



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES
“EZEQUIEL ZAMORA”
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO DE POSTGRADO
NÚCLEO SANTA BÁRBARA- BARINAS**

**PLAN DE JUEGOS TRADICIONALES PARA EL FORTALECIMIENTO DE
LAS HABILIDADES FÍSICAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA U.E. JOSÉ
IGNACIO DEL PUMAR.**

Autor:

Idania Lorena Bolaño Escalona

C.I: 17.169.132

Tutora:

MSc. Isleyer Abreu

Santa Bárbara, Julio de 2016



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES
“EZEQUIEL ZAMORA”
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO DE POSTGRADO
NÚCLEO SANTA BÁRBARA- BARINAS**

**PLAN DE JUEGOS TRADICIONALES PARA EL FORTALECIMIENTO DE
LAS HABILIDADES FÍSICAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA U.E. JOSÉ
IGNACIO DEL PUMAR.**

*Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Magíster en:
Ciencias de la Educación Superior Mención Pedagogía de la Educación Física*

Autor:

Idania Lorena Bolaño Escalona

C.I: 17.169.132

Tutora:

MSc. Isleyer Abreu

Santa Bárbara, Julio de 2016



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES
EZEQUIEL ZAMORA
UNELLEZ
VICERRECTORADO DE PLANIFICACION Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN DE ÁREA DE POSTGRADO
POSTGRADO EN PEDAGOGÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo, MSc. Isleyer Abreu, portadora de la cédula de identidad N°.V-13.262.865, en mi carácter de tutor (a) del trabajo de grado, titulado: **PLAN DE JUEGOS TRADICIONALES PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES FÍSICAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA U.E. JOSÉ IGNACIO DEL PUMAR**; presentado por la ciudadana Licda. Idania Lorena Bolaño Escalona, para optar al título de Magíster en Ciencias de la Educación Superior Mención Pedagogía de la Educación Física. Por medio de la presente certifico que he leído el trabajo y considero que reúne las condiciones necesarias para ser defendido y evaluado por el jurado examinador que se designe.

En la ciudad de Barinas, a los 29 días del mes de Julio del año 2016.

Nombre y apellido del tutor(a): MSc. Isleyer Abreu

Firma de aprobación del tutor: _____

Fecha de entrega: _____

DEDICATORIA

A Dios por estar pendiente en todos los momentos de mi vida, iluminándome el camino; con su protección y bendición me ayudó a serle frente a todos los problemas durante mis estudios.

A mis padres por influir en mi lucha y deseo de superación; resaltando el apoyo en los momentos de duda, desesperación y felicidad.

A mis compañeros de la maestría, que con sus conocimientos brindó aportes útiles y valiosos para el desarrollo de esta investigación.

La autora

AGRADECIMIENTOS

A Dios padre todopoderoso, por ayudarme a culminar exitosamente uno de mis estudios de postgrado.

A mis padres, por su apoyo y ayuda permanente.

A mi Tutora, quien siempre estuvo dispuesta a colaborarnos y compartir sus conocimientos.

A la universidad porque con ella se hace uno de mis sueño realidad.

La autora.

ÍNDICE GENERAL

	pp.
RESUMEN.....	x
INTRODUCCIÓN.....	1
 CAPITULO	
I EL PROBLEMA	3
Planteamiento del problema	3
Objetivos de la investigación.....	6
Objetivo general.....	6
Objetivos específicos.....	6
Justificación de la investigación.....	7
 II MARCO TEÓRICO	 9
Antecedentes de la investigación.....	9
Bases teóricas	12
Plan	12
El juego	14
Beneficios de los juegos tradicionales	30
Los juegos tradicionales como herramienta pedagógica.....	33
Habilidad físicas	35
La Educación Física	39
Bases legales	41
Definición de términos	45
 III MARCO METODOLÓGICO	 48
Naturaleza de la investigación.....	48
Tipo y diseño de la investigación	49

Población y muestra	51
Técnica e instrumento de recolección de datos	52
Validez del instrumento.....	52
Confiabilidad del instrumento	53
IV ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	55
V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	77
Conclusiones	77
Recomendaciones	80
VI LA PROPUESTA.....	83
Presentación de la propuesta	84
Objetivos de la propuesta	85
Justificación de la propuesta	86
Teoría que fundamenta la propuesta	87
Desarrollo de la propuesta	89
Factibilidad de la propuesta.....	113
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	116
ANEXOS.....	122

ÍNDICE DE CUADROS

		pp.
1	Operacionalización de las variables	47
2	Planificación de juegos tradicionales.....	56
3	Los juegos tradicionales como herramienta pedagógica en los proyectos de aprendizajes.....	57
4	Los juegos tradicionales en la integración escuela-comunidad.....	58
5	Plan para el desarrollo de los juegos tradicionales.	59
6	Material bibliográfico sobre los juegos tradicionales.....	60
7	Implementos para el desarrollo de los juegos tradicionales.	61
8	Los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas...	62
9	Los juegos tradicionales como actividades recreativas.....	63
10	Uso de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas.....	64
11	Uso de juegos tradicionales para el desarrollo de contenidos académicos....	65
12	Juegos tradicionales donde la participación se basa en correr.....	66
13	Juegos tradicionales donde la participación se basa en saltar.....	67
14	Juegos tradicionales donde la participación se basa en andar.	68
15	Juegos tradicionales para el desarrollo del equilibrio.....	69
16	Juegos tradicionales para el desarrollo de la coordinación motora.....	70
17	Juegos tradicionales para el desarrollo de la fuerza.....	71
18	Juegos tradicionales para mejorar la resistencia.....	72
19	Espacio físico para el desarrollo de juegos tradicionales.....	73
20	Motivación en el uso de los juegos tradicionales.....	74
21	Ejecución de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de habilidades básicas.....	75
22	Necesidad de desarrollar las habilidades físicas en los educandos.....	76
23	Distribución de los juegos tradicionales por habilidad física.....	90

ÍNDICE DE GRÁFICOS

		pp.
1	Planificación de juegos tradicionales.....	56
2	Los juegos tradicionales como herramienta pedagógica en los proyectos de aprendizajes.....	57
3	Los juegos tradicionales en la integración escuela-comunidad.....	58
4	Plan para el desarrollo de los juegos tradicionales.	59
5	Material bibliográfico sobre los juegos tradicionales.....	60
6	Implementos para el desarrollo de los juegos tradicionales.	61
7	Los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas... ..	62
8	Los juegos tradicionales como actividades recreativas.....	63
9	Uso de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas.....	64
10	Uso de juegos tradicionales para el desarrollo de contenidos académicos....	65
11	Juegos tradicionales donde la participación se basa en correr.....	66
12	Juegos tradicionales donde la participación se basa en saltar.....	67
13	Juegos tradicionales donde la participación se basa en andar.	68
14	Juegos tradicionales para el desarrollo del equilibrio.....	69
15	Juegos tradicionales para el desarrollo de la coordinación motora.....	70
16	Juegos tradicionales para el desarrollo de la fuerza.....	71
17	Juegos tradicionales para mejorar la resistencia.....	72
18	Espacio físico para el desarrollo de juegos tradicionales.....	73
19	Motivación en el uso de los juegos tradicionales.....	74
20	Ejecución de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de habilidades básicas.....	75
21	Necesidad de desarrollar las habilidades físicas en los educandos.....	76



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES
EZEQUIEL ZAMORA
UNELLEZ**

**VICERRECTORADO DE PLANIFICACION Y DESARROLLO SOCIAL
POSTGRADO EN PEDAGOGÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

**PLAN DE JUEGOS TRADICIONALES PARA EL FORTALECIMIENTO DE
LAS HABILIDADES FÍSICAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA U.E. JOSÉ
IGNACIO DEL PUMAR.**

Autor (a): Idania Bolaño

Tutor (a): MSc. Isleyer Abreu

Julio 2016

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal Proponer un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas. El estudio se centró en el paradigma positivista-cuantitativa, específicamente en una investigación de campo, apoyada en la modalidad proyecto factible, con nivel descriptivo; el diseño asumido fue el propio de proyecto factible en sus tres primeras fases como son diagnóstico, factibilidad y diseño. La población estuvo conformada por 26 docentes sumado los de aulas y especialistas en Educación Física que laboran en la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, con muestra censal. Como técnica de recolección de información se usó la encuesta y como instrumento un cuestionario contentivo de veintiún preguntas fraseadas en una escala tipo Likert. La validez de dicho instrumento se obtuvo a través de la validez de contenido con la técnica juicio de experto, en tanto, su confiabilidad se alcanzó luego de aplicar una prueba piloto tratada con el estadístico Alpha de Crombach y el SPSS versión 21 en español, arrojando como rango 0,98 que indica muy alta confiabilidad. Analizado e interpretado los datos recabados del instrumento se pudo evidenciar la necesidad de atender las habilidades físicas de los estudiantes que hacen vida en el contexto de estudio, para lo cual se propone el uso de los juegos tradicionales con un plan de trabajo.

Palabras claves: plan, juegos tradicionales, habilidades físicas.

INTRODUCCIÓN

Antes de que existiera la televisión, las video consolas y demás aparatos tecnológicos, los niños y mayores jugaban en las plazas y calles con un conjunto de juegos tradicionales, los cuales siguen estando vigente en las mentes de muchos padres, madres y abuelos, que intentan recuperarlos para el divertimento de los niños del siglo XXI. Se trata de los juegos tradicionales, los cuales han sido reconocidos por la UNESCO en repetidas ocasiones como parte importante del patrimonio cultural de una nación, siendo al mismo tiempo un instrumento eficaz para la promoción de valores, actividad física y acervo cultural.

Por lo mencionado anteriormente, se hace necesaria una intervención educativa para lograr que estas manifestaciones culturales con un hondo arraigo social no desaparezcan de la socialización y permita con ello no solo la construcción de aprendizajes, sino también el fortalecimiento de las habilidades físicas en niños y jóvenes. Para ello, los docentes tienen cierto grado de corresponsabilidad, al ser la educación un elemento socializador, para la formación de carácter y concepción de experiencias enriquecedoras en el desarrollo del ser humano.

De allí, que la Educación Física como disciplina pedagógica, debe ejercer una relevante influencia en todos los aspectos o dimensiones que conforman el ser humano. Utilizando sus medios y estrategias de aprendizaje actuando sobre el ente corporal, pero no atendiendo al movimiento de ese cuerpo o su desarrollo biológico solamente, sino centrar su finalidad en el humano total, como ser viviente integral. En este sentido, es oportuno que esta área de aprendizaje emplee los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas de sus educandos.

Considerando lo expuesto, surge la actual investigación cuyo intención es proponer un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades

físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar. A tal efecto, es de mencionarse que el estudio comprende seis capítulos, los cuales se estructurarán de la siguiente manera:

CAPÍTULO I: titulado El Problema, donde se presenta elementos como el planteamiento del problema, los objetivos de la investigación, y la justificación de la misma.

CAPÍTULO II: llamado Marco Teórico, en el cual se abordan los antecedentes investigativos e históricos, bases teóricas, bases legales, definición de términos y operacionalización de las variables.

CAPÍTULO III: denominado Marco Metodológico, donde se describe la naturaleza de la investigación, el tipo y diseño de la investigación, técnica e instrumento de recolección de datos, validez y confiabilidad del instrumento.

CAPÍTULO IV: designado Presentación y Análisis de los resultados, espacio donde se exhibe la información aportada por la población en estudio.

CAPÍTULO V: titulado Conclusiones y Recomendaciones donde se muestra una proposición sobre los datos tratados y se sugieren tareas o acciones.

CAPÍTULO VI: denominado La Propuesta, especificándose su presentación, objetivos, justificación, desarrollo y factibilidad.

Por último, se muestran las referencias bibliográficas y los anexos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del Problema

La educación tiene como finalidad contribuir con el desarrollo de una nación, por ende, actualmente el Ministerio del Poder Popular para la Educación ha experimentado cambios hasta el punto de transformar la orientación didáctica que lleva al docente a actualizar conocimientos para una mejor calidad de la enseñanza. Donde, la formación del ser humano sigue y continuará siendo tarea de todos los sistemas escolares y muy particularmente de los educadores. Según Lázaro (2012), “el desarrollo humano se fundamenta en la relación que el niño establece consigo mismo y con los demás dentro del ambiente que le rodea”. (p.75). Es decir, existe dos factores que influyen en la formación del educando, una interna que tiene que ver con las emociones del propio sujeto y otra externa vinculada con las relaciones que establece con los otros, la cual puede ser potenciada a través del juego.

Es por ello que los docentes, deben permitir la realización de actividades diversas, aprovechando el espacio físico y recurso con el que cuenta el medio; con la finalidad de prestar una acción pedagógica que mantenga la motivación e interés de los estudiantes logrando así el desarrollo integral de los estudiantes. En tal sentido, el juego es considerado como una actividad vital para el aprendizaje y desarrollo infantil; igualmente es considerado como una actividad espontánea y libremente por el participante; llevada a cabo en unos límites temporo-espaciales y regidos por unos códigos de obligatorio cumplimiento y libre aceptación. Al respecto, García (2013), resalta que “es necesario que el aula se transforme en un laboratorio diseñado

especialmente para que el niño y la niña a través del juego logre explorar, curiosear y experimentar situaciones que permitan su desarrollo integral”. (p.7).

No obstante, se infiere que a través del juego se puede producir un cambio fundamental en la actitud del niño(a) frente al mundo que los rodea, abordando diversos ámbitos para el desarrollo integral del educando, en consecuencia se puede decir que dentro de los juegos se ubican los tradicionales, los cuales pueden llegar a convertirse en una herramienta valiosa para el docente, de esta forma puede lograr a mejorar y consolidar las habilidades físicas, afectivas y cognitivas del educando.

En este sentido, Candidus (2012), señala los juegos tradicionales como: “la muestra de una región, de lo autóctono, de un país, de la construcción del hombre para ser identificados, a nivel de cultura” (p.43). En Venezuela existen numerosos juegos tradicionales derivado de la mezcla de influencias que actuaron sobre la formación de la cultura criolla durante la evolución histórica de la cultura Venezolana, ayudando a quienes lo practiquen, al desarrollo físico, cognitivo, social-cultural, entre otras; es decir, a través de los juegos tradicionales se puede lograr grandes aportes en la práctica de actividades deportivas.

Según la perspectivaseñalada, se busca utilizar los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas del niño y la niña, donde no se puede dejar de considerar que el objetivo principal de la Educación Física es el desarrollo de las potencialidades que conducen al perfeccionamiento físico y social del ser humano.

Es importante señalar que en la actualidad, dentro de la sociedad venezolana, el desarrollo tecnológico, ha causado estragos dentro de la formación pedagógica y cultural del educando, conllevando al individuo en el entretenimiento interactivo de los juegos virtuales y de gran resolución tecnológica, donde los más afectados son los niños y niñas, siendo estos los más vulnerables en los avances de la tecnología implementadas. Estos señalamientos inducen a la incidencia que estos han tenido

sobre la obesidad escolar, la inactividad física, los problemas cardiovasculares y demás; todo producto de un sedentarismo generado por los avances de la tecnología.

Barinas, ubicada en la Región de los Llanos Occidentales de Venezuela, no escapa de ésta situación, en donde la gran revolución tecnológica de los juegos audiovisuales ha robado el interés de realizar los juegos tradicionales por parte de los niños y niñas dentro de las instituciones educativas, considerándolos de poca importancia. Más sin embargo, le dan el primer lugar el realce de los juegos deportivos, que aunque son beneficiosos para el desarrollo físico del individuo, también lo es la práctica de los juegos tradicionales.

Según la experiencia de la investigadora y sobre la base de la observación simple en la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, objeto de la presente investigación, se logró evidenciar las debilidades existentes en la población escolar sobre las habilidades físicas, demostrando indicios de escasa consolidación y trabajo desempeñado por los profesionales para ello. Aseveración que se reafirma con las ideas expuestas por el coordinador de deporte de la institución educativa, quien expresó que los docentes de aula le dejan toda la responsabilidad al docente de Educación Física sobre el desarrollo de las habilidades físicas, aunque debe ser un trabajo en conjunto.

De tal manera, que toda esta situación genera consecuencias tales como: un cuerpo escasamente preparado para la vida diaria, menos tolerancia al estrés del día a día, agotamiento y cansancio permanente, mal humor constante, y peor aún, el organismo se torna más enfermo, se incrementan las lesiones y agrava los problemas de salud.

Es por ello, que emerge la presente investigación cuyo fin es coadyuvar a solventar la situación problemática que reina en el contexto de estudio. Para ello, la autora se propuso una serie de interrogantes, las cuales van a permitir el establecimiento de los objetivos de la investigación, siendo estas:

¿Es necesario elaborar un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas?

¿Es factible desde el punto de vista técnico, de mercado y financiero, la propuesta de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas?

¿Cómo puede ser un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas?

Objetivos de la investigación

Objetivo general:

Proponer un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Objetivos específicos:

- Diagnosticar la necesidad de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E.

- José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.
- Determinar la factibilidad técnica, de mercado y financiera de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.
- Diseñar un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Justificación de la investigación

La Educación Física forma parte del conjunto de las disciplinas pedagógicas, por lo cual es antes que toda educación. Su diferencia más notable con las otras disciplinas es que no utiliza los mismos símbolos, recursos didácticos, procedimientos y medios que ellas. Su condición especial es que ofrece enseñanzas contextualizadas, pues actúa desde la misma realidad de los alumnos, ya que las actividades motrices propuestas responden a formas de actuar cotidianas y naturales de los niños y jóvenes, por ello, el uso de los juegos tradicionales para fortalecer las habilidades físicas de los educandos.

En correspondencia a lo planteado, se puede decir que el presente estudio, expresa un impacto social, en cuanto permite dar a conocer e identificar los juegos tradicionales como un elemento para el fortalecimiento de las habilidades físicas así como los efectos del uso de los mismos en las clase de Educación Física y de esta forma motivar al docente, estudiante y hasta los padres y representantes en el uso de los juegos tradicionales para favorecer el desarrollo integral del educando.

Partiendo de lo anterior, se puede decir entonces que por medio de los juegos tradicionales que forman parte de la idiosincrasia de un pueblo, estado o país, se puede trabajar las habilidades físicas de los niños, niñas y adolescentes pertenecientes a una institución escolar, siendo un medio de inclusión social, además de permitir el fortalecimiento del patrimonio cultural, en este caso particular de la comunidad de Pedraza la Vieja. Exaltando con lo anterior, las bondades de los juegos tradicionales, en el área de Educación Física, Deporte y Recreación.

De igual manera, el estudio pretende contribuir a solventar la problemática existente en los educandos de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, en cuanto a su falta de consolidación de la habilidades físicas, siendo un factor decisivo para el rendimiento deportivo, la mejora de la salud y calidad de vida de los hombres, de allí el interés de fortalecer cada día estas condiciones básicas no solo bajo las clases de Educación Física, sino a través de una integración de docentes de aula - especialistas.

En cuanto al aporte social del estudio, es de referirse al logro de un ciudadano y ciudadana con mejor salud física y mental, lo que a su vez incide satisfactoriamente en una sociedad más sana, ágil y con mayor condición para la actividad física; evitando con ello las numerosas secuelas que trae consigo el sedentarismo e individualismo en un mundo manejado bajo la complejidad y donde lo colectivo toma realce para el bien de todos los seres humanos.

Para finalizar, se enuncia el aporte metodológico que ofrece el actual estudio como es servir de fundamentación teórico – metodológico para futuros trabajos de investigación relacionados a este en tema y vía de logro. Sin soslayar, que el mismo está enfocado en la línea de investigación de Estrategias y Métodos de Enseñanza en el Área de Educación Física, Deporte y Recreación, perteneciente a la Maestría Pedagogía de la Educación Física.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Antecedentes de la investigación

La enseñanza es una conducta y, por lo tanto, susceptible a ser modificada para tal fin, en la cual se deben considerar los siguientes factores: Los maestros, el alumno, la tarea y el medio. La elección de la metodología dependerá de la preparación y personalidad del docente, su experiencia, sus valores y los métodos a lograr con el aprendizaje. En cuanto al alumno se debe considerar su motivación, experiencia, su madurez, necesidades y las relaciones con las demás personas.

Respecto a la tarea se debe considerar la estructura, sus componentes, y las condiciones del medio ambiente; y es aquí, precisamente, donde encaja la importancia del fortalecimiento de las habilidades físicas a través de los juegos tradicionales, considerándose esta dentro del proceso educativo de manera global. Los juegos y las habilidades físicas han sido objeto de estudio en distintos ambientes por diversos investigadores, a continuación se reseñan los principales aspectos de las investigaciones que se seleccionaron:

Angulo (2014), realizó un trabajo titulado estrategias motivadoras para la enseñanza de los juegos tradicionales como alternativa pedagógica para el aprendizaje de los niños y niñas de la sección “E” del Centro de Educación Inicial Bolivariano El Niño y la Familia, tuvo como finalidad diseñar estrategias sobre los juegos tradicionales, a través de estrategias motivadoras para la enseñanza de los juegos tradicionales como alternativas pedagógica para el aprendizaje. El estudio se enmarcó en la modalidad de investigación acción-participativa, apoyada en una

investigación de campo de carácter descriptivo, con una población de treinta (30) niños y niñas, pertenecientes a diferentes sectores. El instrumento estuvo estructurado con cuatro (04) opciones de respuesta (siempre, casi siempre, algunas veces y nunca); las cuales permitieron indagar el nivel de información que poseían los niños y niñas, con respecto a las normas, hábitos, valores, tradiciones y costumbres de la escuela-familia-comunidad, para la proposición de acciones mediadoras.

El autor llega a la conclusión de acuerdo a los resultados obtenidos, que dentro de la comunidad existe poca aplicación de estrategias por parte de la escuela y de la misma comunidad para el desarrollo de los juegos tradicionales, incidiendo negativamente en el área intelectual de los niños y niñas así como también el poco desarrollo de sus destrezas motoras. El estudio sirve de soporte a la investigación por cuanto coinciden de manera general en exponer la importancia que tienen los juegos tradicionales en edad escolar con la finalidad de orientar la acción pedagógica y lograr en el educando aprendizajes significativos y motrices.

González (2014), en su trabajo de investigación titulada “Plan de estrategias metodológicas como herramientas para el mejoramiento deportivo”. Estudio que se ubicó en la modalidad proyecto factible apoyado en un diseño de campo de carácter descriptivo. La población la conforman veinte (20) padres y/o representantes de la comunidad de Cabudare de Barquisimeto Estado Lara. El autor concluyó que en toda organización, bien sea institución educativa o no, es necesario la elaboración e implementación de planes como instrumento de la planificación viable para lograr metas y objetivos.

El presente estudio guarda una estrecha relación con la investigación, por cuanto busca brindar soportes al considerar relevante proponer planes para la adquisición de acuerdos y desarrollos de actividades deportivas en una nueva concepción de la vida escolar, al fin de lograr en el educando aprendizajes

significativos relacionados con las destrezas motoras adquiridas a través de los juegos tradicionales en este caso.

Sánchez (2014), en su estudio sobre el movimiento como factor de desarrollo de habilidades viso perceptivas y la motricidad en el niño de primer grado de la Escuela Básica Nacional “Jiménez” ubicada en Barquisimeto estado Lara; comprobó que lo establecido en su hipótesis no difiere por lo planteado Wallon en (1977), donde manifiesta que lo psíquico y lo motor no se desligan, sino que representan las relaciones del ser con el medio ambiente; de allí, la importancia de las experiencias motrices en el desarrollo psíquico del niño; así mismo el autor concluye que los niños y niñas sometidos al tratamiento: movimiento, danza y juego lograron cambios significativos en sus habilidades viso perceptivas y su motricidad, encontrándose una alta correlación entre dos variables, es decir, todas las estrategias metodológicas que tengan como base del movimiento, estimulando en él participación, la adquisición de diversas habilidades psicomotoras, partiendo del principio de que las experiencias motrices influyen en el desarrollo psicológico del niño y la niña.

Es de apreciarse la vinculación que este estudio tiene con la presente investigación, en el sentido que determina que las estrategias que involucren movimiento, danza y juegos inciden directamente en la adquisición de habilidades físicas y psicomotoras en el niño y la niña, por lo que se evidencia en ambas propuestas el aporte de tipo académico al permitir la orientación de los beneficios que se despliegan al desarrollar los juegos en las clases de educación física, deporte y recreación.

Así mismo, Aponte (2013), en su trabajo investigativo sobre los juego como parte fundamental en la vida del niño y la niña, con un diseño descriptivo, donde la muestra quedó representada por el cien por ciento (100%). El autor concluye que la

práctica del juego permite el desarrollo de la personalidad, creatividad, adaptación, socialización, intelecto y expresión corporal.

El antecedente citado fundamenta esta investigación, por cuanto hace evidente la necesidad de poner en práctica los juegos; para desarrollar aspectos de la personalidad y la expresión corporal, entendiendo que la expresión corporal forma parte de los juegos tradicionales y este a su vez de los contenidos de la educación física, deporte y recreación para el nivel primario del sistema educativo venezolano.

Bases teóricas

A continuación se destacan las diferentes conceptualizaciones que permiten guiar la presente investigación sobre un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Plan

Un plan es una serie de pasos o procedimientos determinados, que buscan conseguir un objetivo o propósito. Al proceso para diseñar un plan se le conoce como planeación, y de manera amplia, la planificación consiste en definir claramente los objetivos y las acciones que se deben tomar para llegar a alcanzarlos, es decir, que el resultado del proceso de planificación es el plan, en él se recogen todos los aspectos que a juicio del planificador son los más convenientes para el desarrollo del mismo.

Al respecto Montilla (2009), define un plan como “un instrumento para la operación que permite la definición y la orientación de los recursos de la organización” (p.34). Por lo tanto, se debe tener cuidado para no confundir un plan con el programa o con el proyecto; en el plan se fijan los principales objetivos del desarrollo, las prioridades entre ellos y su ubicación en el tiempo señalando en la

medida de lo posible, la cuantía y clase de los recursos requeridos y los medios necesarios para su ejecución.

En su forma más simple el concepto de plan se define como la intención y proyecto de hacer algo, o como proyecto que, a partir del conocimiento de las magnitudes de una economía, pretenden establecer determinados objetivos. Asimismo, Paris (2012), lo define como “un documento en que se constan las cosas que se pretenden hacer y forma en que se piensa llevarlas a cabo” (p. 45). Es así que el plan se materializa en un documento, indicando las alternativas de solución al problema, necesidad o deseo que se planea en la región y la forma de llevarlo a cabo, determinando las actividades a realizar y asignando recursos, tiempo y responsables a cada una de ellas, permitiendo adelantarse a los hechos, a las circunstancias, y a trabajar con la idea de aceptar que el mundo no nace, sino que se hace, se crea.

En resumen, cabe señalar, la importancia fundamental de definir a los beneficiarios o participantes del plan, como también debe contar con adecuadas características e idiosincrasia donde se pretende aplicar el plan, esto dependerá de la habilidad de los planificadores poder combinar la mayor cantidad de recursos y elementos posibles para la realización adecuada de dichos proyectos a beneficios del colectivo en estudio.

Por otro lado, los planes, en el ámbito deportivo, perfilan, instrumentan, concretan las directrices deportivas políticas de una entidad, el conjunto de ellos constituyen la esencia, la razón de ser de la organización; en este caso se señala a Mestre (2011), quien define “plan deportivo como la elaboración de una sistemática de trabajo, encaminada a la concreción, para su posterior consecución de los fines constatados como deseables; para la satisfacción de una necesidad deportiva”. Todos los planes de un sistema deportivo poseen un punto de convergencia que supone el

fin hacia el que tienden; con frecuencia los objetivos logrados, no responden plenamente a las exigencias, sino, únicamente de forma parcial.

Cabe destacar, que la planificación es una función y responsabilidad de todo directivo a todos los niveles dentro de una organización. Al respecto señala París (s/f), que la planificación es un proceso que, al incorporar mecanismos de control y evaluación, proporciona una base para medir la eficacia y eficiencia de la entidad y para tomar por parte del directivo las medidas correctoras necesarias.

El Juego

El juego ha existido desde siempre, aunque son muchos los autores que sostienen que esta actividad no era lúdica, sino que servía de preparación para otras actividades. Posteriormente, estas actividades productivas y laborales fueron evolucionando y tecnificándose, lo que ocasionó que el tiempo dedicado al juego, propiamente dicho, fuese mayor. Los juegos en sentido general obedecen a determinadas caracterizaciones, las que de manera convencional se reiteran en todos ellos. Entre las características más significativas de los juegos, nombradas por Solís (2009), que aparecen contenidas en las orientaciones, técnicas y metodológicas de la Dirección Nacional de Recreación en Cuba, se describen las siguientes:

Placentero: el juego está concebido para producir placer entre sus practicantes y por ningún motivo debe ser causa de frustración.

Natural y motivador: debe ser siempre alentado por la motivación, de manera que las personas accedan al mismo de forma natural. *Voluntario*: como actividad recreativa no admite ser compulsado y las personas que lo practiquen deben hacerlo de manera totalmente voluntaria.

Mundo aparte: con la práctica del juego se logra trasladar al individuo a un mundo de fantasías o de ficción, logrando satisfacciones no atribuibles a la vida real.

Creador: permiten a través de su propio desarrollo el alcance de una mayor creatividad en las personas, favoreciendo un adecuado equilibrio en su formación.

Expresivo: a través de tan importante actividad se ve favorecida la exteriorización de aquellos sentimientos humanos, normalmente reprimidos.

Socializador: se encuentra entre sus principales características, pues a través de su realización es posible el alcance de hábitos de cooperación, convivencia y labor de equipos.

Las nuevas formas de vida de la población asociadas a un proceso continuado de urbanización, han sido motivo para que desaparezcan ciertas expresiones lúdicas que antaño caracterizaron determinadas regiones. En realidad algunos juegos recreativos tradicionales son escasamente practicados en la actualidad, lo que hace peligrar su futura realización, al comprometerse el mecanismo de transmisión de esas experiencias culturales de una generación a otra.

Por su lado, Rodríguez y otros (2011), menciona los mermados esfuerzos por rescatar tales manifestaciones lúdicas, aunque se refiere que los mismos aparecen con cierta intermitencia, más sujetos a los cambios de la moda que a serias aspiraciones humanas, las que tienen un lugar más encumbrado en la realización de eventos o en publicaciones. Tal afirmación, además de corroborarse en los tiempos actuales, constituye una preocupación de profesores de Educación Física y otros especialistas, comprometidos con la recreación popular y especialmente la infantil.

No obstante, Pérez (2012), hace referencia que en los patios de las escuelas se genera un caudal importante de juegos populares, los que constituyen un real tesoro

infantil y juvenil. En realidad es tal la producción lúdica que se genera a partir de la práctica asociada a las formas de la imaginación precoz, que muchos de esos juegos alentados de esa manera, llegan a generalizarse de una generación a otra, pasando ellos mismos a considerarse como juegos tradicionales.

Ahora bien, continuando con las caracterizaciones de los juegos, es menester apuntar sus funciones en el ámbito educativo, sobre todo atendiendo la postura de Trigo (2014), quien considera que “el docente de Educación Física, a través de los diferentes juegos debe motivar y estimular a los niños con intereses propios de sus edades, debe ampliar sus horizontes de instrucción, educación, corrección y/o compensación” (p.93). A esto, le anexaría la autora el utilizar el tiempo libre con sus educandos de forma productiva.

Además, debe pedirles a los escolares iniciativas y propuestas de juegos que garanticen la culminación exitosa de los mismos. Es por ello que el personal docente tiene una alta responsabilidad en cuanto a preparar, orientar y controlar los diferentes juegos al realizar un trabajo preventivo desde las edades tempranas, incluyendo a la propia familia y comunidad, jugando un papel decisivo en la prevención, el diagnóstico y la terapia que debe ofrecer durante el seguimiento sistemático de sus educandos en los juegos.

En otro orden de ideas, se señala la función del juego como acción preventiva, expresando Guerrero y Sánchez (2014), que “el juego es un proceso que favorece la estimulación del desarrollo regulador, inductor y ejecutor de la actividad humana, incluso del desarrollo ontogenético. (Desarrollo del individuo en el transcurso de la vida)” (p.123). En consonancia a lo esbozado, se muestra la idea de Aranda (2011), quien determina que “el juego no constituye un elemento para la prevención del desarrollo primario, pero sí para prevenir y atenuar las manifestaciones que pueden marcar el defecto secundario y terciario, y dirigir el trabajo hacia la estimulación de

los procesos que integra cada esfera (cognoscitiva - afectivo - volitiva - sensorial y motriz), durante las edades tempranas” (p.73). Aunado a ello, cabe destacar que el juego como prevención evita la dificultad en el ritmo del aprendizaje, al contrario contribuye a la consolidación del mismo.

Pasando ahora a otro elemento característico del juego como es sus tipos, es de mencionarse que existe una gran variedad de ellos, no obstante, acá se enfatizará en los juegos tradicionales, definido por Norbeck (2011), como “aquellos juegos solemnes que son transmitidos de generación en generación, y su origen se remonta a tiempos muy lejanos” (p.73). No solamente han pasado de padres a hijos, sino que en su conservación y divulgación han tenido que ver mucho las instituciones y entidades que se han preocupado de que no se perdieran con el tiempo. De allí, el papel protagónico que juega el docente para tal fin.

Dentro de la clasificación de los juegos tradicionales encontramos algunos juegos que llegaron a América durante la conquista española. Es por ello, que muchos de estas actividades lúdicas también son conocidos en varios países de nuestro continente, aunque con diferentes denominaciones, que se transmiten de generación en generación, pudiéndose considerar específicos o no de un lugar determinado, Según Ortí (2013), entre los juegos tradicionales están los siguientes:

Las Metras

Es un juego tradicional en donde se impulsan con los dedos pequeñas bolitas circulares de barro, semillas o vidrios de colores, hasta pegarles a la de los otros competidores. Su práctica exige contacto directo con la tierra o el suelo y la mecánica del juego consisten en lo siguiente: Los jugadores demarcan un triángulo o círculo sobre una superficie plana (preferiblemente arenosa), donde se colocará la cantidad de metras acordadas por los participantes. Para decidir quién comenzará, se traza una línea distante, que servirá de referencia. Cada jugador lanzará su metra y quien se

acerque más a dicha línea será el primero, y así sucesivamente. Se escoge una de las diferentes maneras de jugar y se especifican las reglas antes de comenzar. Entre las modalidades preferidas de los niños se ubican:

El hoyito consiste en tratar de introducir la metra en todos y cada uno de los orificios (máximo 5) demarcados a una distancia conveniente. Cada jugador debe completar el recorrido de ida y de vuelta. Por su parte el castillito está relacionado en tratar de derribar un puño de cuatro metras, colocadas a una distancia previamente convenida por los jugadores.

En este sentido, es preciso resaltar el origen de este juego, el cual se conoce este desde el Antiguo Egipto, pues se han encontrado en la tumba de un niño egipcio de alrededor del año 3000 a.C. En la Roma Antigua el juego era muy popular entre los niños, popularidad que perduró durante la Edad Media. Aún a principios del siglo XX algunas canicas fueron hechas de piedra. En la actualidad se celebran campeonatos mundiales. En el mercado, se llegan a vender en conjuntos del mismo tipo, o variadas en diseño y tamaño.

Continuando con este juego, se apunta sobre su estructura, mencionando que las metras se consiguen hechas de metal, madera u otro material pero las comunes son las de vidrios de diferentes colores y con gran variedad de adornos, las hay transparentes y opacas. Las metras tienen nombres tan variados como diferentes diseños existen, además de los nombres que los niños usan en las diversas regiones del mundo por ejemplo al compararlas con los colores de sus banderas.

Para finalizar, es preciso señalar que la metra es practicada en todo el territorio nacional venezolano, solo con variantes de palabras en el juego, pero a lo largo de todo el territorio en medio de la infancia se ha jugado metras o pinchas. Los juegos tradicionales tienen la peculiaridad de que se extienden por todo el territorio,

uno de los más populares es el juego de pinchas o metras, desde el Estado Bolívar hasta el Estado Zulia los pequeños disfrutaban de esta actividad.

El Trompo

El trompo es un juguete elaborado en madera o totuma (en la variante denominada zaranda), torneado de forma semi-circular y con una punta metálica, que al ser lanzado por medio del cordel, da vueltas sobre su propio eje, logrando un movimiento cinético de alta velocidad. El trompo posee líneas bien definidas a su alrededor, las cuales guían al aficionado o aprendiz a enrollar la cuerda (guaral) sobre su superficie. Al igual que las metras, el trompo posee ciertos pasos y reglas para jugarlo:

Inicialmente se destaca el picar la troya, que consiste en demarcar una especie de polígono sobre una superficie plana (preferiblemente arenosa) donde se lanzarán posteriormente los trompos. El jugador que al intentar picar la troya para buscar su turno, quede más lejos del centro del polígono. El jugador que al lanzar el trompo, no le baile. El jugador que al buscar librarse, falle al intentar dar los toques respectivos. Librarse: Significa recoger el trompo en pleno movimiento, con la palma de la mano, para darle toques al trompo en pena, sin que éste pierda su fuerza de movilidad. Cada jugador manotea y lanza lejos el trompo dando el último toque, hasta completar el recorrido planeado y llegar de nuevo al punto de partida, la Troya.

En lo que respecta a su génesis, se enuncia que se tiene conocimiento de existencia desde el año 4000 a.c, ya que se han encontrado algunos ejemplares, elaborados con arcilla, en la orilla del río Éufrates. A Platón le servía como metáfora del movimiento y Aristófanes se confesaba aficionado al trompo. En América, este juego estaba también muy extendido entre los amerindios del Norte y del Sur, antes de la llegada de los primeros colonos. De hecho parece haber constancia de trompos en Perú desde tiempos prehistóricos. Los indios Hopi, después de echarlos a rodar,

mantenían la rotación de los trompos con un látigo, con el cual azotaban con rápidos movimientos la punta inferior del trompo. También hay diversos ejemplares de trompos americanos, en México y Argentina que dan testimonio de su permanencia en el tiempo.

De igual manera, es oportuno reseñar su estructura, dando a conocer que su cuerpo es aquel que puede girar sobre una punta sobre la que sitúa su centro gravitatorio de forma perpendicular al eje de giro, equilibrándose sobre un punto gracias a la velocidad angular, que permite el desarrollo del efecto giroscópico. Tradicionalmente los trompos poseen forma cónica y son macizos, eran hechos por artesanos y contruidos con maderas duras con el fin de que fueran muy resistentes para soportar los golpes que recibieran de sus "adversarios". También son fabricados por los propios niños, con madera que tallan toscamente, colocándolas finalmente un clavo de hierro sin cabeza como punta.

Hoy se han masificado y su fabricación se hace con diferentes tipos de maderas e incluso con materiales sintéticos entre los que destacan diferentes tipos plásticos, la fibra de carbono y otros polímeros, importados usualmente de países asiáticos como China, Taiwán o Estados Unidos. Además han incorporado, para evitar daños en la colisión, filos que van desde el neopreno al acero pasando por todo tipo de plásticos en la zona de mayor diámetro. Se considera que el trompo propiamente dicho mide en torno a unos seis centímetros de alto, por unos cuatro centímetros de radio en su diámetro mayor. Sin embargo este tamaño suele variar fácilmente.

La punta, el cuerpo del trompo termina en una punta sobre la cual se apoyará en el juego. De esta forma el trompo quedará de pie sobre la misma, algo impensable sin el efecto giroscópico, que provoca el efecto. La punta, también llamada pico y

puya es el gran elemento influyente en la normativa que regula el juguete, al ser el elemento más peligroso del objeto, suele ser de metal.

La cuerda, cabuya o hilo, es el elemento que, tras haberlo enrollado en el cuerpo, a tirar de él permite imprimirle la fuerza que desarrollará el efecto giroscópico. A mayor rapidez al tirar de él, más rápido será el movimiento de giro. Por lo general, suele medir entre 30 centímetros y medio metro. La longitud y grosor de la cuerda dependen del tamaño, del peso del trompo y de la amplitud del surco del cuerpo o de la punta. Para evitar que el cordel se escape de la mano a la hora de lanzar, suele anudarse en el extremo un trozo de madera, una arandela, un clip, u otras cosas, las cuales, aprovechando su agujero, se introducía el cordel y se hacía un nudo para que no saliera, así se conseguía que al tirar el trompo, el objeto quedara entre nuestros dedos evitando que la cuerda saliera también disparada, facilitando tirar de ella. Al igual que la perinola y la zaranda el trompo es un juguete que se extiende por todo el territorio nacional.

El Gurrufío

El gurrufío es aquel juego tradicional que se elabora con dos láminas circulares de metal (dos tapas de botellas aplastadas, en la versión actual), ensartadas en un cordel o pabilo sobre las cuales se ejerce tensión con las manos, para ejecutar un movimiento giratorio rápido. Se hacen competencias tratando de cortar las cuerdas del oponente con las láminas metálicas. El Origen y Estructura del Gurrufío, están en la idiosincrasia del pueblo Venezolano y las diferentes expresiones culturales de su gentilicio. Para fabricarlos se debe realizar en la chapa o lámina de madera un par de agujeros, a través de los cuales se pasa un pabilo o guaral y se atan sus puntas.

El modo de juego consiste en hacer girar y luego se estira para que se enrolle y desenrolle, haciendo dar vueltas al disco o lámina. Muchos participantes afilan la chapa y compiten tratando de cortar el pabilo o guaral del otro participante. El

dispositivo se activa usando las chapas como peso para enrollar la cuerda, y luego halando por ambos extremos. Las intensas vueltas que dan las chapas tras halar normalmente hacen que la cuerda se vuelva a enroscar (aunque en sentido contrario); si la acción es ejecutada correctamente, cada vez pueden volverse a halar los extremos de la cuerda de inmediato y obtener las vueltas (y el enrosque sucesivo, alternando el sentido). Es practicado en cualquier lugar del territorio Venezolano, por ser de fácil elaboración puede ser usado por cualquier niño que así lo amerite.

El Papagayo

El papagayo es un juguete conformado por una armazón poligonal, realizada con maderas livianas forradas con papel de seda. Se hace volar con una larga cuerda y se estabiliza con una cola hecha de trapos. De origen remoto, se dice que el Papagayo fue inventado por los chinos y que llegó a nuestro país desde Europa en la época colonial. Se recomienda elevarlo cuando hay fuertes vientos y en Venezuela es más notorio el uso del papagayo en el mes que se celebra la Semana Santa.

En cuanto a su estructura se puede dar a conocer que su diseño es diverso, pero se usan generalmente, por una armazón poligonal, realizada con maderas livianas, parecida al bambú o con venas de palma de coco, estas varillas son cortadas en tiras de acuerdo al tamaño deseado, se forra con papel de seda o bolsa plástica. Se hace volar con una larga cuerda y se estabiliza con una cola hecha de trapos.

Para la firmeza del papagayo, se necesita crearle las aristas del armazón con verada de caña amarga, se amarran con pabilo o nylon las aristas en su centro dependiendo de la forma que se quiera dar al papagayo, luego se forra, y se le realizan los controladores de vuelo o frenillos que consiste en colocarle una cuerda amarrada a dos de los extremos superiores de las aristas y otra a la parte central del papagayo, ambas de igual tamaño y que guarden una separación equivalente a la distancia existente entre los extremos del bastidor y el centro mismo.

Así se amarra uniendo las tres cuerdas al rollo de pabilo, se sujete una cuerda en los extremos de las dos aristas opuestas a los frenillos y se le coloca una cinta de tela o coloquialmente llamado rabo del cometa o papagayo. Ésta se divide en dos partes, dejando una más larga que la otra, de manera que sirvan de contrapeso al papagayo y no pierda el equilibrio. Aunque prohibido en algunas competencias de papagayos, los competidores atan hojillas en las colas para intentar cortar el pabilo del contrincante más cercano.

Anexo a lo apuntado hasta ahora, es menester señalar que las cometas nacieron en la antigua China, su origen es remoto. Se sabe que alrededor del año 1200 A. C. Se utilizaban como dispositivo de señalización militar, sus movimientos y los colores de las cometas constituían mensajes que se comunicaban en la distancia entre destacamentos militares. Es de destacar también la labor desempeñada por las cometas como equipos de medición atmosférica. El político e inventor estadounidense Benjamín Franklin utilizó una cometa para investigar los rayos e inventar el pararrayos. Hoy en día, la cometa mantiene su popularidad entre los niños de todas las culturas. Se dice que llegó a nuestro país desde Europa en la época colonial.

La Perinola

La perinola es un objeto compuesto de dos partes: la superior o cabeza y la base o mango, ambas sujetas y unidas por una cuerda. Este juego consiste en tratar de ensartar la parte superior en la base o viceversa, de forma lenta o rápida, según sea el gusto del jugador. Para Rebollo (2012), lo considera con el término “martillito”, Se sujeta la base y se deja en reposo la parte superior, tratando luego de ensartarla agitando la mano hacia arriba y hacia abajo, simultáneamente, halando la perinola en dirección a la base. Una vez ensartada se trata de hacerla salir con el dedo pulgar en forma rápida y sucesiva, para intentar ensartarla nuevamente.

También se puede jugar lento, al sujetar la base de la perinola, dejándola reposar para luego intentar ensartarla balanceándola hacia adelante e impulsándola hacia arriba. Se sujeta la cuerda por la mitad, tratando de ayudar a que la parte superior entre con mayor facilidad en la base. Luego, se trata de sacar dándole una o más vueltas sobre sí misma. La estructura de la Perinola consta de tres elementos los cuales son los siguientes:

Un impulsador, que consiste en un palo redondo alargado de madera que tiene tres partes, a saber: el boleador en la parte inferior de mayor longitud, en el que se coloca la mano del jugador; el centro de seguridad, que es más grueso que el impulsador y el eje, ubicado aproximadamente a las tres cuartas partes y cuyo propósito es detener la caída del mazo y la vara o eje en la parte superior de menor longitud, en la que debe caer el hueco del mazo.

Así mismo, en la perinola se ubica un mazo en forma de barrilito, con un orificio central relativamente grueso en su parte inferior, en el cual debe encajar el eje del impulsador en el desarrollo del juego, y un orificio delgado en la parte superior, en donde va a encajar la cuerda con un nudo doble para atorar correctamente. El mazo es muy pesado en relación al peso del impulsador. Por último, una cuerda que comunica los dos anteriores y permite bolear el mazo con el impulsador. Debe ser de un material relativamente resistente, normalmente de nylon, proporcional al peso del mazo.

El modo de juego de la perinola es por ensayo-error hasta incrustar la vara del impulsador en el hueco del mazo, pudiendo hacer luego de ello otras maniobras, como impulsarlo nuevamente desde el mazo para incrustar otra y otra vez tantas veces como sea posible, lo que en algunos lugares se conoce como hacer "coronitas" o "capiруchos".

El proceso es como se describe: con la mano hábil se sostiene el impulsador de forma vertical del que cuelga por un cordón el mazo boca abajo. La tirada inicial, de aprendizaje, consistirá siempre en elevar el mazo de manera vertical y mover el impulsador adecuadamente hasta que el eje incruste en el hueco del mazo. Luego en etapa más desarrollada, con el movimiento del brazo el emboque comenzará a adquirir un movimiento oscilante, con lo que el mazo debe ser lanzado al aire y en un momento específico se le da un tirón, con la idea de que el mazo sea el que incruste en el palito o vara del impulsador. Esto se conoce como el "emboque".

Así, existen diferentes tipos de embocada que se, puñalada, o dominio de revés. Se juega de manera individual ganando mucho entretenimiento o con más personas. Se puede jugar a "cien" o puntos establecidos. Gana quien haga más emboques acertados ininterrumpidamente o bien quien logre más puntos en un tiempo establecido equitativamente. Es un juguete muy popular, es practicado en todo el territorio nacional venezolano.

El Yo-yo

Es un juguete elaborado en madera o plástico, que consta de dos partes iguales separadas por un corte hecho alrededor del mismo, por donde pasa una cuerda (guaralillo) que mide aproximadamente tres metros. Esta se anuda al dedo del jugador, quien luego de enrollar el guaralillo en el corte que divide las dos tapas, lanzará el Yo-yo para hacerlo descender, ascender y girar sobre sí mismo, dependiendo del estilo y modalidad seleccionada por éste.

El origen del Yo-yo, data de que el mismo existía ya hacia el año 1000 antes de Cristo en China, donde se utilizaba como instrumento hipnótico. Sin embargo, en su origen, el yo-yo del que deriva el juguete actual era un artilugio de caza, similar al de las boleadoras de los gauchos, que los tagalos de Filipinas llevaban usando durante más de 400 años. Eran grandes y tenían bordes cortantes y tacos y estaban atados a

largas sogas. Hacia el 1800 el yo-yo llegó a Europa como una versión en forma de juguete de esta arma. A Estados Unidos llegó en la década de 1860, pero no fue hasta la década de 1920 cuando se popularizó. Pedro Flores, un inmigrante filipino, fue la primera persona que comenzó a producir yoyos en grandes cantidades. Los juguetes de Flores llevaban el nombre de yoyo.

En lo que respecta a la estructura del Yo-yo, se puede decir que es un juguete elaborado en madera o plástico, que consta de dos partes iguales separadas por un corte hecho alrededor del mismo, por donde pasa una cuerda que mide aproximadamente tres metros. Su modo de juego es que la cuerda se anuda al dedo del jugador, quien luego de enrollarla en el corte que divide las dos tapas, lanzará el Yo-yo para hacerlo descender, ascender y girar sobre sí mismo, dependiendo del estilo y modalidad seleccionada por éste.

Existen varias modalidades para jugar Yo-yo, pero las más comunes son: el perrito que consiste en lanzar el Yo-yo hacia abajo, tratando que el mismo se deslice sobre la cuerda, luego, se deja correr por el piso, procurando incorporarlo al ritmo normal del juego, la otra forma es de columpio, una vez lanzado el Yo-yo se deja deslizar, sujetando la cuerda un poco menos de la mitad. Con el otro extremo de la cuerda se forma un triángulo, y se introduce el Yo-yo en el centro, dejándolo balancear, para luego incorporarlo al ritmo normal del juego.

Carreras en sacos

Es una carrera donde los participantes cubren sus piernas con unos sacos que deben sostener con sus manos. Para avanzar sólo es válido saltar, sin soltar el saco. El primero en llegar a la meta es el ganador. Este juego se puede realizar en equipos y también individualmente, los participantes se colocarán en la fila con los pies dentro de los sacos, tras una línea de salida.

Pueden jugar por vueltas en casos de equipos o bien contra reloj si es individual, a la señal de salida avanzaran a la meta, el participante que llega primero será el ganador, en caso de que se esté jugando en equipos, el primer participante deberá correr una distancia destinada y regresar a la línea de partida para que pueda salir su compañero de equipo. Si se puede se recomienda jugar en una zona o área verde para la seguridad de los jugadores, si la persona se cae debe levantarse en el mismo lugar y continuar jugando. Ganará aquel equipo en que los integrantes hagan todo el recorrido primero y si fuese individual aquel que llegue en menor tiempo.

La Zaranda

El juego de la zaranda es definido por Méndez (2014), como una especie de trompo grande que emite un zumbido al girar. Se juega principalmente en la época de Semana Santa o días santos. Su nombre proviene de una mata de cuyo fruto seco la fabrican. Este juguete es originario de los indios nativos (guaiqueríes, guamonteyes, arahuacos, tamotes, tamanacos, caribes, palenques, entre otros).

El cuerpo de la zaranda se hace con el fruto de una mata llamada camaza, totuma o zaranda, semejante a una tapara alargada, la cual se atraviesa por un palo recto, de forma cilíndrica, tal como en las maracas. Se le hace un orificio en uno de los lados que sirve para producir un sonido roncador. También se le dibujan figuras ornamentales, labradas y pintadas, en uno de sus extremos, tiene una cabuya, la cual a su vez tiene una paleta que funciona como soporte para la cabuya.

El modo de jugar la Zaranda va depender del lugar donde se juegue, la época del año o común acuerdo entre los jugadores la zaranda puede jugarse de varias maneras, pero por lo general la zaranda es bailada por las mujeres y son los hombres los que le dan la zarandeada con sus trompos. Para hacer bailar (girar) la zaranda se utiliza un cordel y una paleta con un orificio en el extremo. Se enrolla el cordel en el palo de la zaranda y la punta que queda se pasa por el huequito de la paleta. Luego se

pone la zaranda en el suelo y, manteniendo la paleta muy cerca de ella, se hala el cordel rápidamente para que comience a bailar.

Se hacen competencias de baile de zarandas basadas en la sonoridad de cada una y por el tiempo que demoren bailando. A veces con una hábil maniobra se levanta del suelo mientras baila y se coloca en la palma de la mano. Este baile forma parte de los juegos tradicionales de Semana Santa. Se identifica más con el sexo femenino, debido a que su danza asemeja a una bailarina con danza serena, sólo se vuelve tosco cuando lo acompaña el trompo y se emprende entre ambos un combate cuando las mujeres se colocan en círculos y bailan su zaranda y los hombres lanzan sus trompos para destruir la zaranda.

Una variante del juego es en épocas de velorios del Santo, que son rituales religiosos que se acostumbran realizar con motivo de agradecer favores o milagros que le han hecho a un ser querido. En este ritual las mujeres lanzan y bailan sus zarandas y el hombre lanza su trompo para pegarle a la zaranda de la mujer que le gusta, si la destruye la mujer será su novia por esa noche.

Otra variante del juego es que se agrupan 6 a 10 hembras al igual número de varones, lanzan sus zarandas y los trompos si quedan zarandas sin destruir ganan las mujeres y si las destruyen todos ganan los hombres. Se tiene una creencia que cuando los niños juegan la zaranda y esta se rompe, es mal presagio, e indica que algo malo va a pasar y votan la zaranda.

La Rayuela

Este juego se realiza en un espacio amplio donde se pueda dibujar el diagrama de la rayuela, el cual debe tener los números del 1 al 10 (de menor a mayor) en cada cuadro. El participante se coloca fuera del dibujo y lanza la piedra al cuadro con el número #1, luego saltando en un pie, entra al cuadro recoge la piedra y la lanza de

nuevo y continua saltando a los demás espacios o cuadros, en donde hay dos cuadros se pone los dos pies uno en cada cuadro (por ejemplo: 2-3, 5-6) cuando se llega al cuadro final (#10) se dará vuelta regresando de la misma forma a la primera casilla (#1). Se repite lo mismo, pero cada vez debe lanzarse la piedra a un número distinto, se descalificara al jugador que toque el suelo o la línea del dibujo, no se puede cambiar de piedra y gana el jugador que recorra más veces la rayuela.

El origen de la Rayuela aún no se conoce con exactitud, pero se lo relaciona con los juegos lineales conocidos en tiempos de las civilizaciones egea, griega y romana. Según una de las versiones que se conocen, la rayuela fue inventada por un monje español, que quería simbolizar en este juego el comienzo de la vida, la vida misma, con sus dificultades y alternativas, y la muerte, en la antesala de la cual aparecen el infierno y el purgatorio, etapas previas del cielo, la meta final. Esto hace pensar que la rayuela pudo haber tenido un sentido astrológico concreto.

En cuanto a la estructura y modo de juego se puede anexar que se necesita tiza, una piedrita y un espacio de aproximadamente 75 centímetros por 150 centímetros, se dividen seis superficies iguales y se numeran del 1 al 6. El juego comienza tirando una piedra o tejo pequeña en el cuadro número 1, empujándola con un solo pie al 2, luego al 3, evitando que la piedra se plante en la raya que delimita los cuadros o salga fuera de ellos. En el cuadro 3 se descansa (se apoyan los dos pies), luego se pasa al 4, al 5, y por último al 6, cuadro denominado el mundo, finalizando el juego.

Otra forma de jugar a la rayuela es tirando la piedra dentro de la casilla uno, sin que toque los bordes. Se salta a la casilla dos en un pie, y en esa misma posición se recorre casilla por casilla hasta llegar al cielo. En el cielo se descansa (se apoyan los dos pies) y se hace el recorrido inverso. Al llegar a la casilla 2, siempre en un solo pie, se recoge la piedra de la casilla 1, y se la saltea, finalizando esa ronda. Las rondas

siguen igual, pero arrojando la piedra en la casilla 2, y en las demás sucesivamente. En la última ronda la piedra se arroja al cielo. Si se comete alguna falta, el turno pasa al siguiente jugador. Quien primero complete sin faltas las diez rondas gana el juego.

Otra versión de la Rayuela, es que los jugadores empiezan el juego en la casilla número 1, debiendo pasar las tres primeras en un solo pie y si tocar las líneas divisorias. Al llegar al casillero número 4 descansan (apoyan los dos pies); luego pasan a la casilla 5, 6 y 7 en un solo pie; de esta casilla deben pasar en un solo pie hasta el purgatorio sin tocar el infierno. En la casilla 8 se puede descansar, y de allí se pasa al cielo en un solo pie. En el cielo se descansa, y se vuelve a la casilla número 1 siguiendo el mismo procedimiento anterior. El que consigue salir de la rayuela sin ninguna falta gana un descanso que lo coloca donde quiera. Quien consigue más descansos luego de un determinado tiempo o número de rondas, gana el juego.

En el suelo se dibuja una plataforma con diversas categorías. La partida comienza cuando el primer jugador tira un tejo en la primera división trazada en el suelo. Luego, debe saltar en un pie hacia dicha categoría, recoger el tejo siempre en un pie y volver hacia la partida. Si lo consigue, intentará con la segunda categoría; si no, cederá su turno.

Beneficio de los juegos tradicionales

Es importante señalar que el juego no es una idea nueva pues se practica en diferentes países para promover actividades lúdicas en la formación de las personas y de los profesionales. Al respecto, Moreno (2012), destacó que el juego humano no es un tipo de comportamiento exclusivo de la niñez, el hombre juega durante toda su vida de varios sentidos y formas, presentándose bajo circunstancias y modos diferentes, al escoger cualquier juego es importante conocer las capacidades motrices, cognitivas y afectivas de los niños ya que son ellos los que determinan principalmente el juego a aplicar y así ofrecer las posibilidades necesarias para que los estudiantes

movidos por el interés que le produce el juego y así potenciar al máximo sus destrezas, habilidades y conocimientos.

A esta afirmación no escapan los juegos tradicionales, ya que desde épocas remotas se abre y se cierra un mundo infantil, es decir un mundo de fantasía donde el objetivo principal es el disfrute y goce de las actividades realizadas con o sin juguetes, y es allí, donde realmente nacen los juegos tradicionales de cada país o región, puesto que los mismos han sido creados y difundidos de generación en generación por los mismos individuos que se han visto involucrados en dichos juegos. Es por ello que se ha evidenciado que los juegos tradicionales se mantienen a través del tiempo, aunque en la actualidad no con el uso de frecuencia como en épocas anteriores, a pesar de que estos ofrecen grandes beneficios a la humanidad.

Por su lado, García (2013), señala que el mundo del juego tradicional, no es un mundo hermético ni oscuro, sino que el mismo como cualquier otro ámbito nace de la realidad que rodea al niño, de la cual toma sus elementos y nunca se aleja de ella más que lo preciso para volver a ella de nuevo, recrearla y enriquecerla. La fantasía de los niños pequeños no es tan loca ni tan fantástica, su fantasía se alimenta de la interesante y desconocida realidad y gracias a ella crece y se hace rica, así pues, no se cree necesario separar dos mundos, el del juego tradicional y la realidad, para comprender la actividad lúdica.

El juego tradicional supone según Trigo (2014), “un hacer sin obligación” (P.75). De tal forma que esta capacidad de hacer refleja para el propio niño y para los que le rodean la dimensión humana de la libertad frente al azar y la necesidad. Es por ello, que el juego tradicional es un factor de desarrollo, donde se puede fortalecer según Lavega (2011), aspectos tales como el lenguaje a través del juego tradicional se ejercita la libertad de elección y de ejecución de actividades espontáneas, proporcionando al ser humano la dimensión de ser libre, activo y seguro.

Igualmente, contribuye al dominio del cuerpo sobre el espacio, permitiendo la regulación de las distancias adecuadas entre el niño y los otros (dominio del espacio), logrando el reconocimiento psicomotor de su propio cuerpo. Así como también, coadyuva a la comprensión de normas o reglas sociales, permitiendo de forma concreta que los niños y niñas comprendan las reglas o normas que prescriben las actividades y el proceso humano.

Así mismo, ayuda a lograr un equilibrio emocional, pues la práctica de los juegos tradicionales proporciona una gama de sensaciones y emociones personales que resultan benéficas en el ámbito emocional. También, ayuda a un desarrollo psicomotor, ya que desde el punto de vista de Trigo (2015), “son ideales para potenciar el desarrollo psicomotor del individuo, gracias a los movimientos que involucran, permitiendo poner a prueba y experimentar todo su potencial motriz, determinando sus capacidades” (p.58). Entre los más destacados como juegos psicomotores se ubica los que llevan consigo correr y saltar.

Por otra parte es de señalar que los juegos tradicionales permiten fortalecer tanto las habilidades motoras gruesas, como las habilidades motoras finas, ya en los diversos juegos se involucran tanto los músculos grandes como los más pequeños. Para el desarrollo de la motricidad gruesa se ubican todos los juegos tradicionales, y entre los que desarrollan mayormente los músculos más pequeños se encuentran las metras, el yoyo, el trompo, la elaboración del papagayo entre otros.

Para culminar con los beneficios de los juegos tradicionales, se exalta el fortalecimiento a la destreza del movimiento, ya que el solo hecho de realizar el juego implica movimiento–acción, lo que conduce a mejorar cada vez más todos y cada uno de los movimientos implícitos en cada uno de los juegos a desarrollar. De igual manera, se adjunta el aporte que hace al desarrollo cognitivo.

En relación a lo anteriormente expuesto, se infiere que los juegos tradicionales brinda una gran cantidad de aportes para mantener el cuerpo en óptimas condiciones de funcionamiento y salud, y a su vez se desarrolla actividad física con carácter de juego que adopta forma de lucha consigo mismo o con los demás, donde se puede constituir una confrontación con los elementos naturales.

Todo esto, conlleva a los juegos tradiciones, como los juego de primera índole de importancia, ya que le permite al ser humano realizar actividades con finalidades muy particulares como lo es la distracción, conllevando a un sano desarrollo integral del niño y la niña, en los aspectos sociales, físicos, psicológicos y emocional; lo que indica que los juegos tradicionales brinda realmente aportes significativos a nivel educativo, por esta razón se considera la necesaria inclusión constante en tan importante área de conocimiento como lo es la educación física, deporte y recreación.

Los juegos tradicionales como herramienta pedagógica

Mediante el juego tradicional, el niño es socializado e instruido acerca de las raíces de su pueblo, de una manera amena y divertida. El niño ante el juego tradicional solo lo aprende y practica sin preocuparse de lo antiguo de su origen. Esto es de suma importancia para seguir preservando la cultura de un país. No obstante, Rivera (2014), menciona que la visión creciente de los juegos y juguetes extranjeros apoyados por los medios masivos de comunicación, está desplazando a los juegos tradicionales, a los juguetes tradicionales sencillos, pero bellos en su ingenuidad, han sido remplazados por juguetes de plásticos durables e impersonales, exentos de creatividad personal.

Por otro lado, Barbán (2013), señala que en los juegos tradicionales, son cada vez más escasos en cuanto a su práctica y desarrollo, los niños venezolanos que juegan el trompo, de igual manera los que se toman el trabajo de aplanar una tapita de refresco para hacer un “gurrufío”. Para que el docente pueda aprovechar

debidamente en la enseñanza que le brinda el folklor es importante que conozca los valores nacionales y regionales. La mejor herramienta que el docente pueda utilizar para contribuir con el desarrollo de los movimientos de psicomotricidad fina es la práctica de los juegos tradicionales

Así mismo menciona que los juegos tradicionales, son aquellos que no están descritos en ningún libro especial, ni se pueden comprar en ninguna juguetería (quizás algunos elementos). Son juegos que aparecen en diferentes momentos o épocas del año, que desaparecen por un período y vuelven a surgir. Con frecuencia en las clases de educación física, se destaca el origen, historia del beisbol, basquetbol; prácticamente obviando los juegos tradicionales que también tienen su origen y su historia. Incorporar sus vivencias de manera teórica-práctica a la educación física sirve para dignificar a las personas individualmente y como pueblo colectivamente, las metras el trompo, las pelotas, el papagayo, perinola; no son diferentes ni superiores a otros juegos.

Los juegos tradicionales, ayudan a mantener una cultura tradicionalista de cada región o pueblo como también pueden ayudar a cumplir el programa e inclusive desarrollar habilidades, destrezas y conocimientos adicionales. Asimismo, reivindicar, valorar y considerar como muy valioso e importante el movimiento corporal creado, practicando teóricamente por el pueblo.

Los juegos tradicionales, se prestan para facilitar al docente una clase agradable y amena, requiriendo recursos de bajo costo y/o reciclables, aportados por los propios estudiantes y representantes, de fácil elaboración, además de aportar un extraordinario aprendizaje en cuanto a su proceso de diseño y construcción. Finalmente puntualizar la inclusión de los juegos tradicionales en las diferentes partes de una clase de educación física, dependerá de su propia dinámica, de la

situación y desarrollo particular de las clases, así como de la especificación de cada contenido programático.

Así mismo, por formar parte los juegos tradicionales a la recreación, se tiene como aporte pedagógico de estos el contribuir a dinamizar los procesos de enseñanza-aprendizaje, y generar aperturas para la expresión del afectos, sensibilidades, cogniciones, emociones que sirvan de medios equilibrantes de las tensiones escolares y al mismo tiempo que favorezcan la construcción de conocimientos y valores compartidos. Igualmente ayuda como práctica des-rutinizadora de las dinámicas escolares y en el marco de una educación integral, contribuyen al desarrollo de capacidades y habilidades que fomentan el respeto hacia sí mismo y hacia los otros.

Habilidades físicas

Son aquellas condiciones que posee el hombre para realizar cualquier actividad motora, para Navarro (2014), considera a las habilidades físicas básicas como movimientos básicos o fundamentales que se adquieren durante el periodo preescolar (2 a 5 años) y se establecen o perfecciona en el periodo escolar (6 a 12 años), y constituye la base de las demás habilidades específicas. Existen diferentes clasificaciones de las habilidades básicas. De tipo locomotor, no locomotor y de proyección o recepción.

Los dos primeros hacen referencia a movimientos en los que solo se mueve el propio cuerpo. El tercer grupo es con un móvil y es más complejo. Es característico en los deportes con implementos. Estas habilidades, se requiere gran exigencia de los mecanismos de percepción. El desarrollo de las habilidades básicas es propio del periodo escolar, sin embargo, podría trabajarse en edades más avanzadas si existiera algún tipo de deficiencia o falta de coordinación muy grave, o necesidades de afianzamiento.

Todos los movimientos del cuerpo humano por complejo que sea, resultan de una combinación de alguna de las habilidades básicas. Lo normal o más adecuado para desarrollar las habilidades básicas es el juego, donde además de trabajar sobre la propia ejecución se trabaja sobre mecanismos de decisión. Cuando la ejecución es demasiada compleja a veces es necesario trabajar por medio de la instrucción directa.

Las capacidades físicas básicas son condiciones internas de cada organismo, determinadas genéticamente, que se mejoran por medio de entrenamientos o preparación física y permiten realizar actividades motoras, ya sean soberanas o deportivas y para Ramírez (2015), son las siguientes:

La flexibilidad: permite el máximo recorrido de las articulaciones gracias a la extensibilidad de los músculos que se insertan alrededor de cada una de ellas. Es una capacidad hormonal que se pierde con el crecimiento. La flexibilidad de la musculatura empieza a decrecer a partir de los 9 o 10 años si no se trabaja sobre ella; por eso la flexibilidad forma parte del currículo de la Educación Física, ya que si no fuera así supondría para los alumnos una pérdida más rápida de esta cualidad.

Para desarrollar la flexibilidad existen diversidad de métodos, en esta oportunidad se asume el propuesto por Muñoz (2014), donde se ubican los métodos dinámicos, que al ejecutante por sí solo, a través de las repeticiones, consigue las posiciones deseadas. Para ello, se debe hacer estiramientos balísticos que consisten en balanceos de una pierna. También, estiramientos activos – libres, semejante al anterior, pero el movimiento es más pausado.

El otro método que avizora el autor es el estático, usado cuando se alcanzan las posiciones límites por si solo o con ayuda del compañero. Son más efectivos que los dinámicos, ya que mantienen el estiramiento el tiempo suficiente para que se produzcan las adaptaciones correspondientes. Aquí se ubica el Stretching de Anderson, que trata de conseguir una posición de estiramiento y mantenerla el tiempo

suficiente para que se produzcan las modificaciones. Normalmente, se trabaja de forma Asistida (por pareja). Para finalizar, se enuncia los métodos combinados que presentan una parte estática y otra dinámica.

La fuerza: consiste en ejercer tensión para vencer una resistencia, es una capacidad fácil de mejorar. Hay distintas manifestaciones de la fuerza: si hacemos fuerza empujando contra un muro no lo desplazaremos, o que entre las partes de los brazos y las piernas estén grandes o remarcadas, pero nuestros músculos actúan y consumen energía. A esto se le llama Isométrica. Con este tipo de trabajo nuestras masas musculares se contornean porque se contraen y la consecuencia es que aumenta lo que llamamos “tono muscular”, que es la fuerza del músculo en reposo. Si en vez de un muro empujamos a una persona, si que la desplazaremos, y se produce una contracción de las masas musculares que accionan a tal fin. A este trabajo se le llama Isotónico.

Entre los métodos para desarrollar la fuerza están, los métodos para la fuerza estática que abarca métodos de contraste (alternando con y sin carga), métodos isométricos, métodos combinados (isométrico + Ejercicios concéntricos / pliométricos) y métodos de autocarga. Seguidamente se encuentran los métodos para la fuerza dinámica, que contiene: métodos de esfuerzos dinámicos (Ej: Arrastres por pareja), métodos de repeticiones, métodos combinados (excéntricos + Ejercicios concéntricos / pliométricos), métodos pliométricos (saltos), métodos de contraste (alternando con y sin carga), método de resistencia a la fuerza.

La resistencia: es la capacidad de repetir y sostener durante un tiempo determinado un esfuerzo de intensidad bastante elevada y localizada en algunos grupos musculares. Depende en gran parte de la fuerza de los músculos, pero también del hábito de los grupos musculares usados prosiguiendo sus contracciones en un estado próximo a la asfixia, pero sin alcanzar un estado tetánico. En esta forma de

esfuerzo, la aportación del oxígeno necesario a los músculos es insuficiente. No pueden prolongar su trabajo si no neutralizan los residuos de las reacciones químicas de la masa muscular. El organismo se adapta a la naturaleza del trabajo gracias a la producción de sustancias que impiden los excesos de ácidos y mediante el aumento de sus reservas energéticas.

Como métodos para el desarrollo de la resistencia se encuentran los continuos que comprenden: carrera continúa uniforme, carrera continua variable, farlec sueco. De igual manera, se sitúan los métodos fraccionados que abarcan interval training, circuit Training. Por último están los métodos de repeticiones.

La velocidad: es la capacidad de recorrer una cierta distancia en un mínimo de tiempo. Los factores que determinan la velocidad son de orden diferente: una es muscular, en relación con el estado de la fibra muscular, su tonicidad y elasticidad, o sea, la constitución íntima del músculo; la otra es el nervio, se refiere al tiempo de reacción de la fibra muscular a la excitación nerviosa. También se considera la coordinación más o menos intensa de una persona como un factor importante para su velocidad de ejecución.

Estas cualidades físicas están desarrolladas de forma diversa en cada persona de acuerdo con el esfuerzo que debe realizar diariamente o en su actividad deportiva, en conjunto determinan la condición física de un individuo. No obstante, para su cabal desarrollo se requiere de la estimulación de los docentes en sus espacios de trabajos, por ello la propuesta que plantea la autora del estudio a manera de lograr una verdadera formación integral del hombre del hoy y mañana requerido así por la sociedad para su avance y progreso.

Entre los métodos para el desarrollo de la velocidad se encuentra inicialmente el método de reacción repetida con carreras cortas o muy cortas de 10-15 metros con recuperaciones totales, salidas de diferentes posiciones y mismo estímulo.

Igualmente, están los métodos fraccionados como son el Idem al anterior, pero variando las situaciones en las que se da el estímulo. Ahora bien, entre los métodos para mejorar la capacidad de aceleración dentro de la velocidad de desplazamiento se tienen los ejercicios de multisaltos, así como los trabajos en cuestas cortas, arena, entre otros.

La Educación Física

La Educación Física pretende ante todo el aspecto corporal del ser humano, así como el desarrollo y perfeccionamiento de sus cualidades naturales, influyendo con ello de forma activa el medio ambiente teniendo como resultado desarrollo integral, así como su formación general del individuo desde el momento que se le proporciona estimulación cognoscitiva, afectiva y motriz, permitiéndole la adquisición de habilidades, actitudes y hábitos para coadyuvar a su desarrollo armónico mediante actividades acorde a sus necesidades e intereses en las diferentes etapas de la vida.

Según Vizuite (2013), la educación física, es una disciplina de carácter pedagógico que tiene como medio a los deportes y que se conjugan con actividades físico recreativas para desarrollar armónicamente las capacidades y habilidades del individuo, y que permitirán un mejor desenvolvimiento en su vida diaria. A través de ella, se le enseña al niño a conocer su aspecto corporal, a ser autónomo en sus movimientos, a realizar ejercicios en su vida diaria que lo guiaran a una vida sana, le inculcará los hábitos de higiene así como también querer a la naturaleza. Por lo tanto, la Educación Física es la disciplina pedagógica que mediante la actividad física, tiende a la eficiencia del movimiento desde las habilidades motrices más simples hasta las más complicadas, con la finalidad de propiciar y conservar el equilibrio de la capacidad funcional del educando.

También es de mencionarse, que la Educación Física es ante todo una educación, no un adiestramiento corporal, ya que no solo atañe al cuerpo, sino también a la persona pues por este medio lo que se pretende en el ser humano, es el enriquecimiento integral de él mismo. Las actividades que realiza el educador en la clase de educación física deben de favorecer las habilidades motrices así como el desarrollo de su esquema corporal por medio de situaciones de juego, técnicas de recreación, iniciación al ritmo y actividades permanentes. Por lo que el profesor necesita conocer y atender las características tanto sociales, psicopedagógicas y biológicas del niño para que así de esta manera pueda organizar y promover las actividades didácticas de una forma congruente y así ayude al enriquecimiento de la armonía y buen funcionamiento orgánico e incrementar las habilidades motoras del niño obteniendo así el máximo aprovechamiento tanto físico y mental.

Por todo lo antes dicho, Gut (2012) opina, que se puede llegar a la definición de la educación física, es de carácter pedagógico, y que va dirigida al desarrollo y perfeccionamiento del ser humano, tanto físico y mental; así como también cabe señalar que esta materia es de suma importancia, para la buena salud de la persona, pues apoya para favorecer el desarrollo integral del ser humano.

Ahora bien, para lograr una acción educativa a traves del movimiento, se debe contar con la formulación de objetivos que la orienten y la encausen; ya que estos son los propósitos concretos de las metas que se pretenden alcanzar en la obra educativa, todo esto tiene gran importancia pues radica alrededor de las etapas de planeación, realización y evaluación del proceso pedagógico mediante la actividad físico-deportivas.

Según García y otros (2013), señala que el principal fin de la educación física es el perfeccionamiento del hombre, para la consecución de dicho objetivo se encuentran ciertos objetivos generales, estos propósitos son los que orientan u dirigen

la formación en la clase de educación física. Los objetivos de más relevancia para la educación física son estimular los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor: esquema corporal, literalidad, equilibrio, nociones espacios temporales, coordinación motriz. Además de estimular el proceso de crecimiento y desarrollo del individuo.

Igualmente se tiene como objetivo el contribuir a través del ejercicio el desarrollo y la preservación de un estado de salud general óptimo, fomentar a través de las actividades fíicodeportivas el proceso de socialización promoviendo la convivencia cordial y alegre, por medio de actividades donde refuerce las conductas de respeto, solidaridad, cooperación y conciencia de grupo; así como estimular el desarrollo psicológico, propiciando la agilidad mental así como la seguridad y la estabilidad emocional del individuo.

Para concluir, se enuncia el favorecer en el individuo la incorporación de valores morales y el despliegue completo y armonioso de las capacidades humana, tanto físicas, psíquicas, sociales y morales, que le brindan al hombre un bienestar individual y colectivo, garantizando una mejor calidad de vida.

Bases legales.

El presente estudio se fundamenta en diversos instrumentos legales como son primeramente el Manifiesto Mundial de la Federación Internacional de la Educación Física (2005), que expone en su artículo N° 3:

Las actividades físicas, con fines educativos, en sus posibles formas de expresión, reconocidas en todos los tiempos como los medios específicos de la Educación Física, se constituyen en caminos privilegiados de Educación”. Por lo tanto, es un componente que no se debe aislar del proceso, de ahí que, si el niño o niña no trae una base

bien sustentada de los aprendizajes motores o no se le brinda la oportunidad de desarrollar sus potencialidades motoras en su nivel crucial como es el preescolar, sus posibilidades de éxito en las destrezas que requiera para desenvolverse en la vida real serán precarias. (s/p).

En lo estipulado anteriormente se deja ver de forma general la importancia de la Educación Física en los diferentes niveles y modalidades educativo, en busca de lograr una verdadera condición física del individuo que inicia en sus primeros años de estudios como es el preescolar, y que a medida que avanza debe perfeccionarse.

Seguidamente se menciona la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, (1999), estamento que señala en su artículo N° 111, que:

Todas las personas tienen derecho al deporte y la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El estado asumirá el deporte y la recreación como política de educación y salud pública y garantizará los recursos para su promoción. La educación física y el deporte cumplen un papel fundamental en la formación integral de la niñez y adolescencia. Su enseñanza es obligatoria en todos los niveles de la educación pública y privada hasta el ciclo diversificado, con las excepciones que establezca la ley. El estado garantizará la atención integral de los y la deportista sin discriminación alguna, así como el apoyo al deporte de alta competencia y la evaluación y regulación de las entidades deportivas del sector público y del privado, de conformidad con la ley. (p. 38)

En este artículo se puede apreciar que el Estado cuenta con una parte legal concreta y completa en cuanto a la Educación Física se refiere, solo queda de parte del docente y específicamente en primaria lograr que estos no queden en el olvido. Para lo cual deberá valerse de diferentes estrategias y herramientas, siendo los juegos tradicionales una de ellas.

De igual manera en el artículo N° 63 de la Ley Orgánica para la Protección del Niño y del Adolescente (2009), establece el derecho al descanso, recreación, esparcimiento, deporte y juego.

Parágrafo Primero: El ejercicio de los derechos consagrados en esta disposición debe estar dirigido a garantizar el desarrollo integral de los niños y adolescentes y a fortalecer los valores de solidaridad, tolerancia, identidad cultural y conservación del ambiente. El Estado debe garantizar campañas permanentes dirigidas a disuadir la utilización de juguetes y de juegos bélicos o violentos.

Parágrafo Segundo: El Estado, con la activa participación de la sociedad, debe garantizar programas de recreación, esparcimiento, y juegos deportivos dirigidos a todos los niños y adolescentes, debiendo asegurar programas dirigidos específicamente a los niños y adolescentes con necesidades especiales. Estos programas deben satisfacer las diferentes necesidades e intereses de los niños y adolescentes, y fomentar, especialmente, los juguetes y juegos tradicionales vinculados con la cultura nacional, así como otros que sean creativos o pedagógicos. (p.46)

En tal sentido, se debe contribuir a la estimulación de sensaciones y emociones del niño y niña, valorando la recreación como actividad física inmersa en el área de Educación Física involucrando herramientas didácticas y pedagógicas en el nivel de primaria, siendo esta base del sistema educativo venezolano; contando con los juegos tradicionales para lograr tal fin.

Así mismo en el artículo N° 11, Capítulo II de la Ley Orgánica del Deporte, Actividad Física y Educación Física y Educación Física (2011), dice:

Los entes públicos descentralizados desarrollarán en coordinación con el ente rector nacional, las actividades formativas-recreativas de manera que a todos los escolares se les facilite la práctica de la modalidad deportiva que se adapte a sus aptitudes, gustos, capacidades, así como también; a las características geográficas de su entorno. En sus respectivas normativas regularán lo relativo a la organización de los campeonatos escolares de intercurios, municipales, distritales y

estadales con la participación de estudiante de los centros educativos en su respectivo ámbito. (p. 5)

Por consiguiente, esto quiere decir que la educación física por proyecto de Ley debe atender a los niños y niñas en sus necesidades e intereses, favoreciendo la práctica de la misma a través de experiencias en su entorno que involucren actividades que a su vez incrementen su desarrollo, por todo esto no se debe olvidar la inclusión de estrategias didácticas y pedagógicas que favorezcan el desarrollo de la educación física en el nivel de primaria.

De igual forma, el Ministerio del Poder Popular para Educación (2007) en el Diseño Curricular de Educación Primaria señala que la educación Física debe desarrollar el aspecto recreativo en el contexto multiétnico y pluricultural de las poblaciones del territorio nacional, a sí mismo, señala como contenido programático el desarrollo de actividades físicas grupales: juegos cognoscitivos, tradicionales y pre deportivos.

A tal efecto, esto quiere decir que la educación física y los juegos tradicionales por proyecto de Ley debe atender a los niños y niñas en sus necesidades e intereses, favoreciendo la práctica de la misma a través de experiencias en su entorno que involucren actividades que a su vez incrementen su desarrollo, por todo esto, no se debe olvidar la importancia de los juegos tradicionales en las clases de Educación Física del nivel de primaria del sistema educativo venezolano.

Como se puede apreciar, el presente trabajo de investigación posee sustento legal desde estamentos internacionales como nacionales, de allí que se emprenda hasta su cabal desarrollo que consiste en un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Definición de términos

Capacidades físicas: Para Ramírez (2015), “son condiciones internas de cada organismo, determinadas genéticamente, que se mejoran por medio de entrenamiento o preparación física y permiten realizar actividades motrices” (p.65).

Conocimiento Corporal: Desde la óptica de Vizúete (2013), “es lo que se denomina esquema corporal; puede afirmarse como la organización de sensaciones internas y externas (ligadas al cuerpo), en relación constante con los datos del medio circundante o externo que incluye a los demás y a los objetos” (p.72).

Deporte: Según Moreno (2012), “es una actividad divertida, liberal, espontánea, desinteresada, exención de espíritu y el cuerpo generalmente en forma de lucha, por medio del ejercicio físico más o menos sometido a reglas” (p.23).

Desarrollo motor: En ideas de Muñoz (2014), “es un conjunto de cambios y transformaciones motrices que el individuo experimenta durante su vida, como resultado del proceso de crecimiento, maduración y aprendizaje” (p.92).

Didáctica: Bajo la postura de García y otros (2013), “es la organización de métodos y técnicas por parte del docente, donde éste debe contar con un extenso campo de conocimientos y propuestas teóricas y prácticas que se centren en el proceso enseñanza-aprendizaje” (p.69).

Destreza: En ideas de Aponte (2013), “es un rasgo general, estable, que facilita la actuación de un individuo en una gran variedad de tareas” (p.40).

Educación: Para Aranda (2011), “consiste en ejercer influencia sobre estructuras que están en pleno proceso de formación y maduración, determina la posibilidad de actuar directamente sobre los procesos y cualidades que dependen de esta estructura y no

hace más que confirmar la enorme trascendencia que tiene la edad preescolar para el ser humano” (p.84).

Equilibrio: Según Rodríguez y otros (2011), “constituye un delicado y complejo sistema donde intervienen datos visuales y mensajes provenientes del interior del cuerpo, si ellos interactúan correctamente el cuerpo será capaz de organizar y reorganizar constantemente el equilibrio” (p.63).

Integración: Desde la visión de Rivera (2014), “son las acciones orientadas a cohesionar las personas para que participen, actúen y tomen decisiones” (p.94).

Motricidad: Bajo la postura de Solís (2009), “se referirse al movimiento voluntario de una persona, coordinado por la corteza cerebral y estructuras secundarias que lo modulan” (p.94).

Pedagogía: Según ideas de Trigo (2009), “es la ciencia que estudia la metodología y las técnicas que se aplican a la enseñanza y la educación, especialmente la infantil” (p.60)

Psicomotricidad: En planteamientos de Ruiz (2013), “es el proceso de adquisición de destrezas en la actividad del cuerpo y sus movimientos, donde existe interacción del pensamiento y la actividad motora” (p.67).

Recreación: Para Öfele (2013), “es un conjunto de saberes, actividades y procesos libertarios en la que los sujetos implicados en dicha experiencia cultural, se introducen en la zona lúdica de características neutra, apta para fortalecer el desarrollo de la integridad humana” (p.13).

Valencias físicas: Desde la concepción de Muñoz (2014), “es un conjunto de aspectos que determinan las condiciones físicas de un individuo y tienen características innatas y adquiridas” (p.44).

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Objetivo General: Proponer un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Variable	Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítem
-Plan de Juegos Tradicionales	Es el conjunto coherente de metas e instrumento que tiene como fin orientar las tareas a realizar en cuanto a las muestras autóctonas de un país o una región, donde la sociedad que lo conforma se identifica a nivel cultural	-Estrategia	Necesidad	4,21,1,5
			Recursos	6,18,19,20
			Uso	2,8,9,10
			Ventaja	3,7
-Habilidades Físicas	Son condiciones internas de cada organismo, determinadas genéticamente, que se mejoran por medio de actividades recreativas o preparación física y permiten realizar actividades motoras, ya sean soberanas o deportivas.	-Desarrollo psicomotor	Equilibrio	14
			Coordinación	13,15
			Fuerza	12,16
			Resistencia	11,17

Fuente: Bolaño (2015)

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

Naturaleza de la investigación

En el campo de la investigación científica, es necesario reunir las consideraciones establecidas, los resultados obtenidos y las evidencias encontradas en el diagnóstico, que permitan verificar un modelo de sistema eficaz, objetivo y con una validez inmersa en él, siendo para ello necesario delimitar los procedimientos en orden envolvente, por medio de los cuales se darán respuestas a las incógnitas que surjan en la investigación.

Por esta razón, el marco metodológico de este estudio busca elaborar un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, el cual está encausado en un contexto fáctico y en una escala positivista-cuantitativa, no ameritando según Kerlinger (2011), la comprobación de hipótesis puesto que, su orientación va dirigida a precisar la naturaleza de una situación, su estado real que se presenta en el momento del estudio.

En este orden de ideas, se destacan las características originadas de la situación estudiada de donde se desprenden los objetivos específicos al comienzo de la misma, seguidamente en el marco metodológico se plantean los métodos, formas y procedimientos adecuados en el cumplimiento de técnicas opcionales que sirven para reunir, exponer e interpretar los datos, con el propósito de lograr el objetivo de la investigación.

Tipo y diseño de la investigación

El presente estudio es una investigación de campo, entendiéndose por éste, según el Manual de Trabajos de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales de la UPEL (2014), porque se realizan en forma directa en su ambiente real y natural donde se suscitan los acontecimientos; en este caso la información se obtuvo de las personas implicadas en la problemática. Los datos a recabar se recogieron de acuerdo a lo planteado en los objetivos, para proponer un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

También cabe destacar, que la investigación a la vez se enmarca en la modalidad de proyecto factible, con una fase descriptiva. El Manual de Trabajos de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales de la UPEL (2014), establece que:

El proyecto factible consiste en la investigación, elaboración y desarrollo de una propuesta de un modelo operativo viable para solucionar problemas, requerimientos o necesidades de organizaciones, o de grupos sociales; puede referirse a la formulación de políticas, programas, tecnologías, métodos, procesos. El proyecto debe tener apoyo en una investigación de tipo documental, de campo o un diseño que incluya ambas modalidades. (p.16)

La fase descriptiva se observa a través de la realización de un diagnóstico donde se identificaron las principales debilidades en el desarrollo de las clases de educación física, como lo es la ausencia de realizar juegos tradicionales para fortalecer las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

En opinión de Hernández y otros (2010) señala:

Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis.

Miden, evalúan o recolectan datos sobre diversos aspectos; dimensiones o componentes del fenómeno a investigar. (p. 98)

Los estudios descriptivos acuden a técnicas específicas en la recolección de la información como son la observación, las entrevistas. También se puede utilizar informes y documentos realizados por otros investigadores. Según se ha citado el Manual de Trabajos de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales de la UPEL y en atención a la modalidad de la investigación se introdujeron tres grandes fases en el estudio a fin de cumplir con los requisitos involucrados en un Proyecto Factible:

Primera Fase: Diagnóstica

Se realizó un diagnóstico que permitió cumplir con el primer objetivo específico de la investigación, se logró conocer a través de la aplicación de un cuestionario a los docentes de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, contentiva de veintiún (21) ítems, la necesidad de proponer un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas

Segunda Fase: Estudio de Factibilidad

La presente investigación por estar enmarcada dentro de la modalidad de proyecto factible, se hizo necesario realizar la fase de factibilidad, la cual contribuyó a determinar con base el análisis e interpretación de los resultado, como lo es de responder a una propuesta operativa viable y satisfacer una necesidad de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas. Por ello hubo necesidad de explicar los siguientes

aspectos o sub-fases: mercado, legal, institucional, técnico y económico que se detallan en la propuesta.

Tercera Fase: Una vez detectada la necesidad de diseñar un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas y determinada la factibilidad del proyecto, se tomaron las acciones pertinentes para delinear el contenido y diseño de dicho plan con un sentido de alta calidad y adaptado a la realidad del contexto, con un basamento técnico y científico sólido.

Cabe agregar, que según Álvarez (2012) la modalidad de proyectos factibles utilizada como Trabajo de Grado, implica el cumplimiento de las tres fases mencionadas, y las dos últimas fases (ejecución y evaluación) deberán cumplirse en las Tesis Doctorales.

Población y muestra

Según Balestrini (2011), la “población es un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación” (p.81). En la presente investigación, la población está conformada por 26 docentes sumados los de aulas y especialistas en Educación Física que laboran en la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

En virtud del tamaño de la población, se asumió el criterio manejado por Hernández y otros (2010), quienes sostienen que cuando la población es pequeña y susceptible de ser estudiada en su totalidad, se recomienda manejar una muestra tipo censal la cual está conformada por el número de sujetos que integran la población, en este caso por los 26 docentes de aulas y especialistas en Educación Física de la U.E.

José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Técnica e instrumento de recolección de datos

En función de los objetivos de la investigación y la naturaleza de la misma, la técnica a utilizar es la encuesta, según Bavaresco (2011) ésta es “una técnica de recolección de información más usada, la cual permite interactuar de forma directa con las unidades de análisis seleccionada” (p.48). Para la recolección de los datos se utilizó un cuestionario descriptivo, el mismo, según Hernández y otros (2010), expone:

El cuestionario, es un formulario impreso, con una serie de preguntas ordenadas y lógicas, destinado a obtener información objetiva de una determinada muestra. Un buen cuestionario debe cumplir con ciertas cualidades o requisitos: debe ser corto, sencillo, preciso, concreto, discreto e interesante al proponer temas. (p.112).

Por ello se diseñó y aplicó un cuestionario dirigido a los docentes que se desempeñan en educación primaria de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, el mismo está conformada por veintiún (21) preguntas fraseadas en una escala tipo Likert de cinco niveles de respuestas, variando desde: siempre, casi siempre, algunas veces, casi nunca y nunca, donde se evidenció el estado actual de las habilidades físicas de los educandos y el abordaje que se le da a los juegos tradicionales en la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Validación del instrumento

La Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora, en las normas para la elaboración, presentación y evaluación de los trabajos

de grado (2009), hace alusión a la validez como aquella que “se refiere al grado en que el instrumento realmente mide la variable que pretende medir” (p.64). Por lo tanto, este procedimiento se emplea para conocer si el instrumento mide a las variables planteadas en esta investigación, se sometió a prueba el mismo.

De esta manera, se aplicó dos pruebas, la primera de ella fue la validez de contenido, la cual se realiza antes de la aplicación del instrumento, mediante el juicio de expertos. Para ello se buscaron tres expertos en el área que aborda el presente estudio. En segundo lugar, se realizó la prueba piloto o test preliminar, el cual se realizó a una muestra pequeña con características idénticas y en situación similar a la población pero que no forma parte de ella, específicamente a doce sujetos pertenecientes a la Unidad Educativa Herminio León Colmenares del municipio Barinas estado Barinas.

La información obtenida de la prueba piloto y del juicio de expertos se utilizó para modificar el cuestionario respectivo y para desarrollar el instrumento final de la investigación, donde no se producen cambios sino que se presentan sugerencias al mismo, seguidamente se aplicó a la población de estudio como fueron los docentes de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Confiabilidad del instrumento

Para Martins y Palella (2013), la confiabilidad es “el grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto produce resultado iguales” (p.312), por lo tanto se utilizará el coeficiente de consistencia interna de alpha de Cronbach, que según los autores antes mencionados señalan que requieren una sola administración del instrumento de medición y produce valores que oscilan entre 0 y 1, su ventaja reside en que no es necesario dividir en dos mitades a los ítems del instrumento de medición, simplemente se aplica la medición y se calcula el coeficiente. Para tal

efecto en este estudio se aplicó la siguiente expresión matemática propia del estadístico nombrado anteriormente:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Dónde:

α = coeficiente de confiabilidad

n = Número de ítems

$\sum I^2$ = sumatoria de las varianzas de cada ítems

s^2 total = varianza total del instrumento.

Luego de aplicado el proceso de confiabilidad a cada ítem que conformó el instrumento, y de darse tratamiento a los resultados arrojados con el programa SPSS versión 21 en español, se obtuvo como rango 0,98, el cual desde la postura de Ruiz (2013), el instrumento posee muy alta confiabilidad; ubicándose detalladamente los resultados en los anexos del actual trabajo. (Ver anexo N° 3).

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En este apartado del estudio, se exhibe el proceso a través del cual se ordena, clasifica y presenta los resultados alcanzados de la investigación, siendo estos en cuadros estadísticos con visualización clara de las frecuencias relativa y porcentual; en graficas elaboradas en forma de pastel y sistematizadas a base de técnicas estadísticas con el propósito de hacerlos comprensibles a cualquier lector.

De igual manera, se muestra un análisis simple de la información recopilada, que en cierta medida es mecánico, proporcionado en oportunidades por el cruzamiento de los datos comprensibles, además de permitir verificarlos con más eficacia. Es decir, aquí se brinda una interpretación general de los referentes empíricos investigados, relacionándolos con los conocimientos considerados tanto en el planteamiento del problema como en el marco teórico expuestos en anteriores capítulos, contribuyendo así al logro de los objetivos generales y específicos de la investigación.

Es de apuntarse que el tratamiento de los datos aportados por el cuestionario fue de forma individual, por ende, se analizó los resultados por cada pregunta formulada con el objeto de conocer la tendencia, magnitud y características del problema a través del ítem respectivo; labor que fue ejecutada después del procesamiento de la información, es decir, cuando las deducciones han sido contabilizados individualmente y expresados en porcentajes.

A continuación se muestra lo obtenido por cada ítem del instrumento:

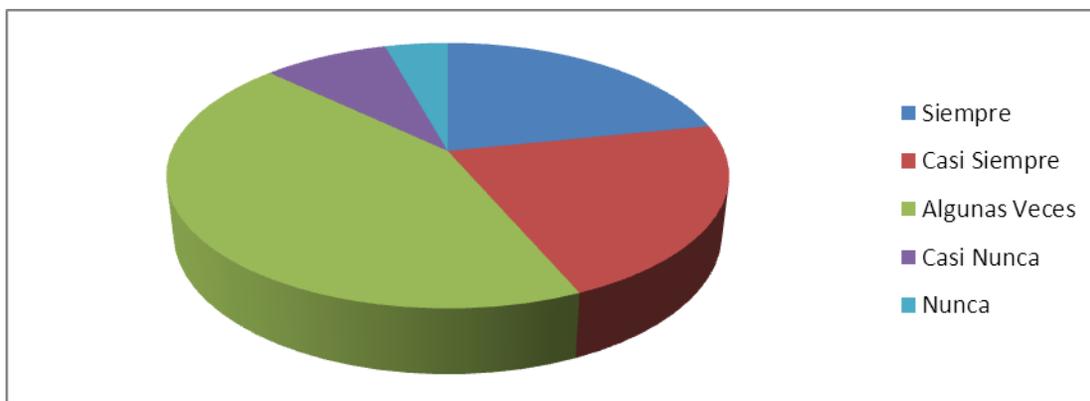
Ítem N° 1

Planifica dentro de sus actividades académicas el desarrollo de juegos tradicionales.

Cuadro N° 2. Planificación de juegos tradicionales.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	5	21,7
Casi Siempre	5	21,7
Algunas Veces	10	43,4
Casi Nunca	2	8,6
Nunca	1	4,3
TOTAL	23	100

Grafico N° 1. Planificación de juegos tradicionales.



Análisis: Como se puede apreciar un 43,4% de los encuestados expresaron que siempre y casi siempre junto a algunas veces, planifica dentro de sus actividades académicas el desarrollo de juegos tradicionales. Por su parte, un 8,6% manifestó que casi nunca lo hace, mientras un 4,3% eligió la alternativa nunca. En este sentido, es oportuno esbozar la acepción de Lantigua (2013), quien menciona que “los docentes de Educación Física, Deporte y Recreación presentan debilidades al momento de planificar, lo que puede estar incidiendo en el rendimiento y formación del estudiante” (p.87). Por lo tanto, un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas brindaría ayuda al profesional en planificación y con ello garantizar eficacia en su desempeño pedagógico.

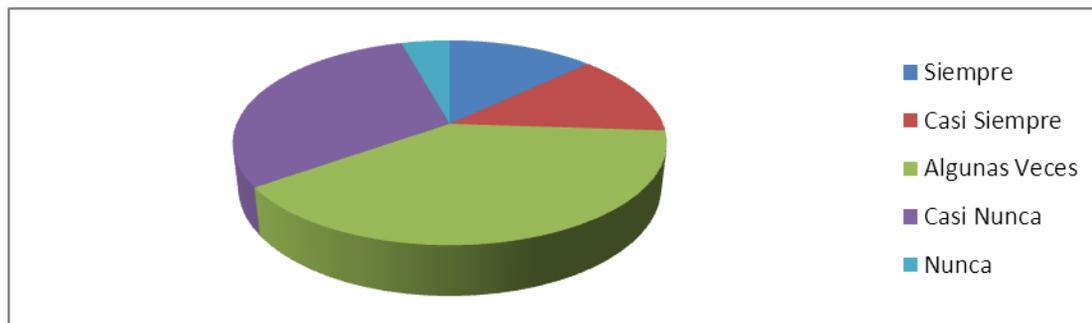
Ítem N° 2

Emplea los juegos tradicionales como herramienta pedagógica en el desarrollo de los proyectos de aprendizajes.

Cuadro N° 3. Los juegos tradicionales como herramienta pedagógica en los proyectos de aprendizajes.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	3	13
Casi Siempre	3	13
Algunas Veces	9	39,1
Casi Nunca	7	30,4
Nunca	1	4,3
TOTAL	23	100

Gráfico N° 2. Los juegos tradicionales como herramienta pedagógica en los proyectos de aprendizajes.



Análisis: En este ítem, los datos exhiben que escasamente se emplean los juegos tradicionales como herramienta pedagógica en el desarrollo de los proyectos de aprendizajes. Lo anterior se enuncia, en relación a que los sujetos encuestados en un 39,1% comunicaron que algunas veces asumen dicha acción, otros en un 30,4% dieron a conocer que casi nunca lo hacen, mientras un 26% siempre y casi siempre. Para Rivera (2014), “el docente de Educación Física puede encauzar el aprendizaje a través de la aplicación de principios, técnicas y estrategias seleccionadas por él, acorde al grupo y contenido a trabajar” (p.23). Por tanto, la elección de los juegos tradicionales como herramienta pedagógica, quedara sujeta al interés del docente y del conocimiento que este tenga en cómo hacerlo; para lo cual el plan a proponer sería asertivo.

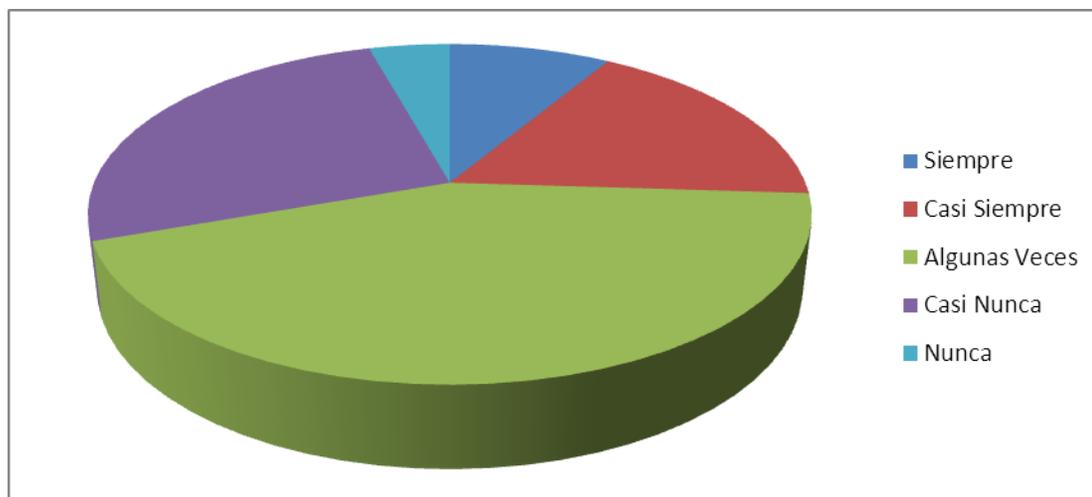
Ítem N° 3

Conduce los juegos tradicionales a la integración escuela-comunidad.

Cuadro N° 4. Los juegos tradicionales en la integración escuela-comunidad.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	2	8,6
Casi Siempre	4	17,3
Algunas Veces	10	43,4
Casi Nunca	6	26
Nunca	1	4,3
TOTAL	23	100

Gráfico N° 3. Los juegos tradicionales en la integración escuela-comunidad.



Análisis: En lo que respecta a esta proposición se puede decir que un 43,4% de la población en estudio encuestada dio a conocer que algunas veces conduce los juegos tradicionales a la integración escuela-comunidad. En tanto, un 26% selecciono la opción casi nunca, un 25,9% siempre y casi siempre, mientras un 4,3% menciona nunca. Según Trigo (2014), “el fortalecimiento de los juegos tradicionales permite involucrar la triada escuela-familia-comunidad, importante en el ámbito educativo por ser clave del proceso intelectual y afectivo así como contenido e instrumento de aprendizaje” (p.123). De allí, que al momento de diseñar el plan a proponer, se tome en cuenta este elemento relevante.

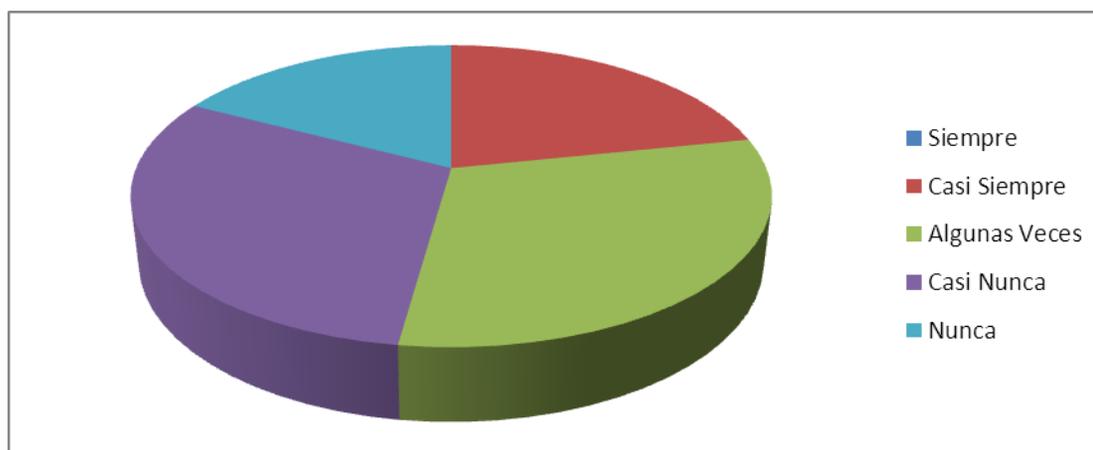
Ítem N° 4

Cuentan con un plan de trabajo para el desarrollo de los juegos tradicionales en el plantel.

Cuadro N° 5. Plan para el desarrollo de los juegos tradicionales.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	-	-
Casi Siempre	5	21,7
Algunas Veces	7	30,4
Casi Nunca	7	30,4
Nunca	4	17,3
TOTAL	23	100

Gráfico N° 4. Plan para el desarrollo de los juegos tradicionales.



Análisis: Los datos arrojados en este ítem muestra la necesidad de un plan de trabajo para el desarrollo de los juegos tradicionales en la U. E. José Ignacio del Pumar; ya que un 47,7% de los docentes encuestados pronunciaron que casi nunca y nunca cuentan con tal instrumento administrativo. En tanto, un 30,4% dejó ver que algunas veces, 21,7% seleccionaron casi siempre y un 17,3% la opción nunca. Lo enunciado exalta el requerimiento de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los escolares pertenecientes al contexto en estudio; entonces la propuesta a generar es una salida a la problemática existente descrita en su respectivo capítulo dentro del trabajo.

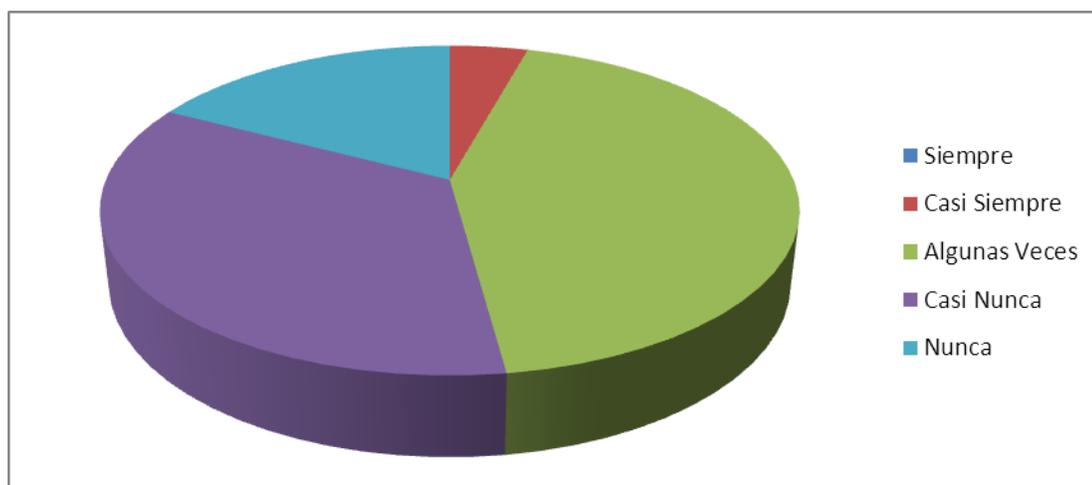
Ítem N° 5

Dispone de material bibliográfico como apoyo para la planificación de juegos tradicionales.

Cuadro N° 6. Material bibliográfico sobre los juegos tradicionales.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	-	-
Casi Siempre	1	4,3
Algunas Veces	10	43,4
Casi Nunca	8	34,7
Nunca	4	17,3
TOTAL	23	100

Grafico N° 5. Material bibliográfico sobre los juegos tradicionales.



Análisis: Como se deja ver, en esta oportunidad los encuestados expresaron deficientemente disponen de material bibliográfico como apoyo para la planificación de juegos tradicionales. Idea que se demostró al escoger el 52% de los encuestados las alternativas de respuestas casi nunca y nunca, mientras un 43,4% prefirió dejar ver que algunas veces y un 4,3% casi siempre. Al respecto, el producto a generarse con el presente trabajo de investigación, sirve de material bibliográfico al profesional de Educación Física, con el cual además de orientarse e incorporar actividades lúdicas alusivas a los juegos tradicionales, coadyuva al desarrollo de las habilidades físicas.

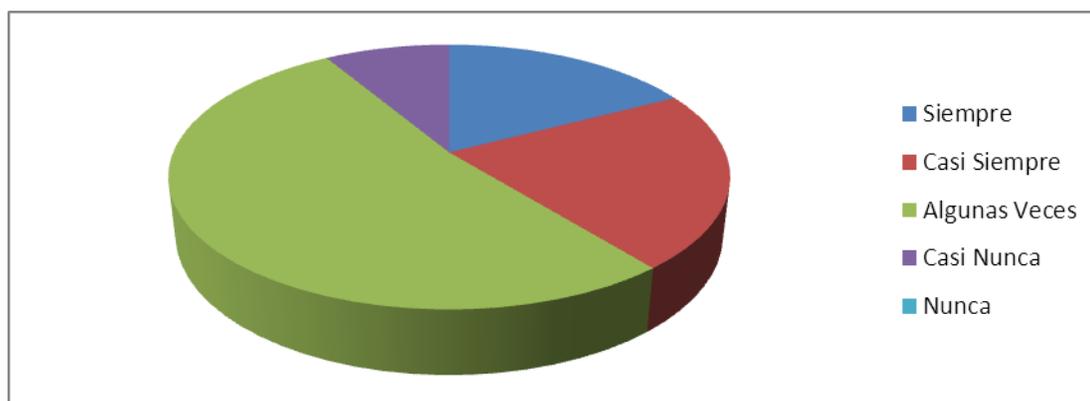
Ítem N° 6

Tienen los educandos los implementos necesarios para el desarrollo de los juegos tradicionales.

Cuadro N° 7. Implementos para el desarrollo de los juegos tradicionales.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	4	17,3
Casi Siempre	5	21,7
Algunas Veces	12	52,1
Casi Nunca	2	8,6
Nunca	-	-
TOTAL	23	100

Gráfico N° 6. Implementos para el desarrollo de los juegos tradicionales.



Análisis: Los datos alcanzados en este ítem permiten exteriorizar que un 52,1% de los encuestados, mostraron que los educandos tienen los implementos necesarios para el desarrollo de los juegos tradicionales contentivos en un plan. Sin embargo, un 39% considera que siempre y casi siempre cuenta con ellos, y un 8,6% piensa que casi nunca los estudiantes disponen de estos recursos. En postura de Colomer (2011), “para la práctica de juegos populares o tradicionales no se requiere de tecnología e implementos costosos, mayormente se encuentran asequibles al hombre” (p.163). Es decir, que el docente puede ajustar la práctica de los juegos tradicionales a los implementos que posea, sin ser esto limitación para emplearlos.

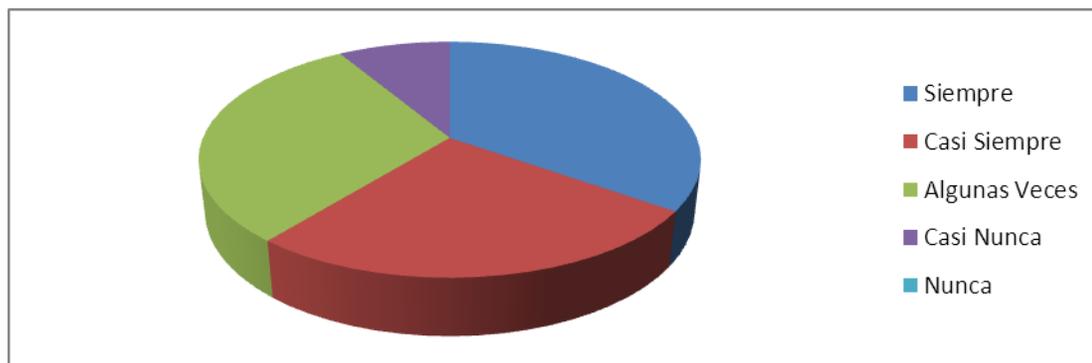
Ítem N° 7

Consideras que los juegos tradicionales contribuyen al fortalecimiento de las habilidades físicas de los niños.

Cuadro N° 8. Los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	8	34,7
Casi Siempre	6	26
Algunas Veces	7	30,4
Casi Nunca	2	8,6
Nunca	-	-
TOTAL	23	100

Grafico N° 7. Los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas.



Análisis: Luego de procesar estadísticamente los datos suministrados en este ítem, se puede enunciar que un 60,7% de los profesores de Educación Física que forman parte de la población en estudio, cree que siempre y casi siempre los juegos tradicionales contribuyen al fortalecimiento de las habilidades físicas de los niños. No obstante, un 30,4% opinó que algunas veces, y un 8,6% manifestó que casi nunca. Al respecto, Pérez (2011), expone: “se debe aprovechar el interés de los y las escolares en torno a la realización de estrategias recreativas, para potenciar con estos saberes las destrezas y habilidades” (p.62). Por lo expuesto, la importancia de diseñar un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades básicas en los niños de la U.E. José Ignacio del Pumar.

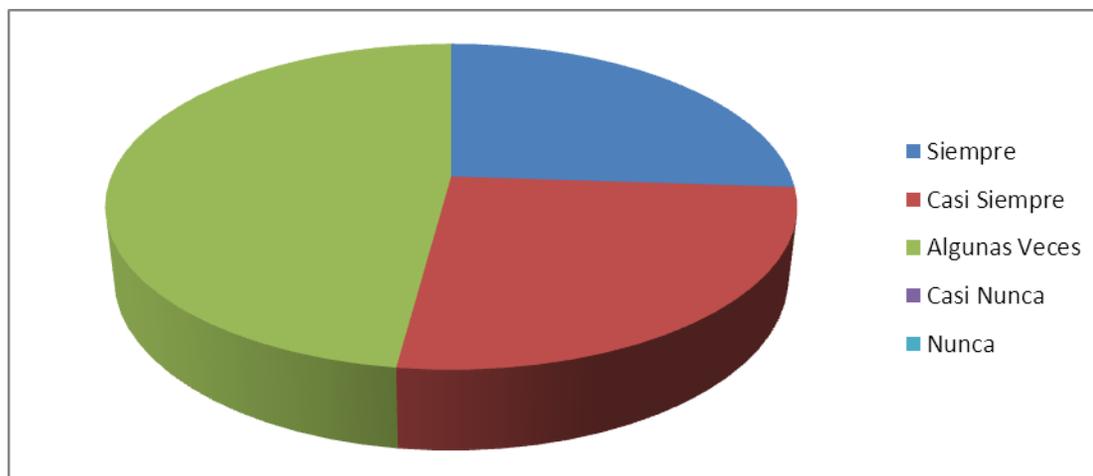
Ítem N° 8

Realiza juegos tradicionales como una modalidad de actividades recreativas.

Cuadro N° 9. Los juegos tradicionales como actividades recreativas.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	6	26
Casi Siempre	6	26
Algunas Veces	11	47,8
Casi Nunca	-	-
Nunca	-	-
TOTAL	23	100

Gráfico N° 8. Los juegos tradicionales como actividades recreativas.



Análisis: Los informantes en esta oportunidad resaltan que mayormente realizan los juegos tradicionales como una modalidad de actividades recreativas; esto se alude en función de que un 52% de los sujetos encuestados manifestaron que siempre y casi siempre lo llevan a cabo. Por su parte, un 47,8% solo algunas veces. En tanto, siendo la recreación una de las sub áreas de la Educación Física, facilita el desarrollo de los juegos tradicionales durante su proceso enseñanza – aprendizaje, contribuyendo entre otros aspectos al fortalecimiento de las habilidades físicas y demás beneficios que esta puede generar a través de lo lúdico, divertido y el entretenimiento.

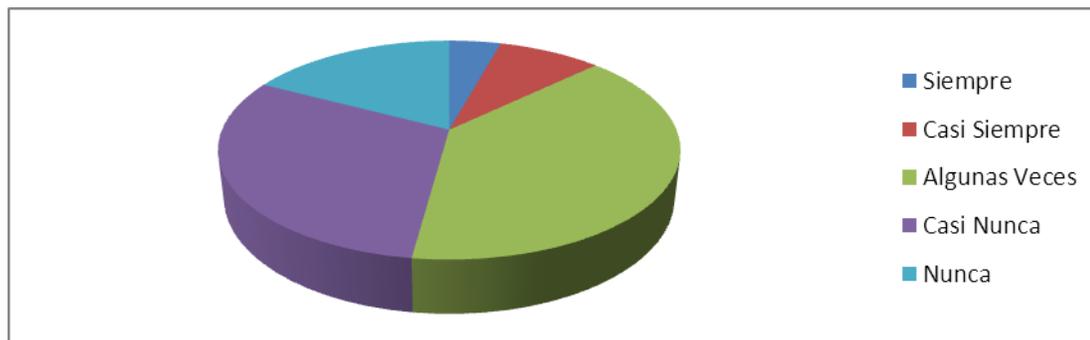
Ítem N° 9

Utiliza los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas de los niños.

Cuadro N° 10. Uso de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	1	4,3
Casi Siempre	2	8,6
Algunas Veces	9	39,1
Casi Nunca	7	30,4
Nunca	4	17,3
TOTAL	23	100

Gráfico N° 9. Uso de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas.



Análisis: Los resultados encontrados permiten enunciar que insuficientemente se utiliza los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas de los niños, lo expuesto se menciona motivado a que un 47,7% de los profesores encuestados dijeron que casi nunca y nunca los emplean; no obstante, un 39,1% optan por ellos algunas veces y un 12,9% siempre y casi siempre. En postura de Trigo (2012), “los juegos tradicionales según sea el usado, contribuye al desarrollo multilateral en los diferentes periodos evolutivos del hombre, pues abarcan en algunos casos, la mayor parte de movimientos fundamentales como correr, saltar, atrapar, empujar entre otros” (p.72). Bajo esta acepción el plan a proponer adquiere relevancia educativa y social.

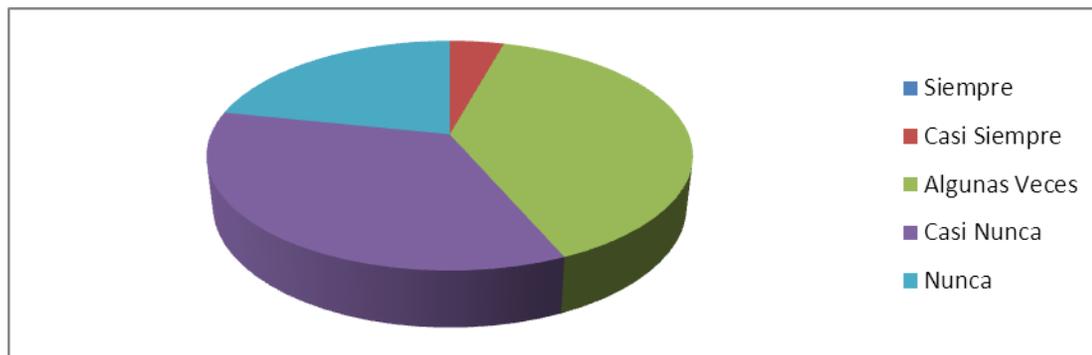
Ítem N° 10

Usa los juegos tradicionales para el desarrollo de contenidos de cualquier área de aprendizaje.

Cuadro N° 11. Uso de juegos tradicionales para el desarrollo de contenidos académicos.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	-	-
Casi Siempre	1	4,3
Algunas Veces	9	39,1
Casi Nunca	8	34,7
Nunca	5	21,7
TOTAL	23	100

Gráfico N° 10. Uso de juegos tradicionales para el desarrollo de contenidos académicos.



Análisis: En este reactivo, los encuestados dejaron ver en un 56,4% al seleccionar las alternativas de respuestas casi nunca y nunca que diminutamente usan los juegos tradicionales para el desarrollo de contenidos de cualquier área de aprendizaje. En tanto, un 39,1% manifestó que algunas veces los utilizan y un 4,3% casi siempre. Se infiere, sea a causa de la dificultad que presentan muchos docentes en cuanto a la integración de aprendizajes, donde la formación recibida para tal fin ha sido deficiente según estudios como el de Rivera (2014); aunado a ello la creatividad del docente juega papel importante para llevarse a cabo una enseñanza – aprendizajes contextualizados. En tal sentido, el plan a proponer contribuirá a facilitar dichos procesos.

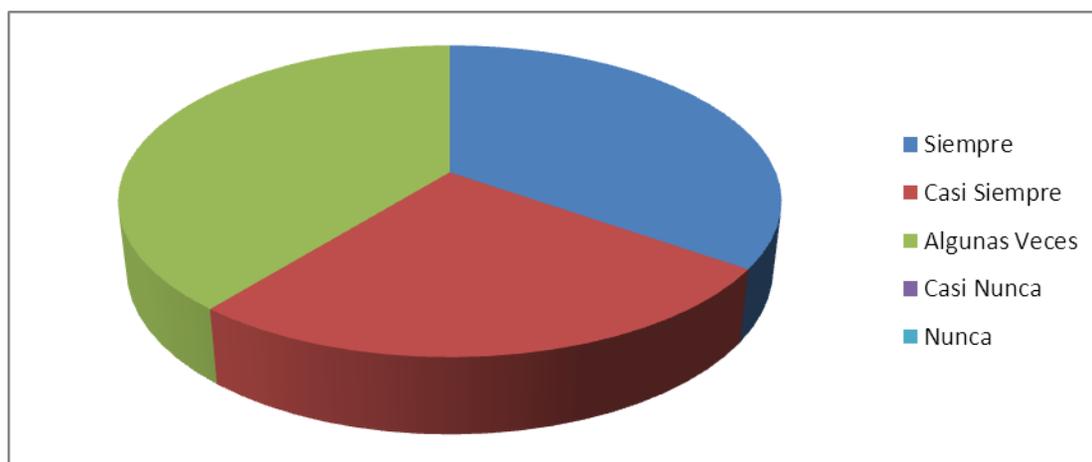
Ítem N° 11

Realiza juegos tradicionales donde la participación del niño se basa en la habilidad correr.

Cuadro N° 12. Juegos tradicionales donde la participación se basa en correr.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	8	34,7
Casi Siempre	6	26
Algunas Veces	9	39,1
Casi Nunca	-	-
Nunca	-	-
TOTAL	23	100

Grafico N° 11. Juegos tradicionales donde la participación se basa en correr.



Análisis: Como se puede apreciar, la población igual a muestra encuestada, manifestó en un 60,7% que siempre y casi siempre realiza juegos tradicionales donde la participación del niño se basa en la habilidades de correr. Mientras un 39,1% plateó que algunas veces. Lo antecedido muestra que la habilidad mencionada se desarrolla frecuentemente, por ello al momento de elaborar un plan de juegos tradicionales destinado al fortalecimiento de las habilidades físicas se debe enfatizar en las restantes que quizás tengan menos atención por parte del profesional de Educación Física y son imprescindibles fortalecer para mejorar las capacidades del cuerpo humano.

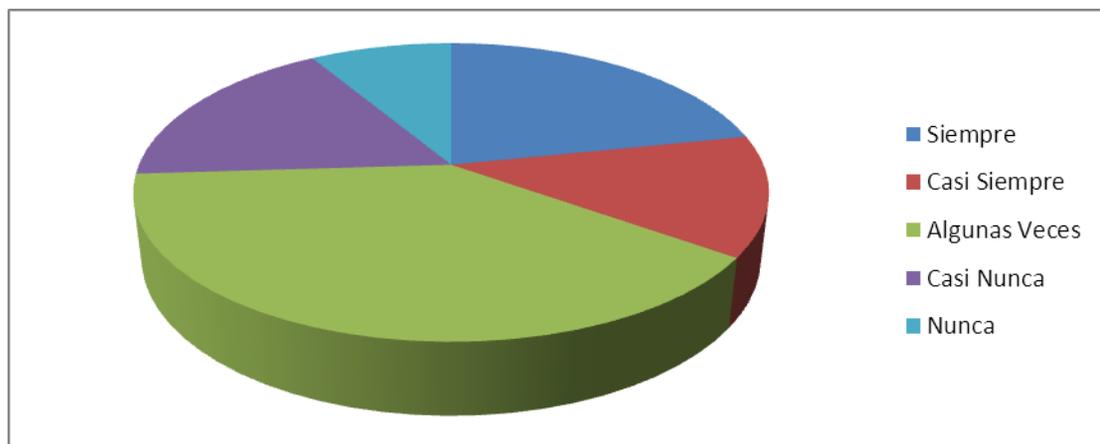
Ítem N° 12

Desarrolla juegos tradicionales donde la participación del niño se base en la habilidad de saltar.

Cuadro N° 13. Juegos tradicionales donde la participación se basa en saltar.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	5	21,7
Casi Siempre	3	13
Algunas Veces	9	39,1
Casi Nunca	4	17,3
Nunca	2	8,6
TOTAL	23	100

Grafico N° 12. Juegos tradicionales donde la participación se basa en saltar.



Análisis: Los datos correspondientes a esta proposición destacan que un 39,1% de los profesores de Educación Física, algunas veces desarrolla juegos tradicionales donde la participación del niño se basa en la habilidad de saltar. Por su parte, un 34,7% considera que siempre y casi siempre los ejecuta, y un 25,9% casi nunca y nunca lo hacen. Lo expuesto, destaca que en el plan a proponer para el fortalecimiento de las habilidades físicas por medio de los juegos tradicionales se debe incorporar, ya que para Sánchez (2013), “un adecuado desarrollo de la condición física en el educando va a contribuir en su desarrollo integral, mejorar la salud de éstos en el presente y en el futuro, así como su calidad de vida y disfrute personal (ocio)” (p.92).

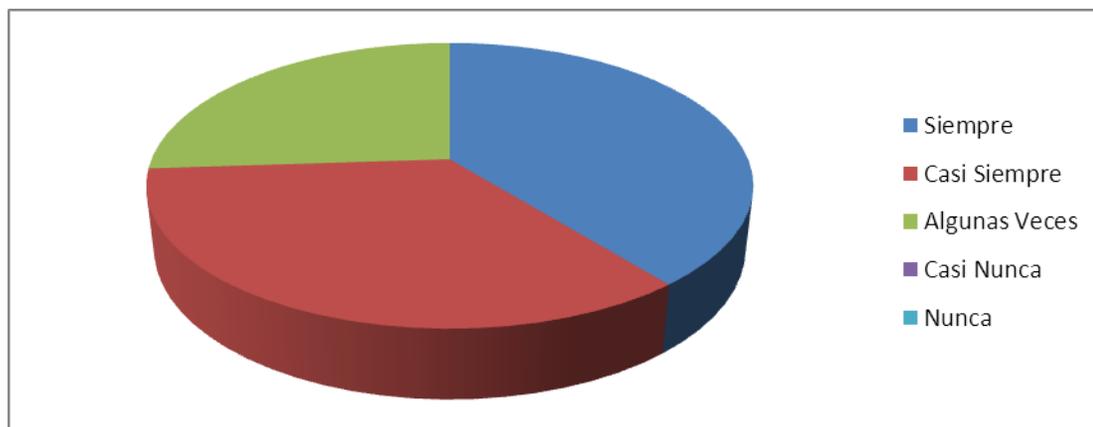
Ítem N° 13

Lleva a cabo juegos tradicionales donde la participación del niño se base en la habilidad de andar.

Cuadro N° 14. Juegos tradicionales donde la participación se basa en andar.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	9	39,1
Casi Siempre	8	34,7
Algunas Veces	6	26
Casi Nunca	-	-
Nunca	-	-
TOTAL	23	100

Grafico N° 13. Juegos tradicionales donde la participación se basa en andar.



Análisis: En lo referido a los resultados alcanzados en este reactivo, se puede decir que siempre y casi siempre se lleva a cabo juegos tradicionales donde la participación del niño se basa en la habilidad de andar, esto debido a que un 73,8% de los encuestados así lo exteriorizaron. En tanto, un 26% opinó que algunas veces lo desarrolla. Estos datos muestran que tanto la habilidad de andar como la de correr, suelen ser desarrolladas con mayor detenimiento en las clases de Educación física por medio de la ejecución de juegos tradicionales; lo que induce a incorporar en el plan a proponer como resultado de este estudio, juegos tradicionales direccionado a las demás habilidades que también son necesarias fortalecer.

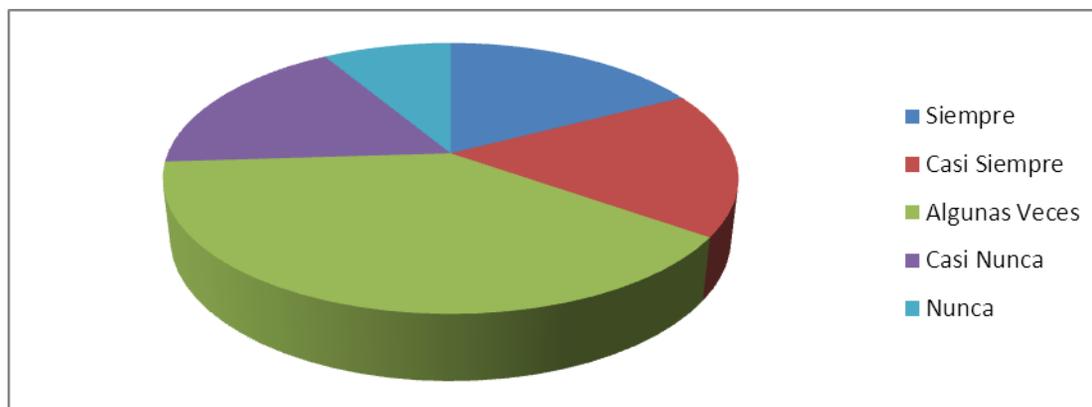
Ítem N° 14

Ejecuta juegos tradicionales que incrementen el desarrollo del equilibrio en los niños.

Cuadro N° 15. Juegos tradicionales para el desarrollo del equilibrio.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	4	17,3
Casi Siempre	4	17,3
Algunas Veces	9	39,1
Casi Nunca	4	17,3
Nunca	2	8,6
TOTAL	23	100

Grafico N° 14. Juegos tradicionales para el desarrollo del equilibrio.



Análisis: Con los resultados antes expuesto, se puede decir que un 39,1% de los sujetos encuestados, consideran que algunas veces ejecuta juegos tradicionales que incrementen el desarrollo del equilibrio en los niños. Mientras un 34,6% mostró que siempre y casi siempre los lleva a cabo, y un 25,9 casi nunca y nunca los realiza. La información aquí proporcionada, da luces al diseño del plan de juegos tradicionales a proponer, ya que el equilibrio como habilidad física esta poco inmerso en los juegos tradicionales que hasta ahora lleva a la practica el profesional de Educación Física. En tanto, en la propuesta a generarse debe establecerse numerosos juegos para lograr lo esperado en los educandos como es el desarrollo de todas sus habilidades físicas.

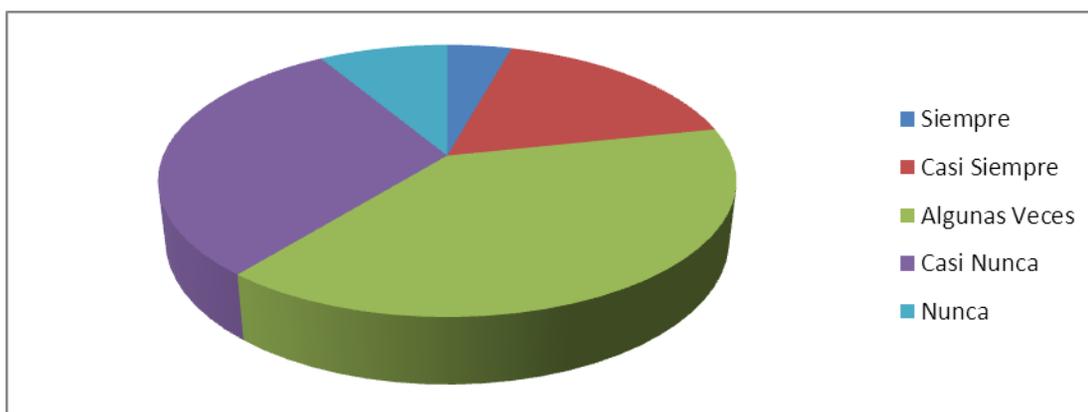
Ítem N° 15

Efectúa juegos tradicionales que incrementen el desarrollo de la coordinación motora del niño.

Cuadro N° 16. Juegos tradicionales para el desarrollo de la coordinación motora.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	1	4,3
Casi Siempre	4	17,3
Algunas Veces	9	39,1
Casi Nunca	7	30,4
Nunca	2	8,6
TOTAL	23	100

Gráfico N° 15. Juegos tradicionales para el desarrollo de la coordinación motora..



Análisis: Como se puede vislumbrar, un 39,1% de los encuestados expresaron que algunas veces efectúan juegos tradicionales que incrementen el desarrollo de la coordinación motora del niño. En tanto, un 39% casi nunca y nunca lo realizan, mientras un 21,6% manifestaron que siempre y casi siempre lo ejecutan. Lo esbozado exhibe a la coordinación con poco tratamiento dentro de los juegos tradicionales, quizás por falta de orientación del docente de cómo hacerlo, para lo cual a servir el plan a proponer en esta investigación que pretende fortalecer todas las habilidades físicas por su estrecha relación que mantienen con la técnica o habilidad motriz.

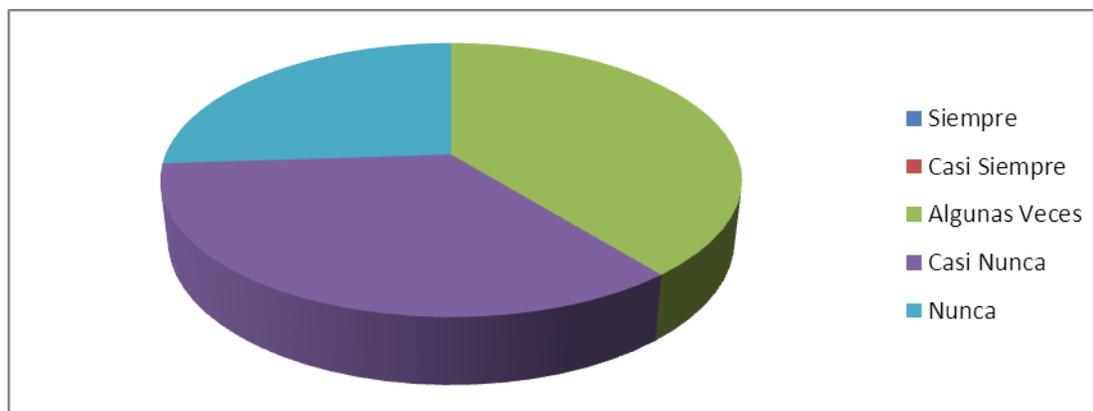
Ítem N° 16

Realiza juegos tradicionales dirigidos al desarrollo de la fuerza en los niños.

Cuadro N° 17. Juegos tradicionales para el desarrollo de la fuerza.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	-	-
Casi Siempre	-	-
Algunas Veces	9	39,1
Casi Nunca	8	34,7
Nunca	6	26
TOTAL	23	100

Grafico N° 16. Juegos tradicionales para el desarrollo de la fuerza.



Análisis: En lo que respecta a este ítem, se puede decir que un 60,7% de los sujetos encuestados expresaron que casi nunca y nunca realizan juegos tradicionales dirigidos al desarrollo de la fuerza en los niños. Por su parte, un 39,1% apuntó que algunas veces lo hace. Para Wasson (2013), “todos disponemos de algún grado de fuerza, resistencia, velocidad y equilibrio; es decir, todos tenemos desarrolladas en alguna medida todas las cualidades motrices y capacidades físicas; solo que durante la Educación Física se debe tratar de perfeccionar” (p.99). Entonces, el especialista del área de aprendizaje mencionada debe valerse de las diversas estrategias y herramientas para ello, siendo los juegos tradicionales una alternativa acorde por lo lúdico y dinámico que lleva inmerso que atrae la atención de los educandos.

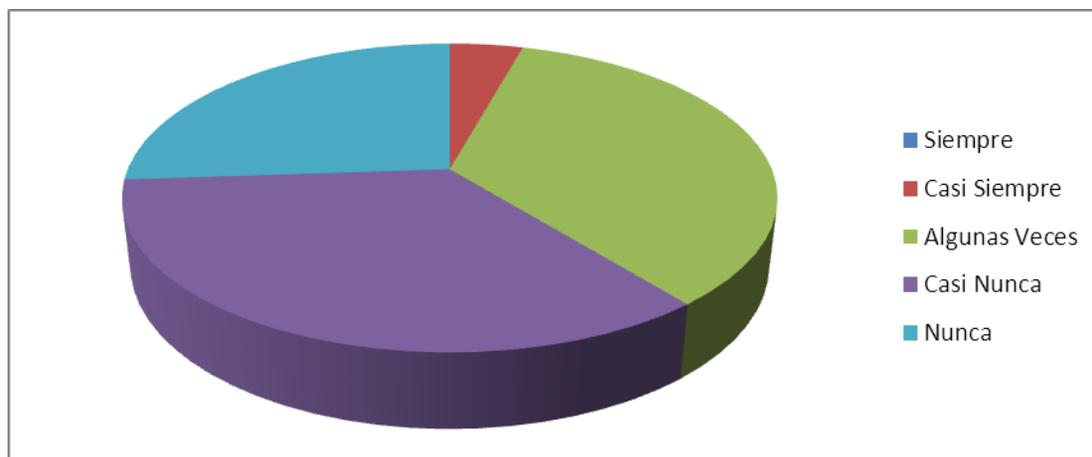
Ítem N° 17

Desarrollas juegos tradicionales dirigidos a mejorar la resistencia en los niños.

Cuadro N° 18. Juegos tradicionales para mejorar la resistencia.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	-	-
Casi Siempre	1	4,3
Algunas Veces	8	34,7
Casi Nunca	8	34,7
Nunca	6	26
TOTAL	23	100

Grafico N° 17. Juegos tradicionales para mejorar la resistencia.



Análisis: Luego de procesar los datos arrojados en este reactivo, se puede plantear que escasamente los profesores de Educación Física desarrollan juegos tradicionales dirigidos a mejorar la resistencia en sus educandos; esto se enuncia debido a que un 60,7% expresó que casi nunca y nunca lo efectúa. Por su parte, un 34,7% algunas veces lo hace y un 4,3% casi siempre. Según Rivera (2014), “la resistencia depende de diversos factores como las técnicas de ejecución de los ejercicios que seleccione el docente” (p.75); en tanto la responsabilidad de su desarrollo recae en el profesional y las técnicas que use para tal fin, siendo un plan de juegos tradicionales una propuesta asertiva para tal situación.

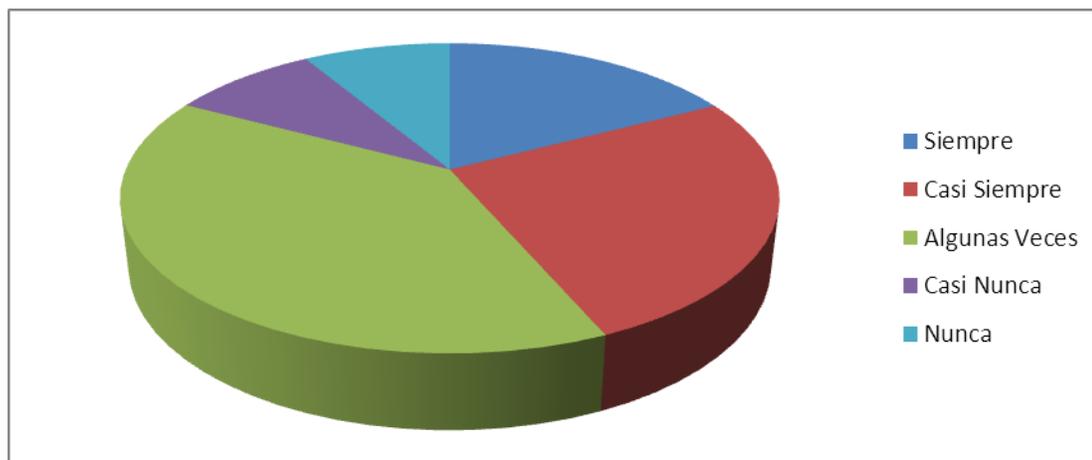
Ítem N° 18

Cuenta la institución con espacio físico para el desarrollo de juegos tradicionales que fortalezcan las habilidades físicas en los educandos.

Cuadro N° 19. Espacio físico para el desarrollo de juegos tradicionales.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	4	17,3
Casi Siempre	6	26
Algunas Veces	9	39,1
Casi Nunca	2	8,6
Nunca	2	8,6
TOTAL	23	100

Grafico N° 18. Espacio físico para el desarrollo de juegos tradicionales.



Análisis: Lo relacionado al espacio físico disponible en la U. E. José Ignacio del Pumar para el desarrollo de juegos tradicionales que fortalezcan las habilidades físicas en los educandos, los sujetos encuestados dejaron ver en un 43,3% que siempre y casi siempre se cuenta con ello; sin embargo, para un 39,1% algunas veces se tiene a disposición el espacio y un 17,2% consideran que casi nunca y nunca. Por ende, al momento de diseñar un plan de juegos tradicionales se debe prever que las actividades no requieran tácitamente de un lugar determinado, sino que se puedan efectuar en sitios de la escuela y/o comunidad para asegurar un desarrollo eficaz del mismo y con ello lograr los objetivos esperados en la formación del educando.

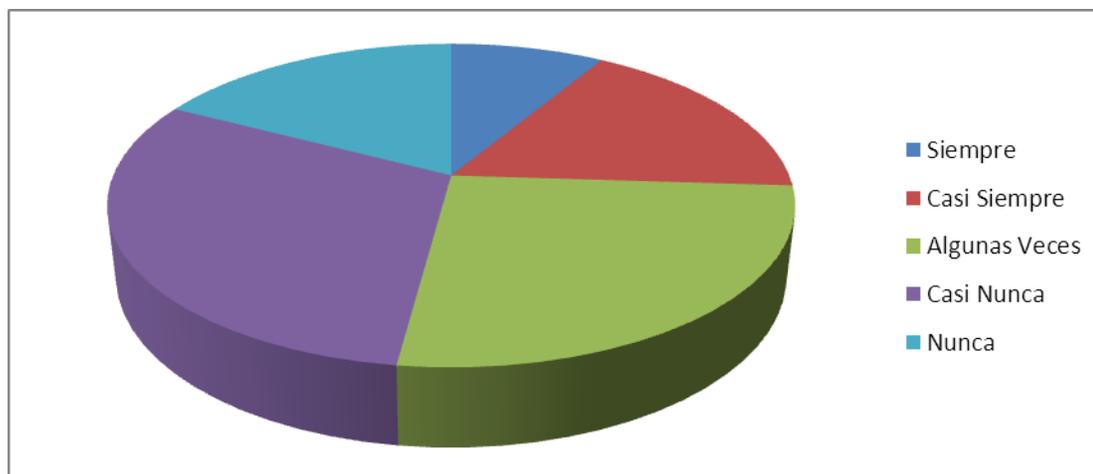
Ítem N° 19

Muestran motivación tus colegas por el uso de los juegos tradicionales.

Cuadro N° 20. Motivación en el uso de los juegos tradicionales.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	2	8,6
Casi Siempre	4	17,3
Algunas Veces	6	26
Casi Nunca	7	30,4
Nunca	4	17,3
TOTAL	23	100

Grafico N° 19. Motivación en el uso de los juegos tradicionales.



Análisis: Como se puede observar, los datos permiten hacer hipótesis en relación a que los docentes de Educación Física muestran deficiente motivación por el uso de los juegos tradicionales; esto en función de que un 47,7% vislumbra apatía en sus colegas por este tipo de juegos, dado a conocer de esta manera al seleccionar las alternativas de respuestas casi nunca y nunca. En tanto, un 26% opinó que algunas veces ve motivación y un 25,9% casi siempre y siempre. Es decir, se debe sensibilizar al docente sobre su rol fundamental en el potenciar las habilidades físicas y motoras básicas a través de actividades recreativas grupales como los juegos tradicionales, que permite realizar pequeños y grandes movimientos conducentes a desarrollar habilidades.

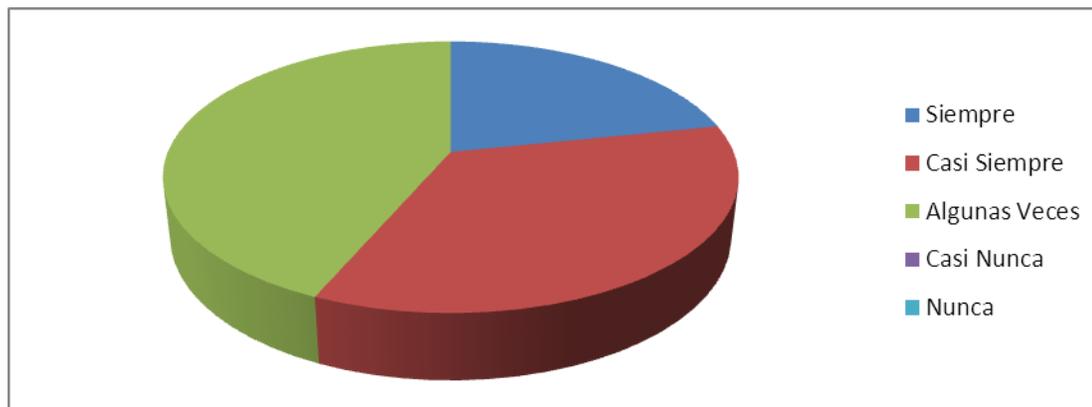
Ítem N° 20

Llevaría a cabo un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de tu institución educativa.

Cuadro N° 21. Ejecución de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de habilidades básicas.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	5	21,7
Casi Siempre	8	34,7
Algunas Veces	10	43,4
Casi Nunca	-	-
Nunca	-	-
TOTAL	23	100

Grafico N° 20. Ejecución de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de habilidades básicas.



Análisis: Aquí los datos alcanzados exhiben que se cuenta con la disposición del docente de Educación Física de la U. E. José Ignacio del Pumar para llevar a cabo un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de su institución educativa. Esto se enuncia motivado a que el 56,4% de los encuestados seleccionaron las opciones siempre y casi siempre, mientras el 43,4% algunas veces. Lo descrito, le conduce desde ya factibilidad a la propuesta a presentarse con el actual estudio desde el punto de vista recurso o talento humano; elemento necesario para su futura ejecución y logro de los fines que se persigue con dicho instrumento de planificación.

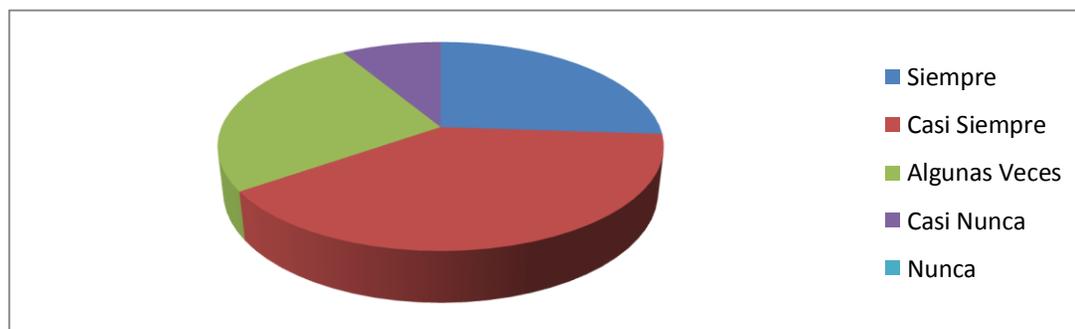
Ítem N° 21

Existe la necesidad de desarrollar las habilidades físicas en los educandos de la institución educativa donde laboras.

Cuadro N° 22. Necesidad de desarrollar las habilidades físicas en los educandos.

Respuesta	Fr	F%
Siempre	6	26
Casi Siempre	9	39,1
Algunas Veces	6	26
Casi Nunca	2	8,6
Nunca	-	-
TOTAL	23	100

Gráfico N° 21. Necesidad de desarrollar las habilidades físicas en los educandos.



Análisis: Con respecto a este ítem, se menciona que el mismo arrojó la necesidad de desarrollar las habilidades físicas en los educandos de la U. E. José Ignacio del Pumar; ya que un 65,1% así lo divulgaron al optar por las respuestas siempre y casi siempre. Por su parte, un 26% seleccionó la alternativa algunas veces y solo el 8,6% casi nunca. Para Trigo (2014), “es común encontrar en un grupo de educandos, debilidades y deficiencias en las habilidades físicas motivado a los numerosos problemas que inquietan la didáctica de la Educación Física, como son: la atención a la diversidad, la globalidad, la interdisciplinariedad, los ejes transversales; sin obviar la concepción tradicionalista” (p.267); siendo el uso de los juegos tradicionales una metodología constructivista que convierte al sujeto que aprende en autor de su aprendizaje.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Las conclusiones son la parte final de cualquier proceso de investigación que se convierte en una tesis o trabajo de grado, pues allí el autor del estudio señala lo más importante que encontró en el desarrollo de su indagación, permitiéndole comprobar su objetivo señalado; en este caso particular la propuesta de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Para Sabino (2010), las conclusiones son "conceptos de segundo orden pues se construyen a partir de los datos, o conceptos de primer orden; es decir a partir de las propiedades estudiadas en el campo y las interpretaciones que hacen los propios participantes de la investigación" (p.172). Es por lo antes descrito, que la autora del actual estudio señala a continuación una serie de conclusiones:

Conclusiones:

- Los educandos matriculados en la U. E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas presentan deficiencia en el desarrollo de las habilidades físicas, para lo cual, los docentes manifestaron no emplear los juegos tradicionales como herramienta pedagógica motivado a la ausencia de un instrumento de la planificación que le ayude a emplearlos. Situación que resalta la necesidad de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los educandos del contexto descrito.

- Otro aspecto que exalta la necesidad del plan a proponerse en el actual estudio es la insuficiente planificación que se realiza en torno al desarrollo de los juegos tradicionales, generada desde el punto de vista de los encuestados, por la falta de material bibliográfico que sirva de apoyo para la planificación de los mismos. Por lo que el instrumento a proponer sería de gran significatividad e importancia; ya que desde la óptica de los encuestados, los juegos tradicionales pueden ayudar al fortalecimiento de las habilidades físicas.
- Los docentes muestran apatía por el uso de los juegos tradicionales, dejando ver que es por falta de orientación de cómo llevarlos a cabo; aspecto que puede transformarse con el plan a proponer donde se especificaran numerosos juegos tradicionales para el desarrollo de diversas habilidades físicas con su debida ejecución.
- En lo que a factibilidad de la propuesta se refiere, los datos arrojados en el instrumento muestran desde ya parte de ella, como es el contar con espacio físico dentro de la institución para la ejecución de juegos tradicionales. Así mismo, la disposición de los docentes en llevar a cabo el plan que se plantea para el fortalecimiento de las habilidades físicas a través de los juegos tradicionales.
- Igualmente, es de apuntarse que para la población en estudio, los educandos en su mayoría disponen de los implementos necesarios para el desarrollo de los juegos tradicionales. Además, existen recursos materiales a utilizarse en los juegos tradicionales que se pueden elaborar con material reusable lo que disminuiría el costo de ejecución de la propuesta.
- En este orden de ideas, también es de mencionarse que por ser llevado a cabo los juegos tradicionales como modalidad de recreación, pueden ser

incorporado en cualquier momento de las clases participativas (inicio, desarrollo y cierre) sin requerir un tiempo específico; e indistintamente se pueden efectuar en jornada escolar o extraescolar.

- Por su parte, en lo referente al diseño del plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas, se puede señalar que se debe prever el desarrollo de juegos tradicionales en cualquier espacio físico de la institución, no solo ocupar la cancha deportiva, a manera de que no se convierta en limitante para el cabal empleo del plan.
- Así mismo, se hace necesario incorporar juegos tradicionales que conlleven al desarrollo de las habilidades físicas menos atendidas como son: equilibrio, coordinación, fuerza y resistencia; esto debido a que los juegos mayormente usados contribuyen al fortalecimiento de correr, andar y saltar.
- De igual manera, se debe implementar los juegos tradicionales con la ayuda de los padres – representantes, pues de esta manera se integrarían los mismo al proceso formativo de su representado y se daría cumplimiento a la tríada.

Finalizada la presentación de las conclusiones, es oportuno ofrecer ciertas recomendaciones que suponen extraer líneas prácticas de conducta sobre la base del desarrollo analítico que se ha hecho previamente al objeto en estudio; siendo estas relativas al punto de vista adoptado por el investigador y a los fines que se persiguen en relación al problema tratado.

Según lo enunciado, las recomendaciones proponen el logro de una situación favorable e ideal, por ello, en perspectiva de Palella y Martins (2013), “se formulan sobre lo que se evidenció como aspecto susceptible de mejorar; es decir, sobre aquellos elementos valorados como deficientes en lo medido, a través del instrumento de investigación” (p.95). A continuación se exponen ciertas recomendaciones:

- Los juegos tradicionales transitan de época en época sin perder su esencia y aceptación por los pobladores. El pasar del tiempo fue, es y será testigo de que la esencia y objetivo de los juegos no ha cambiado; solo la idiosincrasia de cada sitio, barrio, comunidad y país es lo que se modifica. Idea por la cual se hace necesario preservar el acervo cultural de un lugar determinado, estando entre ellos los juegos tradicionales a fortalecerse desde las escuelas para lograr los múltiples beneficios que genera entre los que se ubica el desarrollo de las habilidades físicas de los educandos.

Por lo antes esbozado es que se recomienda llevar a la práctica el plan que se propone sobre los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas de los niños y niñas pertenecientes a la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la Vieja municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

- En concordancia a lo planteado, es de plantearse que actualmente se ve la urgencia de preservar el legado cultural al ritmo en que ocurren los acontecimientos en cuanto a la desaparición prácticamente de la historia cultural y de la actividad física en niños y jóvenes al preferir los juegos electrónicos como el psp, xbox, playstation que los juegos tradicionales; fomentando los primeros el sedentarismo, la disminución del contacto con su entorno social y familiar, junto a la pérdida de identidad cultural.

En contraposición a lo anterior, los juegos tradicionales poseen en su mayoría una gran riqueza motriz que ayuda al desarrollo integral del estudiante y por ende su incorporación en las planificaciones escolares a ser llevada a cabo no solo por el especialista de Educación Física, sino también los docentes de aula.

- La institución escolar, la familia y la comunidad forman un triángulo interactivo integral, sin cuyo concurso coherente es difícil lograr una obra

educativa acabada. Es por ello, que se debe aprovechar el desarrollo del plan que se propone para vincular a estos actores socio – educativo a las instituciones educativas.

- El desarrollo de las habilidades físicas en los educandos no es solo competencia del profesor de Educación Física, y sobre todo ahora cuando las políticas educativas conducen a integración de aprendizajes y aprendizajes colaborativos; por ende; todos los profesionales de la U. E José Ignacio del Pumar deben trabajar en grupo para lograr lo esperado con el plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas.
- Solicitar ayuda a los trabajadores de la Misiones Barrio Adentro Deportivo y Consejos Comunales para organizar actividades recreativas de carácter macro, incorporando en ella, el desarrollo de un gran número de juegos tradicionales expuesto en la propuesta que se diseñó para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los educandos de la institución educativa.
- Los juegos tradicionales y populares tienen un valor cultural, patrimonial, educativo y motriz que no debe perderse. Como docentes de Educación Física tendríamos que velar por seguir transmitiendo estos juegos para que no desaparezcan. Además una gran mayoría de ellos tienen una gran riqueza motriz.
- Se debe establecer de carácter obligatorio e indelegable el acompañamiento del docente de aula, docente auxiliar o docentes integradores durante el desarrollo de la clase de Educación Física, como mecanismo para fortalecer la práctica pedagógica y lograr la integralidad en el estudiante.



CAPÍTULO VI LA PROPUESTA

**PLAN DE JUEGOS TRADICIONALES PARA EL FORTALECIMIENTO
DE LAS HABILIDADES FÍSICAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA U.E.
JOSÉ IGNACIO DEL PUMAR**



**Autor (a)
Idania Lorena Bolaño Escalona**



Santa Barbara, Julio de 2016

Presentación de la propuesta

La importancia de los juegos tradicionales en el ámbito pedagógico hace imprescindible su práctica en los procesos de enseñanza – aprendizaje; sobre todo cuando través de los mismos se puede transmitir a los niños y niñas características, valores, formas de vida, tradiciones de diferentes zonas, como otros aspectos de los mismos; lo que conduce al educando a investigar, aspecto esencial para la formación de un hombre crítico- reflexivo y participativo como lo señala la Ley Orgánica de Educación (2009). Sin soslayar, su promoción de aprendizaje social.

Como se puede apreciar, son múltiples las ventajas que brindan los juegos tradicionales al quehacer pedagógico; sin embargo, los mismos se encuentran allanados por el desarrollo de la industrialización, la comunicaciones, la aparición de nuevas tecnologías (computadoras, videos) llevados a los lugares más intrincado de los territorios a través de los programas de la revolución. De allí que para autores pesimistas del siglo XXI como Pastrán, Oviedo y Garcés, citador por Barbán (2014), “no tiene sentido repensar y resurgir estos juegos en una sociedad industrializada, frente a un avance apabullante y arrasante de la electrónica.

En torno a las ideas expuestas, es preciso exaltar la postura de la autora de la investigación, la cual diverge de lo enunciado, pues los docentes tienen papel preponderante en la reactivación de este tipo de juego, que fortalece el humanismo como tendencia pedagógica que fundamenta la educación contemporánea; promocionando estos profesionales desde las instituciones educaciones la práctica de los juegos tradicionales y con ello volver a popularizarlos.

El juego y sus manifestaciones constituyen uno de los campos más interesantes de la ciencia educativa, pues permiten estudiar a la vez las experiencias lúdicas y las manifestaciones anímicas que caracterizan el desenvolvimiento del niño, prestando cierta tónica al hecho de la educación. Por ello, la necesidad de

proporcionar un instrumento que sirva de orientación y consulta al docente de Educación Física y de aula para desarrollar los juegos tradicionales y fortalecer las habilidades físicas en sus educandos.

Lo antes descrito, se deja ver en función de que los juegos tradicionales posibilitan la inclusión de contenidos transversales en el diseño curricular de las distintas enseñanzas, además de constituir un elemento esencial para fortalecer las destrezas, habilidades, valores, entre otros como lo es la expresión corporal, oral, musical, relaciones lógico matemáticas, identidad, autonomía personal y desarrollo social del ser humano; conducentes al desarrollo de habilidades física si se alinea a tal fin.

Por todo lo antes planteado, se diseñó un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U. E. José Ignacio del Pumar sector Pedraza la vieja del municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, el cual se detalla a continuación:

Objetivos de la propuesta

Objetivo general:

Dotar a los docentes de la U. E. José Ignacio del Pumar sector Pedraza la vieja del municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas que allí estudian.

Objetivos específicos

- Seleccionar entre la diversidad de juegos tradicionales, aquellos que pueden usarse para el desarrollo de las habilidades físicas de los educandos.

- Diseñar un conjunto de actividades donde estén presente los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas de los educandos.
- Hacer entrega a los docentes de la U. E. José Ignacio del Pumar sector Pedraza la vieja del municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas que allí estudian.

Justificación de la propuesta

La globalización con su acelerado progreso de la ciencia y la tecnología ha marcado sustancialmente la forma de vida de los seres humanos, tanto que hasta el juego, constante en todas las civilizaciones, sobre todo los tradicionales, ha sufrido transformaciones y hasta un desplazamiento parcial. De esta manera, estamos frente a una necesidad imperante de reactivar en la familia y mayor aun en los espacios escolares los juegos tradicionales, los cuales entre sus numerosos beneficios se encuentra el ayudar al desarrollo de habilidades físicas en los educandos.

Ahora bien, el desarrollo de las habilidades físicas en el hombre está asociado al movimiento, propiedad y necesidad que posee el organismo humano; esto en relación a que el aparato locomotor, es decir, huesos y músculos están especialmente diseñados y contruidos para cumplir una misión de sostén y movimiento, pero deben ser ejercitados para que sean capaces de cumplirla eficazmente, si no es así, se atrofian y degeneran, trayendo secuelas negativas.

Actualmente, la ejercitación del cuerpo con la actividad física ha sido remplazada por juegos estáticos donde los niños permanecen durante horas sentados frente a una pantalla o consola, sin comer y mucho menos sin moverse, olvidándose por completo del efecto psicomotor positivo que se pueden conseguir al jugar; sobre

todo con la pericia de los juegos tradicionales que en su mayoría conducen a exteriorizar habilidades y destrezas, generalmente por medio de movimientos; en tanto, los mismos pueden conducir al desarrollo de la fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad; fundamentales para ejecutar todas las actividades que se realizan durante el día y por ende a garantizar una mejor calidad de vida.

En consonancia a lo expuesto, el fortalecimiento de las habilidades físicas posibilita una forma de vida más plena y vigorosa, pues se haría difícil afrontar los desafíos diarios sin resistencia para soportar la fatiga, fuerza para cargar objetos o subir escaleras, flexibilidad para mover libremente el cuerpo y velocidad para ejecutar una tarea en el menor tiempo posible. Además, de ser fundamental las mencionadas habilidades para la práctica deportiva competitiva.

Así mismo, es de apuntarse que el plan que se presenta basado en los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, es una vía de acceso a la cultura local y regional y aún de otros lugares; puesto que conlleva a determinar cómo se juega en otra región del país y de qué manera; estudiándose y mostrando las diferentes variantes que tiene un mismo juego según la cultura y la región en la que se juega.

Por todo lo reseñado, se emprendió la elaboración del actual estudio, cuyo propósito es materializar un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas que cursan estudios en la U. E. José Ignacio del Pumar sector Pedraza la vieja del municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas.

Teoría que fundamenta la propuesta

El desarrollo de las habilidades físicas en el hombre se encuadra dentro de las condiciones físicas y esta a su vez en el entrenamiento físico, el cual según Cadierno

(2013), “es un proceso continuo consistente en la realización de ejercicios físicos y psíquicos buscando el desarrollo óptimo de las capacidades condicionales, coordinativas y psíquicas del individuo para alcanzar un rendimiento en función de las pretensiones” (p.93). Es decir, es cualquier instrucción organizada cuyo objetivo es aumentar rápidamente la capacidad de rendimiento físico, psicológico, intelectual o técnico-motor del individuo.

Por lo mencionado, como teoría que fundamenta la propuesta se encuentra la de *Ley de Schultz-Arnoldt o ley del umbral*, donde se resalta que cada persona tiene distinto nivel de excitación ante un estímulo y para que se produzca la adaptación, el estímulo debe poseer una determinada intensidad en función de la capacidad de aguante y reacción del organismo. En tanto, para que exista una modificación, adaptación y mejora en el organismo es necesario un estímulo mínimo necesario, el cual es diferente para cada persona y en el ámbito escolar debe ser generado por el docente.

En este orden de ideas, es de apuntarse que cuando los estímulos se ubican debajo del umbral no producen cambios, cuando se repiten varias veces se puede llegar a la fatiga, sobre entrenamiento y si se consiguen mejoras musculares, técnicas, orgánicas, entre otras, el organismo los va asimilando progresivamente. En otras palabras, el estímulo debe tener importancia media; ya que si es suficiente, el organismo no necesita adaptarse y si es extrema superará las medidas de adaptación, se agotará.

De igual manera se debe reseñar que tras la aplicación del estímulo, el organismo ve disminuida momentáneamente su capacidad, de allí que intervenga el fenómeno de adaptación que transforma las estructuras orgánicas para preparar al organismo para subsiguientes estímulos; por lo que si se ofrece siempre el mismo estímulo, las adaptaciones se detienen. De allí, la importancia de que los docentes

apliquen el plan en la forma que se presenta, ya que la autora previo la presentación de los juegos tradicionales de forma alternada para que sean de estímulo y su ejecución conduzca al desarrollo de las habilidades físicas de los educandos.

Desarrollo de la propuesta

Como ya es comprobado científicamente, en la infancia se han de crear las bases para que el estudiantado esté dispuesto y preparado para afrontar posteriores etapas de mayor complejidad a nivel procedimental; por ello, el uso de los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas propiciará una actividad física constante en los educandos, además de garantizarle un mejor bienestar físico, emocional y social. Dado a lo mencionado, se presentan seguidamente una serie de actividades que conforman el plan, ajustadas a los principios metodológicos expuestos por el Ministerio del Poder Popular Para la Educación:

- Partir del nivel de desarrollo del educando.
- Lograr un aprendizaje significativo y funcional con cada actividad que se ejecute dentro y fuera de la escuela.
- Organizar las actividades didácticas en función de los contenidos a través del enfoque globalizador.
- Considerar la actividad lúdica como un recurso especialmente adecuado para la etapa inicial y primaria.
- Enseñar al estudiante a aprender a aprender
- Impulsar las relaciones entre iguales.
- Atención a la diversidad en una sociedad pluricultural.

	Habilidad física	Juego tradicional
	Resistencia	<ul style="list-style-type: none"> - El yo-yo. - El gurrufío. - Carrera de huevo en cuchara. - Saltar la cuerda. - Carrera de carretillas. - La perinola.
	Fuerza	<ul style="list-style-type: none"> - Trompo. - Zaranda. - Ale limón. - Metras - Pelotica de goma. - Chapita. - La rayuela. - La cinta.
	Velocidad	<ul style="list-style-type: none"> - Carrera de saco. - La gallinita ciega. - El gato y el ratón. - Pelotica de goma. - Juego de chapita. - Carrera de carretillas. - Las escondidas. - El pañuelo. - La Ere. - La candelita.
	Flexibilidad	<ul style="list-style-type: none"> - La papa caliente

Cuadro N° 23. Distribución de los juegos tradicionales por habilidad física.

Fuente: Bolaño (2016).

Juegos tradicionales para el desarrollo de la resistencia:

a.- El Yo-yo

Lugar: Patio de la escuela, cancha deportiva o espacio disponible en la escuela - comunidad.

Material necesario: Un yoyo

Organización: Individual o colectivo.

Desarrollo del juego: El juego consiste en hacer subir y bajar el yoyo de manera hábil. Para favorecer el retorno del mismo, hay que dar un pequeño tirón de la cuerda con fuerza. Con suficiente habilidad y una manera especial de anudar la cuerda, se pueden representar figuras mientras el objeto baila. La resistencia está presente en la persistencia de subir y bajar rápidamente.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Respetar las pertenencias ajenas.
- Sigue instrucciones.
- Juega de forma colectiva.
- Exhibe resistencia física.



b.- El Gurrufío

Lugar: Patio de la escuela, cancha deportiva o espacio disponible en escuela - comunidad.

Material necesario: Chapas de botellas aplanadas o botón de ropa grande con dos agujeros, hilo grueso de unos 40 cm aproximadamente.

Organización: Individual o colectivo.

Desarrollo del juego: El dispositivo se activa usando las chapas como peso para enrollar la cuerda, y luego halando por ambos extremos. Las intensas vueltas que dan las chapas tras halar normalmente hacen que la cuerda se vuelva a enroscar (aunque en sentido contrario); si la acción es ejecutada correctamente, cada vez pueden volverse a halar los extremos de la cuerda de inmediato y obtener las vueltas. Hala los extremos las veces que quieras y escucharas el sonido del gurrufío girando a gran velocidad.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Coordinación óculo – manual.
- Lateralidad.
- Motricidad fina y gruesa.
- Muestra agotamiento.



c.- Carrera de huevo en cuchara

Lugar: Patio de la escuela, cancha deportiva o espacio disponible.

Material necesario: Huevos cocidos o limones, cuchara de plástico o de metal.

Organización: Colectivo o individual.

Desarrollo del juego: Primeramente se traza una línea de salida y otra de meta. Si la carrera es individual, consiste en que cada jugador corre rápidamente con una cuchara en la boca y dentro de la cuchara llevará el huevo o limón según sea el caso. Salen desde la línea de salida y corren lo más rápido posible intentando que el huevo no se les caiga. Si esto sucede, el jugador se para, recoge el huevo, lo coloca en la cuchara y sigue corriendo, pero no podrá correr cuando el huevo se caiga de la cuchara, ni podrá darle una patada al huevo para adelantar terreno.

Si las carreras son por equipos, comienzan corriendo un jugador de cada equipo. Los demás jugadores se colocan formando una fila india para cada equipo y se colocan detrás de la línea de salida. El juego comienza cuando los dos primeros jugadores salen corriendo con la cuchara y el huevo. Al llegar a meta (podrá haber un juez para comprobar que efectivamente han llegado), dan la vuelta y regresan hacia la línea de salida, donde les esperan sus respectivos compañeros. Al llegar Y CRUZAR la línea, entregan la el huevo o limón al jugador que les releva y estos salen corriendo para hacer el recorrido. El equipo que consigue terminar antes es el equipo ganador y recibirá un aplauso del resto de jugadores.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Respetar reglas de juego.
- Juega en equipo.
- Juega limpio.
- Estimula a sus compañeros de grupo a dar la mejor de sí.



d.- Saltar la cuerda

Lugar: Patio de la escuela, cancha deportiva o espacio disponible en escuela - comunidad.

Material necesario: Una cuerda o mecate largo.

Organización: Individual o colectivo.

Desarrollo del juego: En la modalidad individual, cada jugador posee su propia cuerda para jugar. Y ganará el que más tarde saltando la cuerda.

En el caso colectivo, dos participantes deben tomar los extremos de la cuerda y la harán girar con fuerza, al mismo tiempo los demás participantes formados en columna saltaran sobre ella uno a uno, y el que toque la cuerda será descalificado. Se aumentará poco a poco la velocidad de girar la cuerda, de acuerdo a la duración del participante que está saltando. Gana la persona que soporte más tiempo saltando la cuerda

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Participa espontáneamente.
- Le agrada jugar de forma colectiva.
- Se esfuerza por ganar.
- Expresa agotamiento físico al finalizar el juego.



e.- Carrera de carretillas

Lugar: cancha deportiva de la escuela o comunidad.

Material necesario: Ninguno.

Organización: Por parejas.

Desarrollo del juego: Agrupados en parejas y tras una línea de salida donde se ubican uno tras otro, el de adelante se pone en posición plancha y el de atrás le toma de las piernas. A la voz del profesor todos parten hasta una marca preestablecida, donde se cambian de función y regresan. No pueden desplazarse si no sostienen las piernas de su compañero. Gana aquella pareja que llega primero.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Dominio y control del cuerpo y movimientos.
- Le agrada jugar de forma colectiva.
- Se esfuerza por ganar.
- Muestra resistencia física.



f.- La perinola

Lugar: Patio de la escuela, cancha deportiva o espacio disponible en escuela - comunidad.

Material necesario: Una perinola.

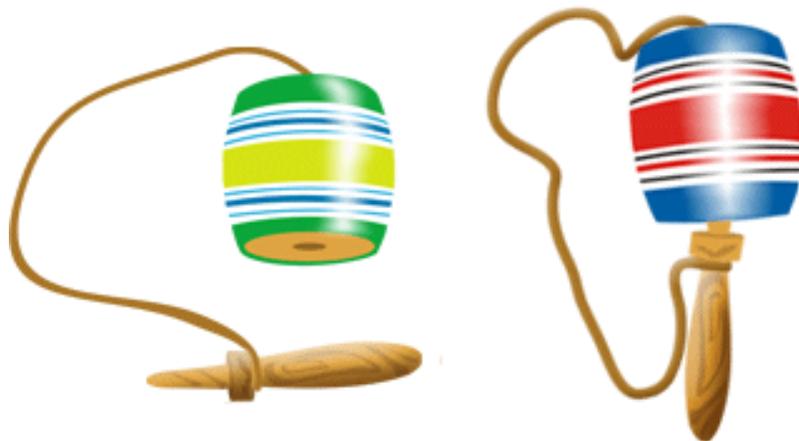
Organización: Individual y colectivo.

Desarrollo del juego: Este juego consiste en tratar de ensartar la parte superior o cabeza de la perinola en la base donde debe encajar la primera o viceversa, de forma lenta o rápida (depende de la preferencia del jugador). Gana quien más tiempo dure ensartando.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Lateralidad.
- Motricidad fina y gruesa.
- Actitud e interés a la hora de practicar el juego.
- Comparte sus materiales de juego.



Juegos tradicionales para el desarrollo de la fuerza:

a.- El trompo.

Lugar: Patio de la escuela, o espacio disponible en la comunidad.

Material necesario: Un trompo.

Organización: Individual y colectivo.

Desarrollo del juego: Una de las formas colectivas de jugar el trompo es formando un círculo en el suelo, en cuyo centro se coloca un trompo para que los demás jugadores choquen su trompo con éste al lanzarlo con fuerza. El que falla, deja su trompo ocupando la posición del anterior.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Motricidad gruesa.
- Dominio y control del cuerpo y movimientos.
- Conoce y aplica las reglas de cada juego.
- Acepta su papel en cada juego y respeta a sus compañeros.



b.- La zaranda.

Lugar: Patio de la escuela, o espacio disponible en la comunidad.

Material necesario: Una zaranda.

Organización: Individual o colectivo.

Desarrollo del juego: Este es un juego mayormente de mujeres, quienes forman un círculo para lanzar o bailar la zaranda. Se inicia enrollando una cabuya en el palito y luego se hala con fuerza para girarla en el suelo. A medida que baila, la zaranda suena. El sonido emitido tiene una frecuencia particular, que depende del volumen interior de la zaranda.

Otra forma de jugarla es que las damas que participan en el juego las pongan a bailar con un cordel enrollado en su punta, y que los hombres le lancen sus trompos hasta pegarle y destruirlas.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Motricidad gruesa.
- Dominio y control del cuerpo y movimientos.
- Acepta su papel en cada juego y respeta a sus compañeros.



c.- Ale limón.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Ninguno.

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: Para iniciar este juego, primero se deben elegir dos personas, que van a alzar sus manos y unir las en el aire, formando un puente alto, para que el resto de los jugadores puedan pasar debajo de estas en una fila, pero sin estar pegados unos de los otros; luego, los que forman el puente se reúnen, y cada uno indicará una fruta que lo represente, pero que el resto no se entere. Cuando se empieza a jugar, se canta: *Ale limón ale limón, el puente se ha caído. Ale limón ale limón, mandarlo a componer. Ale limón ale limón, pero con qué dinero. Ale limón ale limón, con cáscaras de huevo. Que pase el rey, que vuelva a pasar. La hija del conde se quiere quedar, quedar, quedar, ¡quedó!*

Al estar todos los jugadores detrás de uno de los integrantes del puente, deben hacer fuerza para lograr romper el puente y quienes permanezcan de pie luego de la ruptura gana.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Participa en juegos motores ajustando su actuación a los objetivos del juego y respetando tanto sus normas y reglas como el resultado.
- Emplea la fuerza para ayudar a su equipo.



d.- Las metras.

Lugar: Patio de la escuela o espacio disponible en la comunidad.

Material necesario: Metras.

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: Se trata de un juego de puntería y precisión en el cual un jugador deberá tocar la metra de un compañero con la suya, que será lanzada con el dedo pulgar e índice y llevarlo hasta un hueco ubicado en el centro del terreno del juego. Por supuesto, no está permitido ayudarnos arrastrando la mano o acompañar el lanzamiento con un movimiento. La metra que ingrese al orificio, pasara a ser de quien la introdujo allí.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Motricidad fina y gruesa.
- Coordinación óculo manual.
- Participa de forma activa buscando diversión.



e.- Pelotica de goma.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Pelotica de goma.

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: Es un derivado del béisbol que se juega con una pelota pequeña hecha de caucho (cuya forma recuerda a la pelota de béisbol), que se golpea con fuerza y con la mano cerrada. Cumple con las mismas reglas del beisbol pero con la particularidad que no se usa bate. El bateador le pegará a la pelota y la dirigirá hacia la zona de juego para anotar carreras. Gana quien mayor número de carreras logre.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Motricidad gruesa.
- Coordinación óculo manual.
- Motricidad fina.
- Dominio y control del cuerpo y movimiento.



f.- Juego de chapita.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: 30 chapas o tapones de botellas y medio palo de escoba.

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: El juego de chapita tiene las reglas muy parecidas a las del béisbol, sólo que cuatro foul corresponde a un out. Las carreras se anotan cada vez que el bateador lanza la chapa y su adversario no la atrapa en el aire o al primer rebote.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Motricidad gruesa.
- Coordinación óculo manual.
- Motricidad fina.
- Dominio y control del cuerpo y movimiento.



g.- La rayuela.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Tiza, pedazo de ladrillo o carbón, una ficha (piedra u objeto pequeño).

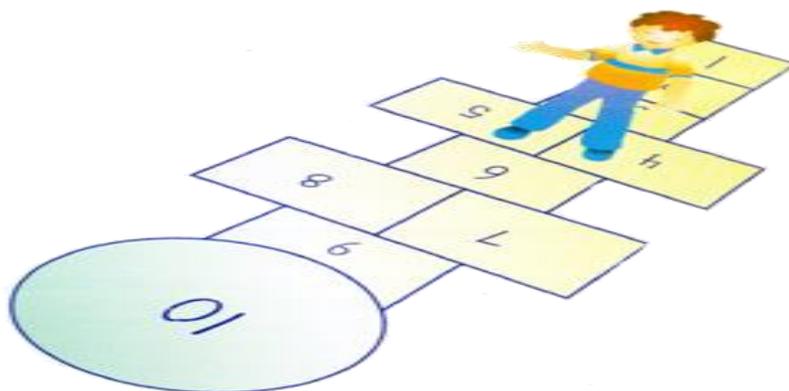
Organización: Individual.

Desarrollo del juego: Hay distintas formas y estilos como la tan tradicional rayuela de la semana, con siete cuadros, dibujados en el suelo, representados en cada uno de ellos los días de la semana. Se traza una cuadrícula en forma de cruz con una tiza o carbón. Se tira la ficha, esta debe caer en el casillero correcto. Si el lanzamiento no ha sido correcto, pierde y cede el turno. El participante debe saltar en un pie por los diferentes cajones, a excepción del que tiene el objeto arrojado. Gana quien concluye primero.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Coordinación óculo podal.
- Coordinación óculo manual.
- Saltos con un solo pie.
- Equilibrio al saltar.



h.- Las cintas

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Ninguno.

Organización: Colectivo.

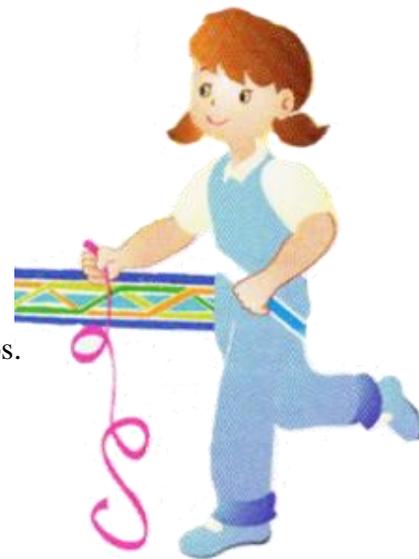
Desarrollo del juego: Se deben nombrar tres representantes, uno de ángel, otro de diablo y un jefe para el grupo. Los demás toman secretamente los nombres de colores que impone el jefe o jefa y se establece el diálogo: JEFE: Venga el ángel. ÁNGEL: Pum, pum. GRUPO: Quién es ANGEL: El ángel con su capital de oro. GRUPO: Que desea ÁNGEL: Una cinta. GRUPO: Que color ÁNGEL: El azul u otro que le agrade. Si no Adivina. JEFE: Váyase cantando. Si Adivina, JEFE: Váyase llevando (entrega el niño de ese color quien de forma cuncillada deberá ser levantado por el jefe y quien lo adivine sea el diablo o ángel, tomado de las axilas).

JEFE: Venga el diablo. DIABLO: ¡Pum, pum! GRUPO: Quien es. DIABLO: el Diablo. GRUPO: ¿Que desea el diablo con cien mil cachos?. DIABLO: Una cinta GRUPO: Que color. DIABLO: El rojo (u el otro que le agrade). Si Adivina, JEFE: Váyase llevando. El juego concluirá cuando se haya adivinado el color de todos los niños/as

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Participa de forma activa buscando diversión.
- Acepta su papel en cada juego y respeta a sus compañeros.
- Emplea su fuerza para levantar compañeros.



Juegos tradicionales para el desarrollo de la velocidad:

a.- Carrera de saco.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: sacos.

Organización: Individual y colectivo.

Desarrollo del juego: Los participantes se colocan un saco o funda de cabuya; se la sostienen a la cintura y, dada la señal del docente, saltan. Gana quien llegue primero a la meta señalada.

Si las carreras son por equipos, comienzan corriendo un jugador de cada equipo. Los demás jugadores se colocan formando una fila india para cada equipo y se colocan detrás de la línea de salida. El juego comienza cuando los dos primeros jugadores salen corriendo con su sacio. Al llegar a meta dan la vuelta y regresan hacia la línea de salida, donde les esperan sus respectivos compañeros. Al llegar y cruzar la línea, sale el jugador que lo releva para hacer el recorrido. El equipo que consigue terminar antes, es el equipo ganador y recibirá un aplauso del resto de jugadores.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Dominio y control del cuerpo y movimientos.
- Organización de los grupos de trabajos.
- Acepta su papel en cada juego y respeta a sus compañeros.



b.- La gallinita ciega.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Pañuelo

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: Se elige a suerte el jugador que será la gallina ciega. Con el pañuelo se le tapa los ojos. Los demás jugadores forman un círculo. El jugador que hace de gallinita se coloca en el medio. Empieza cuando la gallinita pregunta:

DÓNDE ESTAS Los jugadores responden

"DATE TRES VUELTITAS Y ME ENCONTRARAS"

La gallina se da las tres vueltas y todos los demás compañeros caminan a su alrededor. La gallina corriendo y tocándolo debe averiguar quién es y da su nombre.

Si adivina el nombre la persona hace el papel de gallinita. Y así sucesivamente continua el juego.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Corre sin dificultad.
- Se desplaza por el espacio.
- Le agrada jugar de forma colectiva. **agr:**



c.- El gato y el ratón.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Ninguno.

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: Los niños y niñas forman un círculo tomados de las manos. Se escoge a un niño como el ratón, se coloca dentro; y el otro niño seleccionado, el gato, fuera. Luego sigue este diálogo:

¡Ratón, ratón!

¿Qué quieres gato ladrón?

¡Comerte quiero!

¡Cómeme si puedes! ¡Estas gordito!

¡Hasta la punta de mi rabito!

El gato persigue al ratón, rompiendo la cadena del círculo o filtrándose entre los niños. El otro huye corriendo. La cadena lo defiende. Cuando es alcanzado el ratón termina el juego que se reinicia con otro "ratón" y otro "gato".

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Emplea sus habilidades motrices.
- Exhibe velocidad al correr.
- Muestra resistencia prolongada.



d.- Las escondidas.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Ninguno.

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: Por sorteo se designa al niño encargado de buscar a los compañeros escondidos. El escogido se queda junto al profesor/a y el resto se esconde en cualquier lugar dentro del campo de juego. A la señal establecida, inicia la búsqueda, encontrados uno o varios escondidos, retornan todos corriendo al sitio de partida.

El niño/a que fue encontrado en primer lugar será el encargado de buscar. Se repite el juego tantas veces como persista el interés de los participantes.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Reconoce el valor lúdico de los juegos populares.
- Participa con naturalidad en diferentes prácticas lúdicas.
- Corre sin dificultad y demostrando velocidad al hacerlo.



e.- El pañuelo.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Un pañuelo.

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: Se establecen dos equipos y una persona se pone en el centro extendiendo con el brazo un pañuelo. Cada uno de los participantes tiene un número. La persona que sostiene el pañuelo pronuncia en alto, uno de esos números y los dos participantes luchan por llegar e intentar “quitarle” el pañuelo de la mano de la persona neutral y ganarle, estirando fuerte, al contrario, aunque para ello deberá llegar, sin que el contrario le atrape, a arrojarse con sus compañeros.

El equipo que más veces se hace con el pañuelo es el ganador

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Muestra velocidad al correr.
- Se desplaza rápidamente.
- Respeta resultados.



f.- La Ere.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Ninguno.

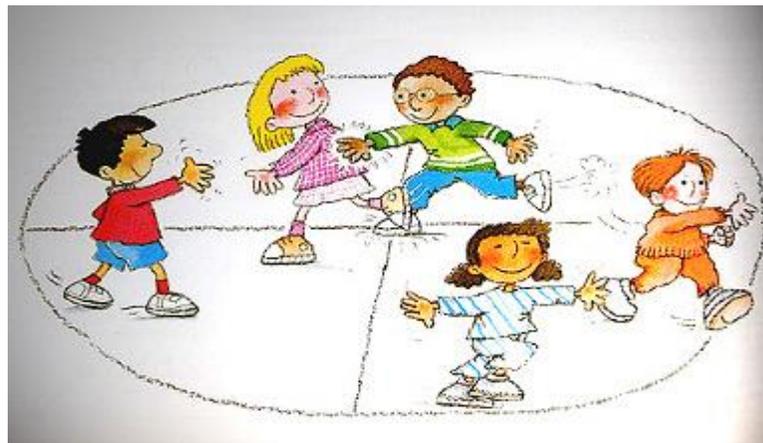
Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: Entre los participantes, se selecciona uno que deberá perseguir velozmente al resto, a este se le denominará la Ere, de tal manera que logre tocar a alguno. Una vez que logra tocar a otro jugador, este pasará a ser la Ere y deberá hacer lo mismo que el anterior; no tiene una limitación de tiempo de juego, o un fin claro, simplemente en el momento en que todos decidan dejar jugar, ahí finalizará.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Motricidad gruesa.
- Velocidad al correr.
- Coordinación cuerpo – movimiento.



g.- La candelita.

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Ninguno.

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: Cuatro niños deberán colocarse cada uno en una de las bases indicadas de un rectángulo construido mentalmente o graficado con tiza se es posible. El último chico quedará en el centro, este deberá pedir la candelita. Se dirigirá a uno de los niños que se encuentran en la base, de manera aleatoria, y diciendo “La Candelita”, y el preguntado responderá “Por allá fumea”, el quinto jugador deberá dirigirse a donde lo enviaron a preguntar, mientras el resto tendrán la oportunidad de intercambiar rápidamente en las distintas columnas. Pero si en algún momento, alguno se descuida, o no se mueve muy rápido, el que va preguntando por la candelita, tiene la oportunidad de ocupar una base, y el que ha quedado fuera de su sitio, le tocará ir entre los distintos jugadores pidiendo la candelita.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Movimientos veloces.
- Agilidad para desplazarse.
- Aplica las reglas del juego.



Juegos tradicionales para el desarrollo de la resistencia:**a.- La papa caliente**

Lugar: Patio de la escuela o cancha deportiva.

Material necesario: Un objeto que hará semejanza de una papa caliente.

Organización: Colectivo.

Desarrollo del juego: En forma de círculo, los participantes deberán pasarse velozmente un objeto que hará semejanza de una papa caliente por debajo de las piernas para hacerlo llegar a su compañero de la derecha que también lo recibirá por debajo de las piernas y lo pasará al siguiente participante de forma rápida antes de que el docente diga “se quemó”.

Responsable: El docente.

Evaluación:

- Flexibilidad.
- Velocidad al pasar el objeto.
- Sabe llevar a la práctica el juego.



Factibilidad de la propuesta

La posibilidad de implantación y puesta en marcha de la propuesta que busca el alcance de un fortalecimiento en las habilidades físicas de los educandos de la U. E. José Ignacio del Pumar, sector Pedraza la Vieja, municipio Ezequiel Zamora estado Barinas, se fundamenta en los siguientes aspectos:

Factibilidad técnica

En esta búsqueda de las posibilidades que tiene de lograrse el plan que se propone, es necesario tomar en cuenta los recursos que disponen la organización o aquellos materiales que la escuela puede proporcionar, de allí que se hable de una factibilidad técnica, la cual tiene por objeto proveer información, para cuantificar el monto de las inversiones y costos de las operaciones relativas en esta área.

En correspondencia a lo anterior, se puede decir que la mayoría de los juegos tradicionales son cortos en su duración, si bien son repetitivos, en cuanto que cuando termina una vuelta o ronda se vuelve a comenzar inmediatamente; y no requieren de mucho material, por lo que se pueden incluir con facilidad en las escuelas, sin exigencia de grandes recursos ni horarios especiales.

En lo que respecta a materiales a usar, los mismos no suelen ser costosos, y entre los juguetes más populares se cuentan la perinola, el yo-yo, el gurrufío, el trompo, las metras, la zaranda. Así mismo, se pueden llevar a cabo al aire libre, utilizando las áreas verdes de la escuela – comunidad, y no exclusivamente en la cancha deportiva.

Ahora bien, en relación a los recursos humanos necesario para el desarrollo de la propuesta se puede dilucidar que según los datos arrojados en el instrumento aplicado, existe la disposición de la población en estudio de contribuir

significativamente a su plena ejecución. De igual manera, por contener los juegos tradicionales un carácter lúdico, estos serán de atracción para los niños, niñas y adolescentes del plantel; contando desde ya con su participación espontánea.

También, se puede ubicar dentro de la comunidad personas que, dada la experiencia o funciones que cumplen, puedan integrarse al desarrollo de los juegos tradicionales o simplemente describir los juegos de su infancia, complementando de esta manera los posibles aprendizajes a construirse con la ejecución del plan.

Factibilidad Financiera:

Esta fase de la factibilidad tiene por objetivo ordenar y sistematizar la información de tipo monetario que requiere el emprendimiento de la propuesta, evaluando por ende la rentabilidad del proyecto. Dentro de este estudio, se incluye un análisis de costo como el que se muestra a continuación:

	Precio por unidad (bs)	Total (bs)
Trompo	200	4000
Metra	150	3000
Perinola	150	3000
Yoyo	150	3000
Sacos	150	3000
Pelotica de goma	100	2000
Cuerdas	250	5000
TOTAL		23000,00

Cuadro N° x. Factibilidad financiera de la propuesta.

Fuente: Bolaño (2016).

Factibilidad de mercado:

Desde el punto de vista de mercado, la propuesta posee una pertinencia social de mercado, lo que conducirá al éxito de la presente investigación, las cuales se describen a continuación:

El producto: Propuesta de un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas. De manera concreta se operacionalizará en forma de taller para socializar el contenido de la propuesta y su forma de emplearlo para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas.

Situación actual de la demanda: Está conformada por los 26 docentes de aulas y especialistas en Educación Física que laboran en la U.E. José Ignacio del Pumar de Pedraza la vieja del Municipio Ezequiel Zamora del estado Barinas, quienes han manifestado entusiasmo y disposición de participar, representan los beneficiarios directos de la propuesta.

Situación futura de la demanda: Los resultados del diagnóstico evidenciaron las marcadas debilidades de la población estudiada en cuanto a la práctica de estrategias para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas. Situación que podría ser similar en los otros sectores escolares adyacentes del objeto de estudio, debido a que las características sociales, culturales, técnicas, de infraestructura, geográfica y otras mantienen un gran parecido. Por lo que se deduce la existencia de un mercado potencial conformado por los docentes de aula y especialistas en educación física, deporte y recreación de educación primaria, conformado por 1520 docentes del municipio Ezequiel Zamora del Estado Barinas; sin soslayar los pertenecientes a otros municipio de la entidad federal.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Álvarez, G. (2012). **Investigación para mejorar una situación.** Edición FEDUPEL-IMPM. Caracas – Venezuela.
- Angulo, N. (2014). **Estrategias motivadoras para la enseñanza de los juegos tradicionales como alternativa pedagógica para el aprendizaje de los niños y niñas de la sección “E” Centro de Educación Bolivariano El Niño y la Familia.** Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Barquisimeto - Venezuela.
- Aponte, J. (2013). **El Juego Como parte Fundamental en la vida del Niño y La Niña.** Universidad Fermín Toro. Barquisimeto - Venezuela.
- Aranda, M. (2011). **El Juego en la Educación.** Ediciones Ionova. Novena edición. Argentina.
- Balestrini (2011). **Metodología de la investigación.** Editorial Romor. Caracas-Venezuela.
- Barbán, Y. (2014). **Acciones motivacionales para el rescate de los juegos tradicionales en las clases de Educación Física.** Facultad de Cultura Física “Manuel Fajardo”. Santiago de Cuba – Cuba.
- Bavaresco, A. (2011). **Proceso metodológico en la investigación.** Trabajo de Ascenso. LUZ. Maracaibo- Venezuela.
- Cadierno, O. (2013). **Clasificación y características de las capacidades motrices.** Revista la Pedagogía. Año 9 - N° 61 – Junio. Buenos Aires – Argentina.

- Candidus. (2012). **Concepción de la Recreación en el Contexto de la Educación Física.** La Revista Educativa para el Debate y la Transformación. N° 31/32. Venezuela.
- Colomer, J. (2011). **Fiesta y escuela. Recursos para las fiestas populares.** Ediciones Graó. Barcelona – España.
- Constitución Nacional de la República Bolivariana de Venezuela.** (1999). Gaceta Oficial. Año CXXVII, N° 36.860. Caracas - Venezuela.
- Federación Internacional de Educación Física (2005). **Manifiesto Mundial sobre el sobre la Educación Física y el Deporte.** CIEPS - UNESCO.
- García, F. (2013). **Flexibilización de la Educación.** Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Décima edición. Caracas Venezuela.
- García, y Otros (2013). **Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados.** Ediciones INDE. Décima Edición. España.
- García, M. (2013). **Acciones motivacionales para el rescate de los juegos tradicionales en el deporte participativo.** Tesis de Maestría. Santiago de Cuba.
- González, M. (2014). Plan de Estrategias Metodológicas como Herramientas para el mejoramiento Deportivo. Facultad de Cultura Física “Manuel Fajardo.” Cuba.
- Guerrero, M. y Sánchez, B. (2014). **Los juegos populares y tradicionales de ayer y hoy.** Revista Investigación y Educación N° 25. Argentina.
- Gut, M. (2012). **Manual de Educación Física.** Editorial Océano. España.

- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). **Metodología de la Investigación**. Editorial McGraw-Hill. México.
- Kerlinger, J. (2011). **Metodología de la investigación**. Editorial Paidós. Buenos Aires – Argentina.
- Lantigua, J. (2013). **Caracterización de los juegos populares tradicionales infantiles de las ciudades de Cárdenas, Matanza y Vracdero**. Revista Efdportes. Año 12 - N° 114. Buenos Aires – Argentina.
- Lavega, P. (2011). **Juegos y deportes populares-tradicionales**. Ediciones INDE. Barcelona – España.
- Lázaro (2012). **Desarrollo Psicológico**. Ediciones Monfort, C.A. Séptima edición. Caracas – Venezuela.
- Ley Orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física**. (2011). Gaceta Oficial de la República de Venezuela N°39.741.
- Ley Orgánica de la Protección del Niño, Niña y Adolescente**. (2009). Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela.
- Martins y Palella, (2012). **Metodología de la Investigación Cuantitativa**. Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Libertador. Caracas – Venezuela.
- Mestre, J. (2011). **Planificación Deportiva. Teoría y Práctica**. Colección Gestión Deporte. Caracas.
- Méndez, A. (2014). **Juegos tradicionales: tras la pista de los juegos infantiles en la España de principios de siglo**. Revista Educación Física y Deportes, N° 14.
- Montilla, J. (2009). **Desarrollo Gerencial**. Editorial Panapo. Caracas- Venezuela.

- Moreno, C. (2012). **Juegos y deportes tradicionales en España**. Editorial Alianza, Madrid.
- Muñoz, D. (2014). **Capacidades físicas básicas. Evolución, factores y desarrollo. Sesión práctica**. Revista EFDeportes.com. Año 14 - Nº 131.
- Navarro, V. (2014). **Juegos y deportes tradicionales**. Editorial Episteme. Caracas – Venezuela.
- Öfele, M. R. (2013). **Papel social de los juegos tradicionales**. Proyecciones pedagógicas. Editores Tándem. México.
- Ortí, J. (2013). **Los juegos tradicionales. Aplicación en el área de la Educación Física en el sistema educativo actual**. Ediciones INDE. España.
- París, R. (2012). **La Planificación Estratégica en las Organizaciones Deportivas**. Ediciones Tribo. España.
- Pérez, L. (2011). **Evolución y cambio en los juegos y juguetes infantiles**. Ediciones Tripero, S.A. Madrid – España.
- Rivera, J. (2014). **Acciones didácticas: impacto de los juegos tradicionales en las clases de Educación Física**. Revista Efdeportes Año 19, Nº 198. Buenos Aires – Argentina.
- Ramírez, J. (2015). **Educación Física, Deporte y Recreación**. Editorial Episteme. Venezuela.
- Rebollo, J. A. (2012). **Juegos populares: una propuesta para la escuela. Retos**. Ediciones Mc Wrrall. México.

- Rivera, J. (2014). **Acciones didácticas: impacto de los juegos tradicionales en las clases de Educación Física.** Revista Efdeportes Año 19, N° 198. Buenos aires – Argentina.
- Rodríguez, P; Gallardo, L. y Fernández, L. (2011). **El Cuerpo, el Desarrollo y la Psicomotricidad.** Ediciones Océano. Quinta Edición. Barcelona- España.
- Ruiz, J. (2013). **Los métodos cooperativos en Educación Física.** Revista EFDeportes.com. Buenos Aires - Año 13 - N° 127.
- Ruiz, B. (2013). **Historia de la Ciencia y el Método Científico.** Ediciones Morata, Madrid - España.
- Sabino, C. (2010). **Proceso de investigación.** Editorial Panapo. Caracas- Venezuela.
- Sánchez, F. (2014). **El movimiento como factor de desarrollo de habilidades viso perceptivas y la motricidad en el niño de primer grado de la E.B. Nacional “Jiménez”.** Barquisimeto - Venezuela.
- Sánchez, X. (2013). **Los juegos como potenciador motriz, cognitivo y afectivo en el tercer grado de la escuela primaria “Frank País García”.** ISCF “Manuel Fajardo”. Cuba.
- Solís, A. (2009). **Desarrollo Motriz.** Ediciones Larfil. Octava Edición. La Habana - Cuba.
- Trigo, E. (2009). **Elementos Básicos de la Educación Física, Deporte y Recreación.** Ediciones Cardenal. Sexta Edición. Caracas - Venezuela.

- Trigo, E. (2012). **Juego tradicional y educación física / Participación en la comunidad educativa.** Revista Aula de Innovación Educativa. Núm.044. México.
- Trigo, E. (2014). **Aplicación del juego tradicional en el currículum de Educación Física.** Ediciones Paidotribo. Barcelona.
- Universidad Pedagógica Experimental Libertador (2014). **Manual de Trabajo de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales.** Caracas.
- Vizueté, M. (2013). **Bases teóricas de la Educación Física.** Ediciones INDE. Madrid.
- Watson, H. (2013). **Teoría y práctica de los juegos tradicionales.** Editorial Deportes. Ciudad de La Habana – Cuba.

ANEXOS

Anexo N° 1
Instrumento aplicado

A continuación se presenta una serie de proposiciones con cinco alternativas de respuesta a fin de que seleccione una de ella según sea su criterio, siendo estas: Siempre (S), Casi Siempre (CS), Algunas Veces (AV), Casi nunca (CN) y Nunca (N).

Nº	Ítems	S	CS	AV	CN	N
1	Planifica dentro de sus actividades académicas el desarrollo de juegos tradicionales.					
2	Emplea los juegos tradicionales como herramientas pedagógicas en el desarrollo de los proyectos de aprendizajes.					
3	Conduce los juegos tradicionales a la integración escuela-comunidad.					
4	Cuentan con un plan de trabajo para el desarrollo de los juegos tradicionales en el plantel.					
5	Dispone de material bibliográfico como apoyo para la planificación de juegos tradicionales.					
6	Tienen los educandos los implementos necesarios para el desarrollo de los juegos tradicionales.					
7	Consideras que los juegos tradicionales contribuyen al fortalecimiento de las habilidades físicas de los niños.					
8	Realiza juegos tradicionales como una modalidad de actividades recreativas.					
9	Utiliza los juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas de los niños.					
10	Usa los juegos tradicionales para el desarrollo de contenidos de cualquier área de aprendizaje.					
11	Realiza juegos tradicionales donde la participación del niño se basa en habilidades básicas como correr.					
12	Desarrolla juegos tradicionales donde la participación del niño se base en la habilidad de saltar.					
13	Lleva a cabo juegos tradicionales donde la participación del niño se base en la habilidad básica de andar.					
14	Ejecuta juegos tradicionales que incrementen el desarrollo del equilibrio en los niños.					
15	Efectúa juegos tradicionales que incrementen el desarrollo de la coordinación motora del niño.					
16	Realiza juegos tradicionales dirigidos al desarrollo de la fuerza en los niños.					
17	Desarrollas juegos tradicionales dirigidos a mejorar la resistencia en los niños.					
18	Cuenta la institución con espacio físico para el desarrollo					

	de juegos tradicionales que fortalezcan las habilidades físicas en los educandos.					
19	Muestran motivación tus colegas por el uso de los juegos tradicionales.					
20	Llevaría a cabo un plan de juegos tradicionales para el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de tu institución educativa.					
21	Existe la necesidad de desarrollar las habilidades físicas en los educandos de la institución educativa donde laboras.					

ANEXO N° 2
Validación del instrumento



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES
“EZEQUIEL ZAMORA”
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO DE POSTGRADO
NÚCLEO SANTA BÁRBARA- BARINAS**

ACTA DE VALIDACIÓN

Yo, _____ titular de la Cédula de Identidad
N° _____ en mi condición de _____ en la
especialidad de _____ por medio de la
presente CERTIFICO que valido el instrumento en el trabajo de investigación
titulado: _____

_____ el cual
considero _____ para el propósito manifiesto de la investigación.

Observaciones:

En Barinas a los _____ días del mes de _____ del año
dos mil _____. De conformidad

Atentamente,

C.I. _____



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES
“EZEQUIEL ZAMORA”
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO DE POSTGRADO
NÚCLEO SANTA BÁRBARA- BARINAS**

- A:** Dejar
B: Modificar
C: Eliminar
D: Incluir otra pregunta

Nº de Ítems	Experto:				Observación
	A	B	C	D	
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					

Nombre y Apellido del Experto: _____ C.I. N° _____

Título: _____

Lugar de Trabajo: _____

Fecha: _____

Firma: _____

ANEXO N° 3
Confiabilidad del instrumento

El presente instrumento se diseñó para evaluar las variables que se ubican en el trabajo de investigación titulado: **PLAN DE JUEGOS TRADICIONALES PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES FÍSICAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA U.E. JOSÉ IGNACIO DEL PUMAR**. Las variables, se conformaron en dos dimensiones como son estrategia y desarrollo psicomotor; cada una a su vez contentiva de un número específicos de indicadores que orientaron la elaboración del cuestionario diseñado como son: necesidad, recursos, uso y ventaja para la primera dimensión, y equilibrio, coordinación, fuerza y resistencia para segunda.

El instrumento diseñado para el actual estudio, estuvo inicialmente integrado por 21 ítems, los cuales permanecieron en su totalidad luego de la aceptación del estadístico empleado como fue el Alpha de Cronbach bajo el paquete estadístico SPSS versión 21 en español; quedando el mismo número de indicadores previstos a cada dimensión, y el número de ítem de la siguiente manera: 14 para la dimensión estrategia y los restantes; es decir, 7 en la dimensión desarrollo psicomotor. Cada ítem brinda cinco alternativas de respuesta, siendo estas: Siempre, Casi Siempre, Algunas Veces, Casi Nunca y Nunca que recibieron valores del 1 al 5, de forma negativa a positiva en forma ascendente.

Para determinar la confiabilidad del instrumento se ejecutó un estudio piloto con una muestra de doce sujetos, asumidos en su totalidad para la aplicación de la prueba, donde luego de darse tratamiento a los resultados arrojados, se obtuvo como rango 0,98, el cual desde la postura de Ruiz (2013) el instrumento posee **MUY ALTA CONFIABILIDAD**. Los resultados alcanzados fueron los siguientes:

Escala: TODAS LAS VARIABLES

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	12	100,0
	Excluidos ^a	0	,0
	Total	12	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,983	21

Estadísticos de los elementos

	Media	Desviación típica	N
item1	3,33	1,231	12
item2	3,08	1,165	12
item3	3,67	,985	12
item4	2,33	1,073	12
item5	2,75	1,138	12
item6	3,25	,965	12
item7	3,83	1,030	12
item8	3,67	,778	12
item9	2,50	1,000	12
item10	2,58	,900	12
item11	3,58	,900	12
item12	3,58	,900	12
item13	3,58	,900	12
item14	2,42	1,084	12
item15	2,42	1,084	12
item16	2,17	,835	12
item17	2,17	,835	12
item18	4,00	,853	12
item19	2,75	1,055	12
item20	3,92	,900	12
item21	3,67	,888	12

Estadísticos total-elemento

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
item1	61,92	285,356	,758	,983
item2	62,17	284,333	,833	,982
item3	61,58	289,538	,832	,982
item4	62,92	283,356	,938	,981
item5	62,50	285,000	,835	,982
item6	62,00	289,455	,852	,982
item7	61,42	289,356	,798	,983
item8	61,58	297,356	,761	,983
item9	62,75	286,023	,927	,982
item10	62,67	289,515	,916	,982
item11	61,67	289,879	,903	,982
item12	61,67	291,152	,860	,982
item13	61,67	291,152	,860	,982
item14	62,83	285,970	,852	,982
item15	62,83	285,970	,852	,982
item16	63,08	292,629	,877	,982
item17	63,08	292,629	,877	,982
item18	61,25	294,386	,795	,983
item19	62,50	284,636	,917	,982
item20	61,33	288,788	,941	,982
item21	61,58	293,174	,804	,983

Estadísticos de la escala

Media	Varianza	Desviación típica	N de elementos
65,25	318,386	17,843	21

DATOS SUMINISTRADOS AL PAQUETE ESTADÍSTICO

	item1	item2	item3	item4	item5	item6	item7	item8	item9	item10	item11	item12	item13	item14	item15	item16	item17	item18	item19	item20	item21
1	2	2	3	1	2	3	4	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	4	2	3	3
2	4	4	5	3	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	5	3	5	5
3	3	3	3	2	3	3	5	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	4
4	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	3	1	1	1	1	3	2	3	3
5	5	5	5	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	3	3	3	3	5	4	5	5
6	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4
7	4	3	4	2	2	3	3	4	2	2	3	3	2	1	1	1	1	3	2	3	3
8	3	3	3	1	2	3	2	3	1	2	2	3	3	1	1	1	1	4	1	3	2
9	5	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4	3	3	5	4	5	4
10	4	4	4	3	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	5	4	5	4
11	1	1	3	1	2	2	3	3	1	1	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3
12	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	4	4	4	3	3	2	2	4	2	4	4