como se transforma la sociedad, tanto a nivel global como local en una relación dialéctica, también cambian las necesidades, intereses, expectativas, percepciones y representaciones sociales acerca de la actividad física. De qué rol cumple en el desarrollo individual y social

Por esto es lógico comprender, por qué la actividad física transita este momento de resisgnificación, revalorización y reposicionamiento, en el cual cualquier forma de práctica corporal es considerada como un potente contenido cultural, un eficaz medio-herramienta y una valiosa estrategia de intervención para el desarrollo humano.

6. d. Hacia la resisgnificación de la actividad física

La actividad física es una expresión que se resinifica a lo largo de la evolución y adaptación del hombre a su medio y está especialmente relacionada al concepto de trabajo.

Muchos documentos e investigaciones explican el cambio de sentido y valorización que ha tenido la actividad física desde los comienzos de la humanidad, donde el vigor físico dependía en gran medida de su supervivencia al medio, la sobrevivencia en el combate y la producción de energía humana para el trabajo.

A partir de la revolución industrial comienza a reemplazarse la energía humana por la energía mecánica, y el creciente desarrollo tecnológico y la robotización industrial fueron restando progresivamente la participación del hombre en el trabajo, en la vida cotidiana y hasta en la recreación se modificó sustancialmente el contexto, el ambiente y estilo de vida de la humanidad.

Hoy vivimos en un mundo cada vez más automatizado, con una clara tendencia sedentaria, cada vez más alejados de la naturaleza y así como desaparecen rápidamente los espacios verdes de las ciudades, a la misma velocidad aumenta el ruido y la contaminación, tanto del agua como de la tierra y el aire. Y si profundizamos, observamos cómo el planeta, el gran ambiente de la humanidad, nos avisa de potenciales amenazas.

Por tales motivos es fácil comprender como en la actual sociedad de la información, la salud integral y el equilibrio de la relación hombre-contexto-ambiente está seriamente amenazado y comprometiendo el pleno, integral y saludable desarrollo humano.

Por eso, pensamos, debatimos y procuramos sustentar los beneficios, la identidad y el alcance de la actividad física en relación al mundo de la educación, la salud y el trabajo. La actividad física tiene diferentes formas de presentación cultural. Estas formas surgen en las prácticas corporales del trabajo y la vida cotidiana, en el trabajo profesional, en la recreación, en el juego, en el deporte, en la danza, la gimnasia; en las prácticas corporales en la naturaleza y otras formas no formalmente categorizadas del tiempo libre, en donde el cuerpo tiene un relevante protagonismo.

Para cerrar, no es un cuerpo que se mueve, que se educa, que transmite entre la salud y la enfermedad o que trabaja, es una persona. Una configuración total o forma de expresión de la conducta que puede alcanzar el máximo nivel de integración humana.

CAPITULO 2

1. DESARROLLO INTEGRAL DE LA PERSONA

Para conseguir el desarrollo integral de la persona, es necesario potenciar al máximo los componentes básicos del desarrollo. Este desarrollo, entendido como los cambios que el ser humano sufre a lo largo de su existencia, parte de la combinación de los siguientes componentes:

- desarrollo físico: definido fundamentalmente por el fenómeno del crecimiento, aspecto parcial del desarrollo que se presenta como cambio cuantitativo.
- desarrollo cognitivo: los cambios que atañen más particularmente a elementos racionales, al desarrollo intelectual, descubriendo su identidad, etc.
- Desarrollo afectivo: basado en la revolución de los estados emocionales, sentimientos y en la capacidad de controlarlos.
- Desarrollo social: proceso por el cual el individuo va adquiriendo conocimientos y capacidades que le preparan para ser un miembro de la sociedad, activo y maduro.
- Desarrollo motor: referido a los cambios en la competencia motriz, base de las capacidades esenciales para el movimiento humano y posterior adquisición motora.

Para orientar nuestro trabajo nos abocaremos sobre dos líneas de trabajo:

1-Desarrollo físico

2-Desarrollo motor

1. a. Desarrollo físico.

En el desarrollo de la persona se presentan una serie de momentos definidos, que van apareciendo de forma sucesiva en el tiempo, dejando unos, pasos a otros. Este desarrollo se produce de una manera lineal, pero ya que según el momento evolutivo existen unas características que pueden ser comunes a las personas de una misma edad y generalizada a todas ellas, es por lo que se habla de etapas, fases o grados evolutivos. De las numerosas clasificaciones que han intentado delimitar dichas etapas, se denomina nacimiento y periodo posnatal.

Las variaciones en el desarrollo de los chicos son tan variadas que es muy complejo intentar realizar comparaciones entre los individuos

Es un proceso largo y para nada simple llegar desde la infancia hasta la adultez.

1. b. La niñez

Más allá de lo expuesto, se expone una descripción de características de los chicos entre 2 y 12 años, a modo de ejemplo y guía.

- infancia (2 a 5 años)
- niñez (hasta los 10-11 años)
- PRE y adolescencia (18-25 años)
- madurez (25-60 años)
- vejez (60 años en adelante)

1. c. La infancia

Algunos autores no diferencian la infancia de los niños. De esta manera podemos decir que la infancia es un periodo que transcurre, en términos generales, desde los 3 años hasta la pubertad. Si bien la velocidad de crecimiento es constante, es un periodo que se caracteriza por grandes cambios intelectuales y funcionales. Debe controlarse la nutrición, ya que un déficit en esta etapa provocaría alteraciones en el desarrollo. (Voyer,Ruvinsky,Cambiano, Libro Pediatría, 1998)

De 2 a 3 años

En esta etapa, el niño tiene un gran dominio de la actividad motora y fortalece las actividades de equilibrio. Puede correr con facilidad, sube escaleras sin apoyo, lanza la pelota y cumple órdenes simples ("Llevá esto a mamá"). Juega con otros niños, pero su juego es individual (juego paralelo). Su lenguaje se enriquece con el armado de frases y comienza a utilizar verbos.

Se fortalece el control de esfínteres, ya que avisa antes de mojarse y en cuanto al tema de la individualización, es capaz de separarse de la madre con más facilidad. Intenta comer solo, aun con dificultad. Le gusta compartir el tiempo con otros niños de su edad, aunque le resulta difícil participar de un juego grupal organizado.

De 3 a 4 años

Fortalece las adquisiciones del periodo anterior, y se enriquece, ya que en esta etapa puede dar un salto amplio, pedalear con el triciclo (coordinación de movimientos),

recortar con tijera y copiar un círculo y una cruz. Presenta esbozo de monigote (dibuja un círculo con una línea prolongada). El juego deja de ser paralelo y comparte con otros niños. Se viste solo, sin ayuda, y controla esfínteres. Quiere colaborar con las tareas de la casa, cumple órdenes complejas y su lenguaje es fluido.

De 4 a 5 años

Este es un niño prácticamente independiente y con un gran dominio de su psicomotricidad. Es capaz de manejar los cubiertos y el vaso con facilidad, se viste y se desviste solo y puede abotonar con ojales grandes. Salta con uno y otro pie, reconoce formas y por lo menos tres colores.

De 5 a 6 años.

A esta edad se prepara para su mejor medio de comunicación: la lectoescritura, que atrae mucho su atención. En la deambulacion, es capaz de retroceder y de realizar todo tipo de actividades motoras. Se viste, se desviste. Abotona y puede atar cordones... En le juego, comienza a interesarle la competencia con otros niños y participa en la actividad hogareña y escolar (Voyer, Rubinsky, Cambiano, Libro Pediatría, 1998)

De 7 a 11 y 12 años

Gracias a las toma de los diferentes elementos corporales y al control de su movilización con vistas a la acción, se desarrollan e instalan:

- las posibilidades de relajamiento global y segmentario
- la independencia de los brazos y piernas en relación al tronco
- la independencia de la izquierda con respecto de la derecha.
- la independencia funcional de los diversos segmentos y elementos corporales.
- la transposición del conocimiento de los demás...., teniendo como consecuencia el Desarrollo de las diversas capacidades de aprendizaje, así como de relación con el mundo exterior.

El niño dispone ahora de los medios para conquistar su autonomía. La relación con el adulto, que sigue siempre presente, ira haciéndose cada vez más distanciada hasta llegar a la cooperación y a compartir responsabilidades. (Ortega, E., Blázquez, D. 1985)

Diversos autores marcan que, hasta los doce años, se produce un incremento de la capacidad aeróbica, que tiene que ver con diferentes cambios mecánicos, capacidad pulmonar, capacidad intramuscular e intermuscular y aspectos fisiológicos relacionados con las enzimas de los procesos metabólicos. (Koinzer, 1981, Pág. 201)

1. d. Crecimiento

Ruiz (1987, p.65) entiende que el crecimiento físico se refiere a "...los cambios corporales, aumento de talla y peso, y a variaciones mensurables en los aspectos físicos y biológicos, que acontecen en el organismo". Según este autor. Los fenómenos que caracterizan a este crecimiento son:

- Aumentos del tamaño corporal

- Cambios en las proporciones corporales
- Cambios en la composición corporal
- Cambios en la complejidad funcional
- Consecuencia en la plenitud física

Como demuestra Tanner (1978), el crecimiento es un fenómeno universal, aunque se sabe que influyen en él, la herencia, la nutrición, las enfermedades, los desórdenes psicológicos, y el status económico; y en menor proporción, los factores climáticos y la raza.

1. e. Maduración.

Es el proceso por el que se producen adquisiciones progresivas de nuevas funciones y características físicas. No se completa a una edad determinada, como el crecimiento, en todos los individuos por igual, sino cuando estos llegan a adquirir todas las funciones y características de la adultez. Cada niño madura a una velocidad propia y tiene su tiempo madurativo.

- Maduración dentaria (a veces muy variable)
- Maduración sexual
- Maduración psicomotriz
- Maduración ósea

2. DESARROLLO MOTOR INFANTIL

La capacidad motriz en la infancia aumenta fundamentalmente debido al rápido crecimiento de la musculatura y a la mejora en la utilización del sistema nervioso (Marcos, 1989). Winter (cit. por Marcos, 1989) establece cinco fases del desarrollo motor en niños:

– Fase de perfeccionamiento rápido de patrones motores y adquisición de las primeras combinaciones de movimientos (3-7 años). Hacia los 4-7 años se mejoran los movimientos básicos aprendidos anteriormente como andar, correr, y combinaciones de los mismos.

– Fase de adelantos rápidos (7-10 años). La coordinación de movimientos experimenta un crecimiento importante, mejorándose en gran medida el equilibrio.

– Fase de gran capacidad para el aprendizaje motor (9-12 años en niñas, y de 9-14 años en niños). Se obtienen excelentes resultados debido a la capacidad de reacción, el valor y las ganas de aprender que presentan.

– Fase de cambio de estructuras de las capacidades y habilidades motoras. Niñas: 11-14 años y niños: 12-15 años.

Coincide con el segundo cambio en la morfología del niño: crecimiento en altura y extremidades, aumentando el peso, y dando lugar a la aparición de la pubertad.

– Fase de estabilización, individualización y diferenciación específica entre sexos: chicos, 13-17 años y chicas 14-19 años.

Se detiene y estabiliza el desarrollo de las habilidades motoras, aumenta la fuerza y la capacidad de movimientos en general, presentando un nivel de adaptación y rendimiento muy elevado.

En jóvenes inactivos se aprecia un aumento de la torpeza motora, menor velocidad, elasticidad, fuerza y resistencia.

Entre chicos y chicas se observa cierta diferencia a favor de los chicos en relación con las capacidades físicas mencionadas, sin embargo, no se aprecian grandes diferencias en cuanto a coordinación y habilidad motora en general.

2. a. Condición Física

Seguidamente se recogen algunas de las definiciones más significativas de autores de diversos países, citadas por TORRES, J. (1996: 78-79):

- AAPHER (Asociación Americana de la Educación Física y la Salud) (1958): *"la Condición Física es el conjunto de componentes que debe poseer un individuo en orden a una función eficiente que satisfaga sus propias necesidades perfectamente y como contribución a la sociedad"*.
- CLARKE (1967): *"la capacidad de realizar un trabajo diario con vigor y efectividad, retardando la llegada de la fatiga, realizándolo con el menor gasto energético y evitando lesiones"*.
- LEGÍDO, J. C. (1971): *"el conjunto de cualidades o condiciones anatómicas, fisiológicas y orgánicas que debe reunir una persona para realizar esfuerzos físicos, trabajo, ejercicios musculares, deportes, etc."*.
- GROSSER, M. (1988): *"la Condición Física en el deporte es la suma ponderada de todas las cualidades motrices (corporales) importantes para el rendimiento y su realización a través de los atributos de la personalidad (por ejemplo la voluntad, la motivación)"*.
- TORRES, J. (1992): *"la Condición Física es el conjunto de condiciones anatómicas, fisiológicas y motoras, que son necesarias para la práctica de esfuerzos musculares y deportivos"*.
- BLAZQUEZ, D. (1993) cit. por ROSA y DEL RÍO (1999: 20): *"una serie de atributos de la capacidad funcional, ligados a la capacidad de practicar una actividad física. Estos atributos son los determinantes específicos de la condición física: la composición corporal, la potencia aeróbica, la fuerza muscular, la flexibilidad y la resistencia muscular"*.
- ".

2. b. Componentes de la condición física.

Un primer modelo de la condición física, en consonancia con la opción elegida, es la propuesta por Regido, J. C. (1996), según el cual la condición física de una persona se sustenta sobre factores anatómicos y fisiológicos, que son la base de unos niveles superiores: condición motora, nerviosa y de habilidad y destreza.

La propuesta de Torres, basada en las referencias anteriores es la siguiente, y creo por demás acertada.

	COMPONENTES	FACTORES- CUALIDADES-CAPACIDADES	
CONDICIÓN FÍSICA	1. CONDICIÓN ANATÓMICA	Estatura Peso Proporciones corporales Composición corporal Valoración cinesantropométrica	
	2. CONDICIÓN FISIOLÓGICA	Salud orgánica básica Buen funcionamiento cardiovascular Buen funcionamiento respiratorio Composición miotipológica Sistemas de producción de energía	
	3. CONDICIÓN FÍSICO-MOTORA	3.A. Condiciones Motrices Condicionantes	- Fuerza - Velocidad - Flexibilidad - Resistencia
		3.B. Condiciones Motrices Coordinativas	- Coordinación - Equilibrio -Estructuración espacio-temporal
3.C. Condiciones Resultantes		- Habilidad y destreza - Agilidad	

Tabla 1. Componentes y factores de la Condición Física (Tomado de TORRES, J. 1996: 12).

2. c. factores de la condición física motora

Capacidades de la Condición física: capacidades determinadas en primer lugar por los procesos energéticos.

2. d. capacidades condicionales.

Son las que tienen como sustento la eficacia metabólica de músculos y aparatos, razón por la cual también reciben la denominación de capacidades orgánico-funcionales

- Fuerza. - Resistencia. - Velocidad.

2. e. Capacidades coordinativas:

Son las que permiten organizar, controlar y conducir el gesto laboral, estético expresivo o deportivo, mediante el desarrollo de la capacidad rítmica, el equilibrio, la percepción espacio-temporal, el esquema corporal, la imagen corporal, la relajación y la coordinación gestual.

Su grado de perfección y eficiencia está determinado por la captación de información y la elaboración de respuestas motoras adecuadas en tiempo y forma a esa información.

Estas capacidades coordinativas tienen un desarrollo marcado en la etapa pre. Puberal (6 a 11/12 años)

2. f. Capacidades motoras intermedias.

Son las que poseen características intermedias entre condicionales y las coordinativas. Con condicionantes diferentes a los señalados para los otros tipos de capacidades, y específicos de cada una de ellas. Esas capacidades son la flexibilidad, el equilibrio, la coordinación motriz básica, todas sin grandes demandas energéticas y con bajo nivel de exigencia neuro-coordinativa.

3. capacidades condicionales. Tipos

3. a. La fuerza: capacidad de vencer la resistencia externa o reaccionar contra la misma mediante los esfuerzos musculares.

Tipos:

Fuerza máxima

Resistencia a la fuerza.

Fuerza explosiva

Fuerza reactivo elástica o pliométrica.

3. b. La Velocidad: cualidad física del músculo y las coordinaciones neuro-musculares que permite la ejecución rápida de gesto; en su encadenamiento conforman una sola y misma acción motriz.

Tipos:

Velocidad de reacción

Velocidad de desplazamiento

Velocidad segmentaria

3. c . La Flexibilidad: cualidad músculo-articular que determina la amplitud de movimiento de los diferentes segmentos corporales. Depende de factores morfológicos y estructurales (superficie articulares, elasticidad de músculos, tendones y cartílagos)

3. d. El Equilibrio: es la capacidad neuromuscular que permite mantener o recuperar una posición corporal desafiando la ley de la gravedad

Tipos:

Dinámica

Estática

4 .Capacidades coordinativas

4. a. capacidad reguladora del movimiento: se manifiesta cuando el individuo comprende y aplica en su ejercitación, en qué momento del gesto debe hacerlo con mayor amplitud y/o menor velocidad. Sin ella no puede desarrollar o realizar movimientos con calidad requerida.

4. b. Capacidad de adaptación a cambios: aparece cuando el alumno es capaz de adaptar los movimientos a situaciones nuevas e imprevistas, debiendo cambiar y volver a adecuar el gesto.

4. c...Capacidad de orientación: es la capacidad que se tiene de estar orientado en tiempo y espacio durante la ejecución de las técnicas motrices o las acciones tácticas.

4. d. Ritmo: es la capacidad neurosensorial de percibir de forma más o menos consiente el ritmo propio de las acciones motrices que se realizan o debe realizar.

4. e. Anticipación: capacidad de anticipar la finalidad de los movimientos, que se manifiesta antes de su ejecución.

Tipos:

Propia

Ajena

4. diferenciación: facultad que permite analizar y diferenciar partes y características de cada gesto motor, su desarrollo general y sus relaciones espacio temporales.

4. coordinación: habilidad para combinar en una estructura motriz única, varias acciones gestuales.

5 .Capacidades coordinativas complejas

5. a. agilidad: aptitud para resolver velozmente las tareas motrices planteadas.

5. b. Lateralidad: la definición de la lateralidad dominante es la base sobre la que se asientan todas las coordinaciones motoras, desde los gestos más simples a los más complejos.

5. c. Esquema corporal: la internalización subconsciente del tamaño, peso y forma de los segmentos que componen el propio cuerpo, su ubicación en el espacio y la relación que guardan entre ellos.

(Datos extraídos de la Cátedra de Estrategias Metodológicas de la Universidad Fasta

Lic. F. Rodríguez Facal)

6. APRENDIZAJE MOTOR

“Aprender es un proceso básico en la vida del ser humano y en el desarrollo de la personalidad. Con ello se entiende la adquisición y el perfeccionamiento de formas de conductas apropiadas mediante la confrontación activa del individuo con el medio ambiente. Esto se diferencia respecto al aprendizaje de los animales por el hecho de que el hombre se desenvuelve en un ambiente caracterizado por el desarrollo social y transmitido por el ser humano en el que están presentes las fuerzas de la esencia humana. En este sentido, el aprendizaje es un aspecto de la actividad vital general del ser humano.” (Meinel, K., Schnabel, G. Teoría del Movimiento p. 184)

...“El término aprendizaje es la denominación para cualquier modificación de la conducta en relación al medio ambiente como consecuencia de un procesamiento individual (intrínseco) de informaciones.” (Klix, 1971, p. 347).

El aprendizaje implica adquisición y modificación de conocimientos, estrategias, habilidades, creencias y actitudes (Schunk, 1991)

6. a. Características.

Es un proceso: La persona que aprende sufre unos cambios en su conducta motriz y progresa en el dominio y aplicación de sus diferentes programas motores. Como tal proceso, no es directamente observable.

Permanencia: este cambio debe ser relativamente permanente, es decir, debe pasar a engrosar la memoria a largo plazo, pudiéndose evocar o manifestar aun pasado un cierto tiempo. Por ejemplo, no se olvida montar en bicicleta.

Resultado de la práctica: debe ser el resultado de una enseñanza-aprendizaje mediante la práctica y la experiencia, y no debida exclusivamente a una maduración del individuo o a la simple casualidad.

Positivo o negativo: el aprendizaje motor no es siempre adecuado. Puede ser negativo, ya que, del mismo modo que se puede favorecer el aprendizaje siguiendo una serie de principios, a veces determinados planteamientos educativos pueden llevar a la incompetencia motriz.

6. b. Modelos teóricos de aprendizaje motor.

Este modelo se basa en las características que deben cumplir un organismo o sistema para ser capaz de autorregular sus propias acciones.

Para Bernstein (1967), los elementos esenciales que configuran estos sistemas son los siguientes.

- a. Un elemento efector o motor. Es el que realiza la actividad y se correspondería básicamente, con el mecanismo de ejecución.
- b. Un sistema de control. Es de carácter inminentemente regulador, es decir, permite que el sistema pueda irse acercando cada vez más al objetivo propuesto.
- c. Un elemento receptor o sensorial. Se encarga de recoger en cada momento el estado de la acción y su desarrollo.
- d. Un elemento comparador. Una vez realizada la acción, el organismo necesita contrastar que es lo que ha realizado y su grado de éxito. Algunos años después Schmidt(1976,1982) lo denominará “esquema de reconocimiento”
- e. Un centro codificador. Envía impulsos correctores que se transmiten al centro regulador.
- f. Un elemento regulador. Controla la acción de los efectores en función del objetivo propuesto.

6. c... La teoría del circuito cerrado de Adams.

También conocida como “Teoría del bucle cerrado” (Adams, 1971), pone el acento en dos variables que considera esenciales: la práctica intencional y el conocimiento de los resultados obtenidos.

6. d. El programa motor de keele

La noción más importante sobre la que articula el modelo de Keele es la de “*programa motor*” (Keele, S. 1968). Para él, cuando una persona se enfrenta a una actividad, cuenta con un “programa motor inicial” que pone en práctica en su totalidad y que, una vez que se ha realizado la acción, se modifica adaptándolo a las nuevas necesidades que hayan podido surgir.

6. e. La teoría ecológica.

Desde los postulados teóricos de estas teorías, que se engloban en el denominado “enfoque ecológico” (Famose, 1987), se intenta dar un nuevo giro a la concepción del aprendizaje motor, sin considerar que los procesos cognitivos superiores desempeñan un papel importante para el aprendizaje y el control de las habilidades motrices.

En este sentido, comprender no implica únicamente realizar un gesto, sino que se debe percibir su valor funcional o su utilidad dentro de un contexto en un momento exacto del desarrollo de una acción: a este valor funcional se le denomina "affordance".

En esta línea de pensamiento, para Burton (1987) el aprendizaje motor puede presentar tres problemas fundamentales muy relacionados con el concepto de affordance:

- a. Una mala percepción de las utilidades o realización incorrecta de un gesto, aunque esté bien aprendido, afecta al resultado final.
 - b. Existen dificultades para relacionar, en un mismo contexto, la actuación propia con la de los compañeros
 - c. Dificultades en la restricción de los affordance, es decir, exceso en las utilidades y en el uso de gestos técnicos.
- (Datos extraídos de los apuntes de la Cátedra Pedagogía Deportiva.Univ. Fasta)

Aunque parezca algo obvio, creo que es necesario resaltar lo importante que es para el aprendizaje motor, el movimiento como medio para aprender, que la propuesta sea un desafío para estimular la realización, y la posibilidad de comparar lo realizado en función de los objetivos.

7. PRINCIPALES MECANISMOS DE LA ACCION MOTORA

A partir del creciente auge de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, se ha producido un cambio paulatino en la consideración da la actividad motriz. Los principales mecanismos que se mencionan en la perspectiva motriz son los siguientes:

7. a. Mecanismo perceptivo.

Comprende la detección de estímulos, la comparación de las informaciones recibidas con las que permanecen almacenadas en la en la memoria, la selección de información y la interpretación y anticipación de acciones.

Cuando una persona se enfrenta a tarea motriz, el mecanismo perceptivo es el que permite la relación sujeto- entorno, lo que constituye una especie de primera puerta necesaria para entrar en la casa del aprendizaje motor.

7. b. Mecanismo de toma de decisiones.

Del mecanismo perceptivo llega la información filtrada, organizada y estructurada, para que sea un mecanismo de toma de decisiones el que se encargue de comparar la situación que se presenta en el momento concreto, con la que se desea alcanzar, de manera que se selecciona el plan de acción.

Una vez seleccionado este plan, la información se traslada al mecanismo generador del movimiento y a la memoria a largo plazo, quedando progresivamente consolidado todo el proceso.

Merece la pena destacar cómo el proceso de toma de decisiones se concibe como un manejo de información que implica su transformación, retomando algunos de los principales conceptos constructivistas que se aplican en el aprendizaje motor.

7.c. Mecanismo de ejecución

Este mecanismo permite flexibilizar la respuesta en cuanto a la trayectoria, velocidad y fuerza de la habilidad realizada.

7. d. Mecanismo de control y regulación.

Cada una de las informaciones que se producen como feedback procedentes de los movimientos, permiten que el organismo pueda controlar sus propias acciones, reequilibrando y ajustando al programa motor para los ensayos próximos.

(Extraído de los apuntes de la Cátedra de Pedagogía Deportiva. Univ. Fasta)

CAPITULO 3

DESARROLLO Y FORMA DE TRABAJO.

Principios del trabajo: el mismo se basa en realizar en los chicos de 11 y 12 años, 6° grado de la escuela primaria, distintos test motores (capacidades físicas y coordinativas) y dichos resultados compararlos con la encuesta personal, donde podremos informarnos sobre sus hábitos de vida, relacionados con actividades sistemáticas extraescolares y/o recreativas.

El propósito será indagar respecto a la existencia de un patrón de coincidencias entre el nivel obtenido en los tests tomados y los hábitos observados en la encuesta.

Los test se realizaron con la conformidad de las autoridades y padres del colegio Don Bosco de San Carlos de Bariloche.

La escuela seleccionada posee gimnasio cubierto y propio lo que garantiza el dictado de clases durante todo el año.

Otro dato a tener en cuenta es que la misma se ubica en pleno centro de la ciudad y convoca a chicos de distintos lugares de la misma.

LOS TESTS

Fue un problema no menor poder determinar qué test elegir, después de realizar muchas consultas e investigaciones resolví emplear un test donde los factores de ejecución técnica no provocaran gran variabilidad en los resultados.

Esta es una batería de pruebas muy sencillas, en cuya aplicación se requiere poco material sofisticado, pero que no dejan de ser objetivas, acompañadas de los resultados por sexo y edad.

Para evaluar las capacidades físicas condicionales utilicé los tests que ejecutó la Dirección General de Deportes Digeder VII Región (Chile) para medir la aptitud física en la población escolar de la Región del Maule (1998).

1-La prueba de salto en largo a pies juntos, para medir potencia de la musculatura extensora en extremidades inferiores

2- Prueba de 30 metros para medir velocidad de carrera.

3- Test de equilibrio dinámico

4- Test de coordinación general

NORMAS PARA LA APLICACION DE LA BATERIA DE TEST

El evaluador.

El evaluador es más que un simple medidor de las variables inmersas en el proceso, debe medir adecuadamente y tener clara conciencia de la importancia del trabajo que realiza.

El ambiente de trabajo

Los lugares para la aplicación de las pruebas para la medición de la aptitud física deben estar acorde a las necesidades de cada test.

De los participantes

Los niños y niñas deben tener información clara y precisa de las características de las pruebas y la forma en que las mismas serán aplicadas, y ser consientes de que deben prestar la mayor cooperación posible.

- máxima concentración
- máximo esfuerzo
- ropa adecuada (joguín, pantalón corto, zapatillas, remera cómoda)
- buena entrada en calor.

Descripción de la prueba de salto en largo a pies juntos

Objetivo: medir potencia de la musculatura extensora de las extremidades inferiores, expresadas en centímetros.

Materiales: una cinta métrica de 3 metros de longitud mínima, graduada en centímetros. Una caja de aproximadamente 30 x 30 x 5 cm (largo, ancho, y alto respectivamente)

Administración: el ejecutante pisa dentro de la caja con tiza, luego se para detrás de la línea y con fuerte impulso, producto de la flexión de cadera, rodillas, tobillos e impulso de brazos, intenta llegar lo más lejos posible, cayendo sobre los dos pies juntos. Se medirá desde la marca dejada por los talones hasta la medida de salida.

Descripción de la prueba de 30 metros planos

Objetivo: medir velocidad de carrera expresada segundos y décimas de segundos.

Material: 2 cronómetros en centésimas de segundos y banderola

Marcación de la línea de largada y llegada.

Espacio nivelado, no resbaladizo y no inferior a los 40 metros.

Administración: los ejecutantes se ubican en posición de salida alta con pie de rechazo adelantado y colocado inmediatamente detrás de la línea de partida.

El administrador se ubica junto a la línea de salida, con un brazo en alto sosteniendo la banderola y los cronometristas se ubican a un costado de la línea de llegada.

Prueba de equilibrio dinámico

Se utilizó la barra de equilibrio de Gessel (como muestra la figura)

Características

Dimensiones de la barra:

Largo: 2.50 metros

Ancho: 4 cm

Alto: 12 cm

Madera: pino

Plataforma: 30 x 40 cm

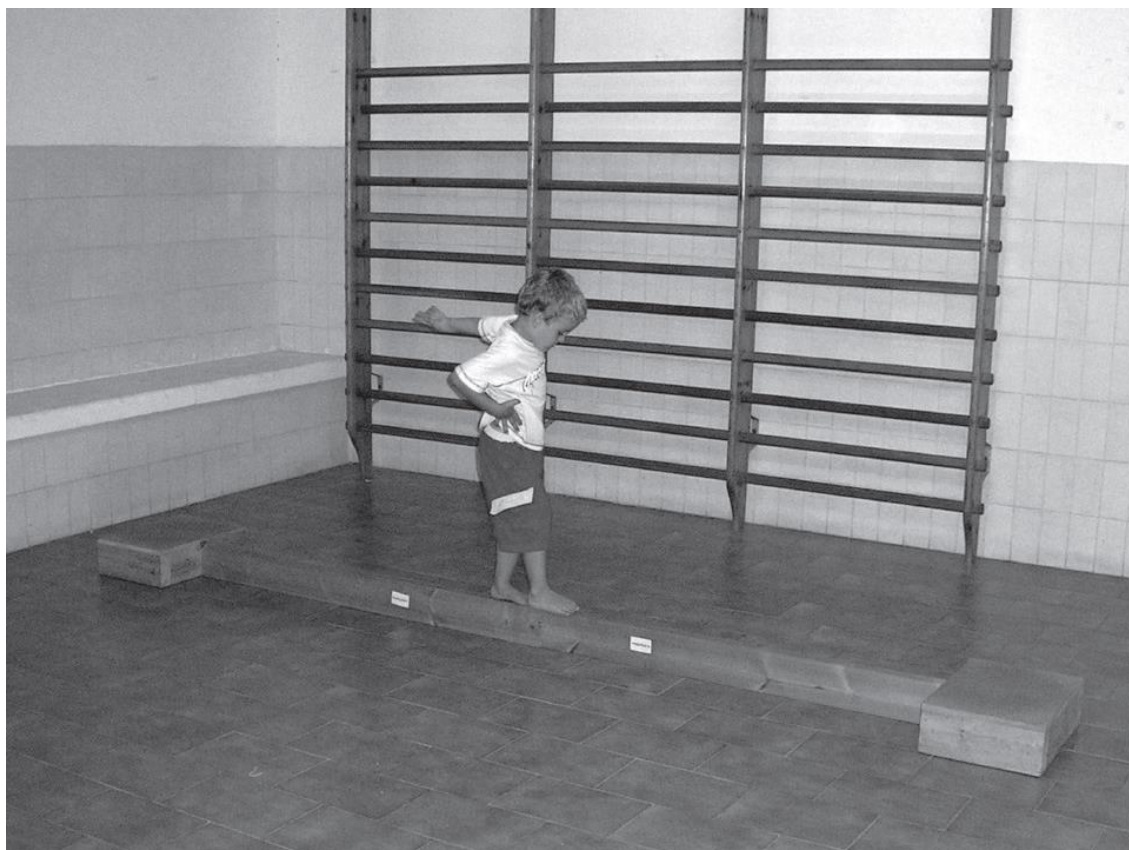
Realización:

El alumno está parado en la plataforma y el tiempo empieza a correr cuando apoya el primer pie sobre la barra y culminará, cuando el primer pie toque la plataforma que se encuentra en el otro extremo.

Se anotarán las caídas, ya que por cada apoyo en el piso tendrá un recargo de tiempo.

Recomendaciones para el ejecutante: Deslizarse por la barra con las manos en la cintura sin caerse, lo más rápido posible.

Test de equilibrio



Prueba de coordinación general

Esta prueba fue seleccionada por varios INEF (en España) para la selección de los candidatos a las Facultades de La Actividad Física y el Deporte

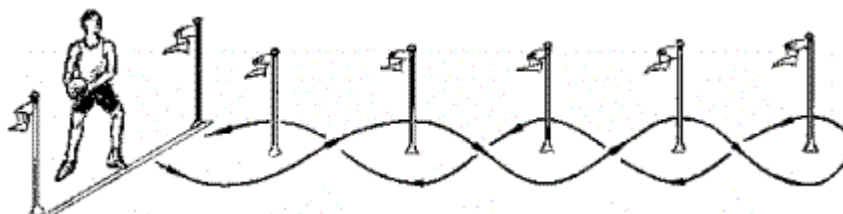
Objetivo: evaluar el nivel de coordinación general

Materiales: pelota de Handbol, 7 bastones de 1,70 metros, cinta para marcar la salida y la llegada, cronómetro.

Características: se arma un circuito con bastones separados entre sí a 2 metros; el primero está a un metro de salida y el último a un metro de llegada.

Son cinco bastones de 1,70 metros y dos más que marcan la salida.

Test de coordinación



Inicialmente el ejecutante estará en posición de salida

Realización: el ejecutante se encuentra detrás de la línea de salida, al recibir la orden y empezando por dejar el primer bastón a su izquierda, llevará la pelota picando, sin importar si lo hace con una mano o alternado, pero sí yendo en zigzag.

Al traspasar el último bastón y habiendo cruzado la línea de demarcación en el suelo, pondrá el balón en el piso y regresará él mismo, pero con el pie y nuevamente en zigzag. Una vez que haya cruzado la línea de largada, junto con el balón, se detendrá el tiempo.

LA ENCUESTA

Toda la investigación se basa en el cruce de datos obtenidos en las pruebas explicadas anteriormente y los datos obtenidos de una encuesta realizada en forma individual a cada uno de los alumnos evaluados.

Referencias:

VIVE (tipo de vivienda)

C: CASA(C)

D: DEPARTAMENTO (D)

Z: ZONA RURAL (R)

ESPACIOS:

Si existen cerca de su casa lugares donde se puedan realizar actividades al aire libre (plazas, potreros, campos, etc.)

LO USAS:

Si utiliza esos lugares SI (S) NO (N)

FRECUENCIA

Todos los días 1

2 o 3 veces a la semana 2

Fin de semana 3

Pocas veces 4

ACT. EXTRA (actividades físicas extraescolares)

SI (S) NO (N)

HORAS (cantidad de horas semanales que desarrolla ese tipo de actividades)

RESULTADOS DE LOS GRUPOS**FEMENINO****TABALA 1: FEMENINO.SALTO EN LARGO**

NOMBRE Y APELLIDO	S. EN LARGO	VIVE	ESPACIOS	LO USAS	FREC.	ACT. EXTRA	HORAS
MARIA	145	C	S	S	4	S	3

VALENTINA	140	D	N	N	N	S	10
ALDANA	140	C	S	S	1	S	2
MARTINA	140	C	S	N		S	5
PAULINA	140	C	S	N		S	10
GUADALUPE	132	C	S	S	4	S	6
VANESA	130	C	S	N		N	0
ANA	130	C	S	N		S	2
JULIETA	130	C	S	N		S	6
CANDELA	130	C	S	S	3	S	2
JOSEFINA	128	C	S	S	4	S	2
SUYAY	125	C	S	S	4	N	0
MICAELA	120	C	S	S	4	S	1
LUCIA	120	C	S	N		S	10
NICOLE	120	C	S	S	3	S	3
NAZARENA	118	C	S	N		N	0
SOL	115	C	S	N		S	5
VALENTINA	110	C	S	S	3	S	8
YAMILA	107	C	S	N		N	0
JUANA	105	C	S	S	4	S	4
MAITE	100	C	S	S	4	S	3
MAIA	90	C	S	S	4	N	0

Análisis de los datos

Lo que podemos observar en este grafico es lo siguiente

VIVIS

- 95% vive en casas
- 5 % vive en departamento
- 0 % zona rural

ESPACIOS

- 91 % tiene espacios extra
- 9% no tienen

USAS

- Del 91% que posee espacios extra
- 63% lo usa
- 27 % no lo usa
- Del 63% que los usa

FRECUENCIA

Todos los días: 7 %
De a 4 veces por semana: 0%
Fin de semana 21 %
No siempre: 71 %

ACTIVIDADES EXTRA

SI 75 %
NO 25 %

HORAS SEMANALES

De 1 A 3 horas 55 %
De 4 A 6 horas 22,2 %
Mas de 6 horas 22.2 %

A continuación tratare de observar si existe alguna relación entre el 50 % de los mejores resultados, al que llamaremos **PRIMER GRUPO** (en este caso salto en largo) y la cantidad de horas semanales de actividad extra y/o utilización del espacio fuera de la casa.

Lo mismo con el 50 % de los resultados más bajos al que llamaremos **GRUPO SEGUNDO**.

PRIMER GRUPO

Suma de horas extra: 42
No suma horas extra: 1 alumno
No usa espacio ext.: 6 alumnos

SEGUNDO GRUPO

Suma de horas extras: 34
no suma horas extra: 4 alumnos
no usa espacio ext.: 3 alumnos

TABLA 2. FEMENINO.COORDINACION

NOMBRE Y APELLIDO	COORD.	ESPACIOS	LO USAS	FREC.	ACT.EXTRA	HORAS
ALDANA	13.25	S	S	1	S	2
SOL	13.50	N			S	5
VALENTINA	15.20	S	S	3	S	8
VALENTINA	15.25	N	N		S	10
MARIA	16.15	S	N		S	2
PAULINA	16.42	S	N		S	10
MICAELA	17.25	S	S	4	S	1
JOSEFINA	17.64	S	S	4	S	2
VANESA	17.77	S	N		N	0
JULIETA	18.03	S	N		S	6
SUYAI	18.08	S	S	4	N	0
SOL	18.45	N			S	5
MAIA	19.01	S	S	4	N	0
MAITE	19.35	S	S	4	S	3
JUANA	19.80	S	S	4	S	4
ANA	20.11	S	N		S	2
MARIA	21.19	S	S	4	S	3
CANDELA	21.60	S	S	3	S	2
GUADALUPE	23.42	S	S	4	S	6
LUCIA	23.89	S	N		S	10

Análisis de los datos

PRIMER GRUPO

Suma de horas extra: 46
 No suma horas ext.: 1 alumno
 No usa espacio ext.: 5 alumnos

SEGUNDO GRUPO

suma de horas extra: 36
 no suma horas ext.: 2 alumnos
 no usa el espacio ext... 2 alumnos

TABLA 3. FEMENINO.EQUILIBRIO

NOMBRE Y APELLIDO	EQUILIBRIO	ESPACIOS	LO USAS	FREC.	ACT. EXTRA	HORAS
MARIA	2.16	S	S	4	S	3
GUADALUPE	2.52	S	S	4	S	6
JULIETA	2.82	S	N	N	S	6
MARIA	2.93	N			S	2
PAULINA	2.98	S	N		S	10
VALENTINA	3.37	S	S	3	S	8
MAITE	3.10	S	S	4	S	3
CANDELA	3.24	S	S	3	S	2
SUYAI	3.31	S	S	4	N	0
ANA	3.39	S	N		S	2
MARTINA	3.97	S	N		S	5
MICAELA	4.13	S	S	4	S	2
NAZARENA	4.66	S	N		N	0
VALENTINA	4.80	N	N		S	10
MAIA	4.99	S	S	4	N	0
ALDANA	5.16	S	S	1	S	2
JUANA	5.66	S	S	4	S	4
YAMILA	7.45	S	N		N	0
LUCIA	8.06	S	N		S	10
JOSEFINA	8.29	S	S	4	S	2

Análisis de los datos

PRIMER GRUPO

Suma de horas extras: 42
 No suma horas ext.: 1 alumno
 No usa espacio ext.: 3 alumnos

SEGUNDO GRUPO

suma de horas extras: 35
 no suma horas ext.: 3 alumnos
 no usa el espacio ext.: 5 alumnos

TABLA 4. FEMENINO.VELOCIDAD

NOMBRE Y APELLIDO	VELOCIDAD	ESPACIOS	LO USAS	FRECUENC	ACT. EXTRA	HORAS
NAZARENA	5.96	S	N		N	0
ALDANA	5.98	S	S	1	S	2
VALENTINA	6.04	N	N		S	10
MARIA	6.04	S	S	4	S	3
MARTINA	6.04	S			S	5
PAULINA	6.13	S	N		S	10
NICOLE	6.31	S	S	3	S	3
JOSEFINA	6.34	S	S	4	S	2
SOL	6.47	S	N		S	5
YAMILA	6.47	S	N		N	0
JULIETA	6.56	S	N		S	6
LUCIA	6.59	S	N		S	10
MAITE	6.59	S	S	4	S	3
VALENTINA	6.62	S	S	3	S	8
CANDELA	6.63	S	S	3	S	2
VANESA	6.68	S	N		N	0
GUADALUPE	6.74	S	S	4	S	6
JUANA	6.77	S	S	4	S	4
ANA	6.84	S	N		S	0
MICAELA	6.91	S	S	4	S	1
SUYAI	6.95	S	S	4	N	0
MAIA	7.53	S	S	4	N	0

Análisis de los datos

PRIMER GRUPO

Suma de horas extras: 46
 No suma horas ext.: 2 alumnos
 No usa espacio ext.: 6 alumnos

SEGUNDO GRUPO

suma de horas extras: 34
 no suma horas ext. : 3 alumnos
 no suma espacio ext.: 4 alumnos

Podemos observar que en todos los casos los grupos que poseen los mejores resultados son los que poseen mayor cantidad de horas semanales de actividades extra programáticas.

Y no observamos una relación muy fuerte entre los que usan o no el espacio extra.

MASCULINO

A continuación realizaremos el estudio de datos del grupo masculino con el mismo criterio utilizado con el grupo femenino.

TABLA 5. MASCULINO. SALTO EN LARGO

NOMBRE Y APELLIDO	SALTO EN LARGO	VIVE EN	ESPACIO	LO USAS	FREC.	ACT. EXTRA	HORAS
FACUNDO	220	C	S	S	3	S	4
NATHANIEL	182	D	N	N		S	4
SEBASTIAN	179	C	S	S	4	S	4
CAMILO	178	C	S	S	3	S	3
FRANCO	169	C	S	N		S	2
JAVIER	168	C	S	S	2	S	5
NICOLAS	160	C	N	N		S	4
JUAN	159	C	S	S	2	S	8
RAMIRO	158	D	S	S	3	S	3
FACUNDO	154	C	S	S	2	N	0
MARTIN	152	D	N	N		S	3
SANTIAGO	152	C	S	S	1	S	6
ARIEL	152	C	N	N		S	3
SANTIAGO	150	C	S	S	2	S	2
TOMAS	149	C	S	S	2	S	5
JUAN	149	D	S	S	3	S	4
CARLOS	148	C	S	N		S	4
TOMAS	144	C	S	N		S	6

TOMAS F	143	D	S	S	4	S	3
MARCELO	142	C	S	S	3	S	7
MARTIN	140	C	S	S	2	S	4
JUAN	140	C	N			S	8
IGNACIO	134	C	S	S	2	S	6
EZEQUIEL	131	D	S	S	4	S	3
ALAN	130	C	S	S	4	N	0

Análisis de los datos

VIVIS:

CASA: 77%

DEPARTAMENTO: 23%

ZONA RURAL: 0%

ESPACIO

SI: 85 %

NO: 15 %

LO USAS

SI: 78%

NO 22%

FRECUENCIA

Todos los días 5.5 %

De 3 a 4 veces 44 %

Fin de semana 27 %

Pocas veces 22 %

ACTIVIDAD EXTRA

SI 88 %

NO 12 %

FRECUENCIA

De 1 a 3 horas 37 %

De 4 a 6 horas 50 %

Más de 6 horas 12 %

COMPARACION DE ACUERDO AL PRIMER Y SEGUNDO GRUPO (salto en largo)

PRIMER GRUPO

Suma de horas extras: 47
 No usa espacio ext.: 4 alumnos
 No suma horas ext.: 1 alumno

SEGUNDO GRUPO

suma de horas extras: 53
 no usa espacio ext. : 3 alumnos
 no suma horas ext. 1 alumno

TABLA 6. MASCULINO.COORDINACION

NOMBRE Y APELLIDO	COORDI.	ESPACIO	USAS	FREC	ACT.EXT	HORAS
NICOLAS	9.69	N	N		S	4
EZEQUIEL	10.68	S	S	4	S	3
SEBASTIAN	10.68	S	S	4	S	4
TOMAS	10.77	S	N		S	6
ALAN	11.17	S	S	4	N	0
TOMAS	11.45	S	S	2	S	5
JUAN	11.55	S	S	2	S	8
RAMIRO	11.90	S	S	3	S	3
FRANCO	11.92	S	N		S	2
SANTIAGO	11.95	S	S	2	S	2
MARTIN	12.02	S	S	2	S	4
ARIEL	12.03	N	N		S	3
MARCELO	12.27	S	S	3	S	7
JUAN	12.41	S	S	3	S	4
IGNACIO	13.64	S	S	2	S	6
FACUNDO	13.91	S	S	3	S	4
CAMILO	14.00	S	S	3	S	3
SANTIAGO	14.21	S	S	1	S	6
CARLOS	14.52	S	N		S	4
JAVIER	14.99	S	S	2	S	5
TOMAS	15.01	S	S	4	S	3
NATHANIEL	17.50	S	N		S	4
MARTIN	17.60	N	N		S	3
JUAN	20.00	N	N		S	8

Análisis de los datos

PRIMER GRUPO

Suma de horas extras: 44

No usa espacio ext.: 4 alumnos

No suma horas ext. : 1 alumno

SEGUNDO GRUPO

suma de horas extras: 57

no usa espacio ext. : 4 alumnos

no suma horas ext.: 0 alumno

TABLA 7. MASCULINO. EQUILIBRIO

NOMBRE Y APELLIDO	EQUILIBRIO	ESPACIO	USAS	FREC.	ACT. EXT.	HORAS
MARTIN	1.50	N			S	3
SEBASTIAN	1.53	S	S	4	S	4
SANTIAGO	1.58	S	S	1	S	6
RAMIRO	1.60	S	S	3	S	3
ARIEL	1.65	N	N		S	3
NATHANIEL	1.66	S	N		S	4
FACUNDO	1.79	S	S	3	S	4
CARLOS	1.89	S	N		S	4
JUAN	2.06	S	S	2	S	8
TOMAS	2.11	S	N		S	6
ALAN	2.38	S	N		S	3
FRANCO	2.43	S	N		S	2
TOMA	2.54	S	S	2	S	5
JUAN	2.57	S	S	3	S	4
IGNACIO	2.61	S	S	2	S	6
JUAN	2.84	N			S	8
TOMAS	4.44	S	S	4	S	3
CAMILO	6.95	S	S	3	S	3

Análisis de los datos

PRIMER GRUPO

Suma de horas extras: 44

No usa espacio extra: 3 alumnos

No suma horas ext. : 0 alumnos

SEGUNDO GRUPO

suma de horas extras: 46

no usa espacio extra: 3 alumnos

no suma horas ext.: 0 alumno

TABLA 8. MASCULINO. VELOCIDAD

NOMBRE Y APELLIDO	VELOCIDAD	ESPACIO	USAS	FREC.	ACT. EXT.	HORAS
FACUNDO	5.20	S	S	3	S	4
MARTIN	5.26	N	N		S	3
NATHANIEL	5.35	S	N		S	4
CAMILO	5.36	S	S	3	S	3
RAMIRO	5.54	S	S	3	S	3
CARLOS	5.57	S	N		S	4
MARCELO	5.60	S	S	3	S	7
TOMAS	5.67	S	N		S	6
FRANCO	5.83	S	N		S	2
NICOLAS	5.88	N	N		S	4
TOMAS	6.13	S	S	4	S	3
SANTIAGO	6.18	S	S	1	S	6
JUAN	6.24	N	N		S	8
SANTIAGO	6.25	S	S	2	S	2
ARIEL	6.36	N	N		S	3
ALAN	6.48	S	S	4	N	0
EZEQUIEL	6.56	S	S	2	S	3
TOMAS	6.59	S	S	2	S	5
IGNACIO	6.94	S	S	2	S	6
JUAN	6.95	S	S	3	S	4
MARTIN	6.95	S	S	2	S	4
SEBASTIAN	6.95	S	S	4	S	4
JUAN	6.95	S	S	2	S	8
JAVIER	6.98	S	S	2	S	5

Análisis de los datos

PRIMER GRUPO

Suma de horas extras: 49

No usa espacio ext.: 6 alumnos

No suma horas ext. : 0 alumnos

SEGUNDO GRUPO

suma de horas extras: 52

no usa espacio ext.: 2 alumnos

no suma horas ext. : 0 alumnos

Análisis de los datos

Datos comparativos entre femenino y masculino

Como podemos apreciar en los varones en todos los casos los grupos que sumaron mayor cantidad de horas extras no son los que tienen las mejores marcas en las pruebas evaluadas.

Resultado todo lo contrario a lo que observamos con las chicas, sería interesante comparar ciertos datos entre ambos.

Cosa que haremos a continuación:

FEMENINO

MASCULINO

VIVIS

95% vive en casas

6 % vive en departamento

0 % zona rural

VIVIS

77% vive en casas

23 % vive en departamento

0% en zona rural

ESPACIOS

91 % tiene espacios extra

9% no tienen

85% tiene espacios extra

15% no tienen

USAS

Del 91% que posee espacios extra

63% lo usa

27 % no lo usa

del 85% que posee espacio extra

78% lo usa

15% no lo usa

Del 63% que los usa

del 78% que lo usa

FRECUENCIA

Todos los días: 7 %

todos los días 5.5%

De 3 a 4 veces por semana: 0%

de 3 a 4 veces 44%

Fin de semana 21 %

fin de semana 27%

Pocas veces: 71 %

pocas veces 22%

ACTIVIDADES EXTRA

SI 75 %

SI 88%

NO 25 %

NO 12%

HORAS SEMANALES

De 1 A 3 horas 55 %

de 1 a 3 horas 37%

De 4 A 6 horas 22,2 %

de 4 a 6 horas 50%

Mas de 6 horas 22.2 %

mas de 6 horas 12%

Es muy significativa la diferencia entre el sexo masculino y femenino en lo referente a la utilización del espacio externo y en la frecuencia que se realiza. La mayoría de los datos masculinos son superiores a los valores femeninos.

COMPARACION DE LOS PROMEDIOS DE LAS PRUEBAS ENTRE GRUPOS FEMENINOS Y MASCULINOS

SALTO EN LARGO

FEMENINO

MASCULINO

123,26 cm

155,32cm

COORDINACION

18,26 seg

13,16 seg

EQUILIBRIO

4,34 seg

2,45 seg

VELOCIDAD

6,50 seg

6,15 seg

Otra vez observamos que las marcas del grupo masculino son mejores que el grupo femenino

ANALISIS DE DATOS

Después de analizar los datos obtenidos he podido observar que se pueden establecer algunos patrones en el cruzamiento de las marcas obtenidas y las horas de actividades extra programáticas y la utilización del espacio exterior (plazas, calles, etc.) Este patrón es diferente en el grupo femenino con respecto al masculino. A continuación analizaremos los valores obtenidos.

VIVIENDA

En más del 90% de los casos de los evaluados viven en casa y ninguno en zona rural, por lo tanto es difícil determinar un patrón en este ítem.

ESPACIOS EXTERNOS

Al mirar los datos se reflejan muchas cosas que son más que interesantes. Con respecto a la utilización del espacio externo como lugar de juego solo dos de los evaluados manifestó usarlo prácticamente todos los días. Dentro de los que lo usan, solo los varones manifiestan usarlo durante los días de semana. En el caso de las chicas ninguna acuso aprovecharlo de 3 a cuatro veces por semana.

ACTIVIDADES EXTRAPROGRAMATICAS

Acá también puedo observar cosas significativas, en general todos realizan actividades extras, lo que varía es volumen de la carga semanal. El 50% de los varones tiene una carga semanal entre 4 y 6 horas contra un porcentaje muy inferior en las chicas.

RELACION ACTIVIDADES EXTRAPROGRAMATICAS Y RESULTADOS DE LAS PRUEBAS

En el caso de las chicas, el grupo con los mejores resultados sumaba la mayor cantidad de horas extra programáticas y el grupo con los resultados más bajos mostraba carga horaria menor. Esto se dio en todos los casos, marcando una tendencia muy fuerte y dando a entender que los resultados se ven muy influenciados por las actividades adicionales.

En el caso de los varones esto no se dio así, y de hecho fue al revés del grupo femenino.

Esto me lleva a pensar, que, debido a que los varones realizan más actividades en el espacio extra de sus casas y barrios, estas actividades actúan como factores importantes en el desarrollo de sus capacidades físicas, no dejando solo su desarrollo a las actividades extra programáticas.

El lugar donde vivimos posee características muy importantes a tener en cuenta. Es una zona de montaña, por lo tanto quien utilice el espacio externo para sus actividades esta recibiendo un nivel de estímulo para su desarrollo físico muy importante (pendientes, subidas, bajadas, escaleras, el viento, ski, treking, etc.)

DIFERENCIAS ENTRE LOS RESULTADOS DEL GRUPO FEMENINO Y EL MASCULINO

En todos los casos los resultados de los chicos, en promedio fueron mejores que el de las chicas, en velocidad no fue tan diferente esta brecha tal vez debido a que la velocidad es una cualidad innata.

Esta mas que claro que el medio ambiente y los hábitos de vida juegan un papel mas que importante en el desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas en los niños y niñas que fueron evaluados.

CONCLUSIONES FINALES

Las sociedades son cada vez mas complejas al igual que la vida de las personas, cuando hablamos de medio ambiente no nos referimos solo al medio natural sino a todo el espacio tanto naturales como artificiales, es decir, creados por el hombre, que rodean al mismo.

Como pude observar en el presente trabajo el desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas tienen que ver con la calidad y cantidad de desafíos motores a los que se enfrentan los niños diariamente independientemente de donde procedan(una clase de coordinación en el club, trepar arboles en la plaza..etc.)

Las mejores marcas, siempre en el presente estudio, estuvieron relacionadas con la carga extra programática, o con la carga de las actividades realizadas en el entorno externo al lugar de residencia.

PROFESOR JORGE LOPEZ

BIBLIOGRAFIA:

Ananjew, B. G. (1963); *Psychologie der sinnlichen erkenntnis*. Editorial: Berlin, Deutscher Verlag der Wissenschaften

Aristóteles; *Política. Libro VII, capitulo 15*. Editorial Tor, Buenos Aires 1959

Balash, R. (2008) *Evolución del equilibrio estático y dinámico desde los 4 a los 74 años*. Apunts. Educación Física y Deporte.

Bergier, J. (1979); *Historia económica de Europa. La burguesía industrial y la aparición de la clase obrera de 1700 a 1914*. Editorial Ariel. Barcelona 1982

Bosoer, F., *Estamos preparados para mucho más de lo que hacemos*.
Recuperado de <http://www.ceefis.com.ar>

Caminero, F., *Marco teórico sobre la coordinación motriz*.
Recuperado de [http://www.efdeportes.com/revista digital -Buenos Aires-año 10](http://www.efdeportes.com/revista_digital_-Buenos_Aires-año_10). N° 93 febrero

Demaue, Ll. (1974); *Historia de la infancia*. Editorial Jason Aronson. New York

De Brandi, A.; *Apuntes de la Catedra Pedagogia Deportiva. Universidad Fasta*.

Eichel, N. F. (1973); *El desarrollo de los ejercicios corporales en la sociedad prehistórica*. Madrid. Inef.

Felipe, P.; *¿Como era la vida de los chicos en la antigua Grecia?*
Recuperado de <http://www.elhistoriador.com.ar>

Fidel Revilla González (2004); *Ciudad, movilidad y ciudadanía*. Acción Educativa. La ciudad de los niños

Guillaume, P. (1980); *Economía y sociedad. Historia universal. Tomo 22*.

Godoy, R.; *Génesis de las actividades físicas en el medio ambiente natural. Centro de estudios en educación física*.

Recuperado de <http://www.ceefis.com.ar>

López, M. (2011); *Hacia la resignificación de la educación física en la argentina*. Red nacional de Actividad física y desarrollo humano. Año 1, n° 01, 2 de mayo 2011.

López Martínez, E.; *La coordinación. Análisis de resultados en la educación física secundaria*. Recuperado de [http://www.efdeportes.com/Revista Digital-Buenos Aires-año 10- n°74- julio 2004](http://www.efdeportes.com/Revista_Digital-Buenos_Aires-año_10- n°74- julio_2004)

Meinell, K.; Schnabel, G (1987). *Teoría del movimiento*. Editorial Stadium

Olivera, J. (1995): *Propuesta de una clasificación taxonómica de las actividades físicas de aventura en la naturaleza (Apuntes de educación física y deportes)*

Pallarola, D.; *Positivismo, Normalismo y educación física en la argentina*. Recuperado de [http://www.efdeportes.com/set 2002](http://www.efdeportes.com/set_2002)

REDAF (2010) Red Nacional de Actividad Física y Desarrollo Humano

Rodríguez Facal, F.; *Apuntes de la cátedra Estrategias Metodológicas del Entrenamiento deportivo*. Universidad Fasta.

Romero Brest (1938); *El sentido espiritual de la educación física*. Librería del Colegio Buenos Aires.

Rule, J. (1986); *Historia social de la revolución industrial británica. Capítulo: Clase obrera e industrialización*. Editorial Crítica. (1989)

Suso Del Toro (2001); *Memoria e identificación da Cidade*. Editorial: Santiago de Compostela.

Wohl, A. (1964) *Sociología del Deporte*.