



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

Y

ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TESINA DE GRADO PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO

DE LICENCIADO EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO

DEPORTIVO

TÍTULO

INFLUENCIA DE LA COORDINACIÓN MOTORA EN EL DESARROLLO
DE LA TÉCNICA DE LA CARRERA, EN LOS NIÑOS DE 10 A 11 AÑOS
DE LA ESCUELA FISCOMISIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA
“MEDALLA MILAGROSA” DEL CANTÓN GUANO PROVINCIA DE
CHIMBORAZO PERÍODO SEPTIEMBRE 2014 A FEBRERO 2015

AUTOR: Klever Lucio Zambrano Castillo

TUTOR: MSC. Henry Gutiérrez

RIOBAMBA - ECUADOR

AÑO - 2015



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA DE CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Tesina de grado previo a la obtención del título de Licenciado en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo.

HOJA DE APROBACIÓN

POR:

NOMBRES

Msc. Henry Gutiérrez

Lcdo. Vinicio Sandoval

Lcda. Susana Paz

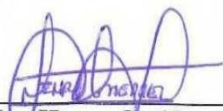
FIRMAS



CERTIFICACIÓN

Quien suscribe Msc. Henry Gutiérrez, legalmente nombrado tutor de la tesina: **INFLUENCIA DE LA COORDINACIÓN MOTORA EN EL DESARROLLO DE LA TÉCNICA DE LA CARRERA, EN NIÑOS DE 10 – 11 AÑOS DE LA ESCUELA FISCOMISIONAL DE EDUCACIÓN BÁSICA “MEDALLA MILAGROSA” DEL CANTÓN GUANO PROVINCIA DE CHIMBORAZO PERÍODO SEPTIEMBRE 2014 A FEBRERO 2015**, como requisito parcial para la obtención del título de Licenciado en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo; en uso de las atribuciones que le confiere el reglamento pertinente, tiene a bien certificar que el señor Klever Lucio Zambrano Castillo; realizó responsablemente el presente trabajo de investigación, y que acepto asesorar al estudiante en calidad de tutor, durante la etapa del desarrollo del trabajo hasta su presentación y evaluación. Riobamba, Febrero del 2015.

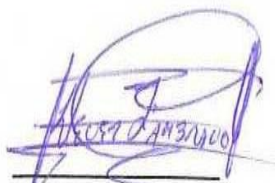
Atentamente.



Msc. Henry Gutiérrez
TUTOR

DERECHO DE AUTORÍA

Yo Klever Lucio Zambrano Castillo, con cédula de identidad N°060197503-0,dejo constancia que la propuesta realizada en la presente investigación, ésta basado en la experiencia profesional empírica, estudios realizados a través del proceso académico, investigaciones bibliográficas y de campo, soy responsable de todo el contenido de este trabajo investigativo, los derechos de autoría pertenecen a la Universidad Nacional de Chimborazo



Klever Zambrano

0601975030

RECONOCIMIENTO

A la Universidad Nacional de Chimborazo, Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela de Cultura Física y Entrenamiento Deportivo, a todos los Catedráticos que impartieron sus conocimientos durante la etapa estudiantil al tutor Msc. Henry Gutiérrez quien me guio en la realización de la tesina y a todas aquellas personas que me brindaron su ayuda generosa hasta llegar a culminar la meta.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios que me iluminó con su espíritu y sabiduría, me dio la salud para que mi sueño se haga realidad.

A la Universidad Nacional de Chimborazo, que abrió sus puertas para formarme como persona, con ideas constructivas, con innovación y progreso a favor de la comunidad y de quienes más lo necesiten.

A los Docentes de la Carrera de Cultura Física y Entrenamiento Deportivo de la Facultad de Ciencias de la Salud, a ustedes mil gracias por compartir sus sabias enseñanzas e inculcar valores de responsabilidad, respeto, igualdad y justicia.

A la escuela “Medalla Milagrosa” del Cantón Guano Provincia de Chimborazo, a su distinguida Directora y al personal docente por la apertura brindada para conseguir las informaciones requeridas en esta investigación y aplicar esta nueva propuesta deportiva.

KLEVER

DEDICATORIA

Con gratitud y respeto a quienes forman la razón de mi vivir que son el abrigo y la alegría de mi hogar, a mi esposa Leonor, mis hijos Xavier y Daniel, a mis hermanos y amigos, por ser como son y brindarme impulso y seguridad en mi vida.

A todos quienes fueron un pilar fundamental, sabios en mi superación personal y profesional, a ustedes niños dedico este complemento de experiencias, para que participen en presentes y futuros eventos deportivos, porque es la razón propia de la superación dentro de esta nueva educación.

KLEVER

ÍNDICE GENERAL

CONTENIDO	PÁGINA N°
PORTADA.....	i
HOJA DE APROBACIÓN.....	ii
CERTIFICACIÓN.....	iii
AUTORÍA.....	iv
RECONOCIMIENTO.....	v
AGRADECIMIENTO.....	vi
DEDICATORIA.....	vii
ÍNDICE GENERAL.....	viii
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xiii
ÍNDICE DE CUADROS.....	xiv
RESUMEN.....	xv
INTRODUCCIÓN.....	1

ÍNDICE DE CONTENIDO

CAPITULO I

1.PROBLEMATIZACIÓN.....	3
1.1.Planteamiento del problema.....	3
1.2. Formulación del problema	7
1.3. Objetivos de la investigación	7
1.3.1.Objetivo general	7
1.3.2.Objetivos específicos	7
1.4 Justificación	8

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO	10
2.1. Posicionamiento teórico personal	10
2.2. Fundamentación teórica	11
2.2.1. Antecedentes investigativos	11
2.2.2. Fundamentación filosófica.....	12
2.2.3. Fundamentación legal	12
2.2.4. Fundamentación axiológica	12
2.2.5. Categorías fundamentales	13
2.3. Definiciones de términos básicos.....	14
2.3.1. Definición de coordinación	14
2.3.3. Concepto de coordinación motora	15
2.3.4. Tipos de coordinación motora.....	16

2.3.4.1. Coordinación general.....	16
2.3.4.2. Coordinación específica	16
2.3.5. Otros tipos de coordinación motriz–motora	17
2.3.6. Clasificación de la coordinación motora.	17
2.3.6.1. En función de la acción motriz.....	18
2.3.6.2. En función de la relación muscular	18
2.3.7. Factores que determinan el grado coordinativo en la técnica de la carrera.....	18
2.3.8. Proceso evolutivo de la coordinación motora – motriz.....	19
2.3.9. La técnica de la coordinación motora y su relación con la carrera.....	19
2.3.10. Planificación motora	19
2.3.11. El equilibrio corporal.....	20
2.3.12. Habilidades motrices básicas activas locomotrices	20
2.3.13. Habilidades motrices básicas no locomotrices.....	21
2.3.14. Desarrollo de la técnica de la carrera.....	21
2.3.14.1. El uso del combustible.....	22
2.3.14.2. Flexibilidad	22
2.3.14.3. Fatiga	23
2.3.15. Concepto de correr.....	23
2.3.16. Técnica de correr concepto.....	23
2.3.17. Fases de la carrera.....	24
2.3.20. Glosario de términos	27
2.4. Hipótesis y variables.....	29
2.4.1. Hipótesis	29
2.4.2. Clases de variables	29
2.4.3. Operacionalización de las variables.....	30

CAPÍTULO III

3.MARCO METODOLÓGICO.....	31
3.1.Método.....	31
3.2.Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	32
3.2.1. Los test.....	32
3.2.2. El test de coordinación motora de Ozeretski-Guilmann	33
3.2.3. Ficha de observación.....	34
3.2.3.1. Modelo de la ficha de observación.....	34

CAPITULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	35
4.1.1. Coordinación general (CG)	35
4.1.2.Coordinación específica (CE).....	35
4.1.3. Lateralidad (LAT).....	36
4.1.4. Adaptación al ritmo (RIT).....	36
4.3.1. Análisis final de la ficha de observación en la técnica de la carrera	50

CAPITULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	54
5.1. Conclusiones	54
5.2. Recomendaciones	54

CAPÍTULO VI

6. LA PROPUESTA	55
6.1. Justificación	55
6.2.Fundamentación	55
6.2.1. Fundamentación epistemológica	55
6.3. El papel del Docente con los Niños.....	56
6.4. Objetivos de la propuesta.....	56
6.5. Desarrollo de la propùesta.....	56
BIBLIOGRAFÍA	66
LINKOGRAFÍA.....	67
ANEXOS	68

ÍNDICE DE GRAÁFICOS

Nº	TITULO	PÁG.
Gráfico N° 1:	Árbol de problemas.....	6
Gráfico N° 2:	Definición de coordinación.....	14
Gráfico N° 3:	Coordinación motora el cerebello.....	15
Gráfico N° 4:	Habilidades motrices básicas de locomoción.....	20
Gráfico N° 5:	Habilidades básicas de no locomoción.....	21
Gráfico N° 6:	Amortiguamiento.....	24
Gráfico N° 7:	Fase de Apoyo.....	24
Gráfico N° 8:	Fase de impulso.....	25
Gráfico N° 9:	Fase de vuelo.....	25
Gráfico N° 10:	Análisis inicial del test de coordinación General.....	37
Gráfico N° 11:	Análisis inicial del test de coordinación específica.....	38
Gráfico N° 12:	Análisis inicial del test de coordinación de la lateralidad.....	39
Gráfico N° 13:	Análisis inicial test de coordinación de ritmo.....	40
Gráfico N° 14:	Análisis final del test de coordinación General.....	41
Gráfico N° 15:	Análisis final test de la coordinación específica.....	42
Gráfico N° 16:	Análisis test de la coordinación de la lateralidad.....	43
Gráfico N° 17:	Análisis final del test de coordinación de ritmo.....	44
Gráfico N° 18:	Análisis inicial ficha de observación oscilación de brazos.....	46
Gráfico N° 19:	Análisis inicial ficha de observación flexiona demasiado la pierna de apoyo.....	47
Gráfico N° 20 :	Análisis inicial ficha de observación golpea las plantas de los pies en la carrera.....	48
Gráfico N° 21:	Análisis inicial ficha de observación muy rígida su cabeza al correr.....	49
Gráfico N° 22:	Análisis final ficha de observación oscilación de brazos hacia los lados.....	50
Gráfico N° 23:	Análisis final ficha de observación flexiona demasiado la pierna de apoyo.....	51
Gráfico N° 24:	Análisis final ficha de observación golpea las plantas de los pies en la carrera.....	52
Gráfico N° 25:	Análisis final ficha de observación posición de su cabeza muy rígida al correr.....	53

ÍNDICE DE CUADROS

Nº	TITULO	PÁG.
Cuadro N° 1:	Categorías fundamentales.....	13
Cuadro N° 2:	Operacionalización de Variables.....	30
Cuadro N° 3:	Parámetros para medir cualidades motoras.....	33
Cuadro N° 4:	Ficha de parámetros observación.....	34
Cuadro N° 5:	Análisis inicial test de coordinación general.....	37
Cuadro N° 6:	Análisis inicial test de coordinación específica.....	38
Cuadro N° 7:	Análisis del Test de Coordinación de la lateralidad.....	39
Cuadro N° 8:	Análisis inicial test de coordinación de ritmo.....	40
Cuadro N° 9:	Análisis final test de coordinación general.....	41
Cuadro N° 10:	Análisis final test de la coordinación específica.....	42
Cuadro N° 11:	Análisis final Test de la Coordinación de lateralidad.....	43
Cuadro N° 12:	Análisis final del test de coordinación de ritmo.....	44
Cuadro N° 13:	Análisis inicial Oscilación de brazos hacia los lados.....	46
Cuadro N° 14:	Análisis inicial flexiona demasiado la pierna en la fase de apoyo.....	47
Cuadro N° 15:	Análisis inicial golpea las plantas de los pies en la carrera.....	48
Cuadro N° 16:	Análisis inicial posición de su cabeza muy rígida al momento de correr.....	49
Cuadro N° 17:	Análisis final Oscilación de brazos hacia los lados.....	50
Cuadro N° 18:	Análisis final Flexiona demasiado la pierna en la fase de apoyo.....	51
Cuadro N° 19:	Análisis final golpea las plantas de los pies en la carrera.....	52
Cuadro N° 20:	Análisis final posición de su cabeza muy rígida al momento correr.....	53

RESUMEN

Esta investigación está propuesta para dar a conocer la importancia de la influencia de la coordinación motora en el desarrollo de la técnica de la carrera en los niños de 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Si observamos cualquier movimiento que realiza el cuerpo humano, nos damos cuenta que es una perfecta combinación de grupos musculares de acciones opuestas, que por medio de la coordinación permiten una armonía perfecta. Un niño bien coordinado es capaz de adaptarse a nuevas situaciones y aprender nuevas técnicas de movimiento gracias a su inteligencia motriz.

La reciente información corresponde a una investigación cuantitativa y cualitativa basado en un trabajo de campo y en la recolección bibliográfica.

Para el análisis de la información real se utilizó, el test en la coordinación motora y la ficha de observación en el desarrollo técnico de la carrera el cual sirvió para conocer el rango en que se hallaban los niños entre 10 a 11 años de la escuela.

Para realizar a continuación un estudio de los resultados mostrados para buscar una solución de los problemas presentados a través de actividades ilustrativas que permitirán mejorar las deficiencias confirmadas.

En conclusión a través del análisis de la ficha de observación, se registró los resultados en el desarrollo de la técnica de la carrera para confirmar cuántos niños se encuentran en condiciones regulares y cuántos niños en condiciones irregulares. Será específico analizar los factores genéticos en los niños el mismo que cumpliera con seguridad los ejercicios ilustrados en la coordinación motora.

Proponer un grupo de ejercicios coordinativos beneficiará directamente el desarrollo de la técnica de la carrera, puesto que todos los movimientos del cuerpo deben estar orientados hacia el eje de progresión, posición del tronco, posición de la cabeza, la acción de brazos y piernas.

Los beneficiarios directos son los niños atletas de 10 a 11 años que asisten regularmente a la escuela “Medalla Milagrosa” del cantón Guano Provincia de Chimborazo.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CENTRO DE IDIOMAS

ABSTRACT

This research has been proposed to announce the importance of the influence of motor coordination in the development of technical competition in children 10-11 years of the "Medalla Milagrosa" school.

If we observe any movement that the human body does, we realize that is a perfect combination of muscle groups opposing actions, which through coordination allow perfect harmony. A well-coordinated child is able to adapt to new situations and learn new techniques of movement due to his/hers motor intelligence.

The new information corresponds to a quantitative and qualitative research based on fieldwork and literature collection.

The information was analyzed through a motor coordination test and an observation sheet in the technical development of the competition which served to know the range in which the children were from 10-11 of schooling years. The results had shown a solution to the problems through illustrative activities that will improve substantiated deficiencies.

In conclusion through observational sheet analysis the results were recorded in the development of the sprint technique to confirm how many children were in fair condition and how many children were under irregular conditions. Specific genetic factors should be analyzed in children, which would safely fulfill the illustrated exercises in motor coordination.

A group of coordinative exercises should be suggested that will directly benefit to the development of the race's technique, since all body movements must be oriented towards the axis of progression, trunk and head position, arms and legs action.

The direct beneficiaries have been athletes aged 10 to 11 years who regularly attend "Medalla Milagrosa" school at Guano Canton in the Chimborazo Province.

Translation reviewed by:

Dra. Fanny Zambrano V. Msc.
English teacher at Languages Center FCS



INTRODUCCIÓN

El tema de investigación es concerniente al estudio de la influencia de la coordinación motora en el desarrollo de la técnica de la carrera en los doce niños escogidos de 10 a 11 años de la escuela Fiscomisional “Medalla Milagrosa” del cantón Guano Provincia de Chimborazo. Está facilitada para dar a conocer la importancia de la influencia de la coordinación motora en el desarrollo de la técnica de la carrera, ya que por naturaleza es un deporte donde se debe resolver situaciones complejas a cada instante.

Se ha puesto de manifiesto este problema, puesto que los doce niños escogidos entre 10 y 11 años presentan deficiencias en su coordinación motora y como consecuencia errores en el desarrollo de la técnica de la carrera es por esta razón que se presenta el interés de este estudio sobre el tema.

Fue de gran importancia saber - conocer el nivel en que se encontraban estos niños tanto en su coordinación motora como en desarrollo de la técnica de la carrera, evaluaciones que se constituyeron en una información específica al inicio del estudio.

Gracias a su inteligencia motriz, un niño bien coordinado es capaz de adaptarse a nuevas situaciones y aprender nuevas técnicas de movimiento.

Capítulo I: Se basa en el planteamiento del problema en el que se indicará la dificultad que presentan los niños de 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Se explica de forma clara y precisa el objetivo general y los objetivos específicos; además están las causas con sus respectivos efectos, que servirán de guía en la ejecución del proyecto

También se menciona la justificación del por qué se escogió el tema y los beneficios que facilitará la investigación.

Capítulo II: Referente al marco teórico donde se demostrará de forma científica una orientación específica sobre la influencia de la coordinación motora y el desarrollo de la técnica de la carrera, lo cual servirá para evidenciar la propuesta de forma clara y precisa.

También estará el planteamiento de la hipótesis, con sus respectivas variables de estudio y finalmente la operacionalización de las variables.

Capítulo III: Se describe la metodología de trabajo con la cual se va a ejecutar, constará la población y la muestra en la que se va a efectuar el estudio de la investigación al igual que las técnicas e instrumentos que se va a emplear para la adquisición de datos con respecto a la coordinación motora y al desarrollo de la técnica de la carrera.

Capítulo IV: Se tratará del análisis e interpretación de resultados los cuales fueron obtenidos a través de los Test de Ozeretski-Guilmann en la coordinación motora, las fichas de observación en la técnica de carrera presentando sus parámetros y su grado de dificultad, se usaran gráficos y tablas, que servirán para interpretar los resultados de la investigación en los niños de 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Capítulo V: Donde se dará a conocer las conclusiones y recomendaciones luego de haber concluido el análisis e interpretación de resultados.

Capítulo VI: Estará la propuesta de grupos de actividades de trabajo con sus respectiva metodología y variaciones, para dominar la influencia de la coordinación motora y evidenciar el desarrollo en la técnica en la carrera.

CAPITULO I

1. PROBLEMATIZACIÓN

1.1 Planteamiento del problema

En distintas épocas, instructores y docentes de Educación Física, centralizaron su estudio y cuidado en las capacidades pero con el tiempo y frente a un escenario cada vez más competitivo, los investigadores ampliaron su perspectiva hacia otros contenidos íntimamente relacionados con el sistema nervioso, esta cualidad, conocida como la coordinación motora-motriz.

En nuestro país la coordinación motora admite mejorar, las destrezas y habilidades de los niños al inicio desde su percepción de su propio cuerpo, para lograr una coordinación motora específica se ejecutarán procesos de estudio sobre el movimiento, del esquema corporal de forma general y específico, así también en lateralidad y ritmo dando un efecto beneficioso en su condición física, mental y emocional.

En la actualidad el avance tecnológico presenta niños que en su gran parte de vida no quieren realizar o ejercitar alguna actividad física, especialmente, en lo que se refiere al atletismo, en algunos de los casos pasa en casa mirando la televisión, esto hace que su coordinación motora no mejore, lo cual se hace difícil el desarrollo de esta destreza

En la escuela donde se produjo el trabajo de la investigación, los niños el mayor tiempo pasan sentados en sus pupitres sin mayor movimiento y en las clases de Educación Física aún no se puede cimentar una enseñanza sobre la coordinación motora.

Además la escuela cuenta con una infraestructura adecuada para corregir y preparar planes y programas en la coordinación motora, pero en cuanto se refiere a la práctica de la carrera el lugar presenta carencias.

Ante esta realidad, la causa principal de este trabajo es valorar la influencia de la coordinación motora, innovando hacia una orientación sistemática y armonizada en los niños de la escuela para alcanzar el desarrollo en la técnica de la carrera.

Preparando al niño a un ambiente lleno de estímulos, el cual ayudará al desarrollo de sus destrezas y habilidades propias de una enseñanza de ahí que conviene aprovechar esta etapa escolar en donde el niño se enfrenta al mundo que le exige una formación motora adecuada.

Es evidente que los niños deben avanzar por un proceso educativo que les permita alcanzar un desarrollo eficiente, para orientar correctamente los contenidos de trabajo que se da en la coordinación motora, de forma individual y grupal.

En los últimos años la escuela “Medalla Milagrosa” se encuentra en una situación de mejorar sus presentaciones a nivel inter-escolar de atletismo, la falta de dominio en la coordinación motora origina no contribuir en el desarrollo de la técnica de correr.

Además no se comprometen lo suficiente participar en esta competencia lo cual ocasiona una equivocada formación científica en los niños seleccionados.

Para concientizar al niño ejecutante debemos formarlo en un ser positivo dentro de la sociedad, evitando en lo futuro se dediquen a la drogadicción y alcoholismo que son los males frecuentes que aquejan a la sociedad.

Cautivar la intervención y la responsabilidad del padre de familia, para que los niños se vean respaldados. Los docentes y entrenadores especializados en el área de Cultura Física serán los encargados de realizar un proceso continuo en el trabajo sobre la coordinación motora, ya que de ella dependerá la efectividad para lograr un buen gesto técnico y aplicar a una distinta disciplina deportiva.

Causas

- Deficiencia motora en la ejecución de ejercicios corporales.
- Limitación de fundamentos para desarrollar su movimiento motor

- Aplicación de metodología errónea en el proceso de enseñanza y aprendizaje
- Falta de interés del Docente - instructor para incentivar a los niños en la técnica de la carrera.

Efectos

- Desconocimiento e importancia del Docente - Instructor sobre la coordinación motora en el desarrollo de ejercicios corporales.
- Falta de Orientación por parte del Docente - Instructor en el progreso de la actividad motora
- Utilización de metodología tradicional aplicada por el Docente - instructor.
- Ausencia de un experto - Guía para estimular al desarrollo de la técnica en la carrera en los niños.

ÁRBOL DE PROBLEMAS



Gráfico N° 1: Árbol de problemas
Fuente: Klever Zambrano

1.2 Formulación del problema

¿Cómo influye la coordinación motora en el desarrollo de la técnica de la carrera, en los niños de 10 a 11 años de la escuela Fiscomisional de Educación Básica “Medalla Milagrosa”, del cantón Guano provincia de Chimborazo período septiembre 2014 a febrero 2015?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo General

Determinar la influencia de la coordinación motora, en el desarrollo de la técnica de la carrera, en los niños de 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa” del cantón Guano, Provincia de Chimborazo.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Identificar a través de la ficha de observación el grado de desarrollo técnico de la carrera, en los niños, de 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa”.
- Analizar el tipo de ejercicio de coordinación en su ejecución que contribuyan al desarrollo de la técnica de la carrera, en los niños, de 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa”.
- Proponer un grupo de actividades coordinativas que afirmen y beneficien al desarrollo de la técnica de la carrera en los niños de 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa”.

1.4 Justificación

El presente trabajo investigativo se plantea en vista de la necesidad de la institución; que cuenta con una selección limitada de niños de atletismo.

Para participar en las competencias inter-escolares del cantón Guano y a través de este compromiso instruir la influencia de la coordinación motora para desarrollar la técnica en la carrera.

La importancia de correr exige un alto nivel técnico por lo que es necesario llevar un proceso que permitirá seleccionar a niños más homogéneos que puedan ejecutar movimientos más ordenados los cuales no pueden ser logrados de forma directa por cada uno de ellos puesto que sus movimientos no son los mismos.

La mayoría de técnicos entrenadores y docentes que han venido desempeñando en el área de Educación Física han dado poca importancia sobre el tema en estudio.

Las autoridades educativas en ocasiones se han preocupado, en proponer un modelo atlético deportivo y al mismo tiempo aprobar ideas didácticas en planes deportivos, los cuales se basan en la preparación de personal que beneficie una capacitación en el manejo de nuevos conocimientos.

Hoy en día se ha mostrado un interés por todo lo que tiene que ver con los niños y la relación que este tiene con el progreso de su coordinación motora, para desarrollar la técnica en la carrera.

En nuestro medio al niño deportista, se ha dejado a la experiencia empírica del entrenador y a su capacidad de observación, sin llevar un programa claro de detección orientada al progreso del atleta.

Las exigencias desde el punto de vista competidor son cada vez mayores y obligan a tener soportes científicos.

En el entrenamiento el interés es continuo y cada vez más riguroso en la formación atlética deportiva.

Es por eso que hemos orientado el proyecto a la modificación de corregir la coordinación motora en los niños de 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa” así estos argumentos justificarán la corrección de mejorar la técnica en la carrera, los cuales están concernidos con el esfuerzo y dedicación, logrando un mejor rendimiento individual y colectivo.

Esta investigación permitirá presentar conceptos y enfoques teóricos relacionados con las variables en estudio, que bibliográficamente contribuirán a un discernimiento, además el trabajo es original considerando el problema en estudio.

Justificable, porque está dado a través de métodos, comprensivos y adaptables, los mismos que están vinculados con los sujetos de estudio.

Factible porque este proyecto esta propuesto en forma precisa de fácil acceso y comprensión, debido a que existirá la vinculación directa entre los sujetos de investigación, los recursos y el tiempo necesario para su ejecución.

Relevante, por que estará dirigido en beneficio de los niños varones comprendidos entre 10 a 11 años de la escuela, como también de todos los planteles educativos del cantón Guano y de la comunidad en general.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Posicionamiento teórico personal

Una vez verificado el estudio documental de los diferentes tipos de teorías pedagógicas se ha considerado a la teoría constructivista y a la teoría cognitiva.

Teoría Constructivista.- El constructivismo es un conjunto de teorías psicopedagógicas que aborda el estudio de la comprensión a partir del desarrollo gradual de un concepto y de su socialización. Por otra parte el constructivismo es también es una “técnica terapéutica que trata de explicar ¿Qué son las cosas? “ Pellejero (2001). También se puede definir como el modelo que permite que las personas vayan construyendo su propio aprendizaje a través de conocimientos previos que se van enriqueciendo día a día generando un cambio en la conducta de pensar, sentir y actuar.

El constructivismo tiene como finalidad el estudio de la forma en que el ser humano forma sus conceptos. Es decir se considera que la construcción se produce:

- Cuando el sujeto interactúa con el objeto del conocimiento (Piaget).
- Cuando esto se lo realiza en interacción con otros (Vigotsky)
- Cuando es significativo para el sujeto (Ausubel)

*** Módulo de psicopedagogía 2009 Generación Siglo XXI.**

Teoría cognitiva.-Según Ausubel (1986) citado por Barriga (2002): “el factor más importante que influye en el aprendizaje es lo que el alumno sabe. Averíguese esto y enséñese consecuentemente...”. Es una teoría cognitiva y, como tal, tienen por objeto explicar teóricamente el proceso de aprendizaje. Se preocupa de los procesos de comprensión, transformación, almacenamiento y uso de la información envueltos en el conocimiento.

2.2. Fundamentación teórica

2.2.1. Antecedentes investigativos

El estudio de la coordinación motora - motriz tiene sus orígenes en Francia a partir de la década de los 50 y surge debido a la gran cantidad de problemas escolares que se presentaban en los educandos de la época, dedicándose principalmente a la detección y reducción de las insuficiencias motrices.

Las investigaciones más relevantes sobre la coordinación motora - motriz fueron realizadas por distintos estudiosos como Henri Wallon, que demuestra la importancia del movimiento en el desarrollo evolutivo del niño y encuentra un íntimo entrelazamiento existente entre las funciones motrices e intelectuales.

KARLA AZUCENA 8/10/2010

Inmediatamente establezco una amplia investigación en la UNACH y también en internet sobre el tema de “La influencia de la coordinación motora en el desarrollo de la técnica de la carrera” el cual, expreso que existen temas concernientes a las capacidades coordinativas añadidas a diferentes deportes como el fútbol, el baloncesto el ecua-vóley, natación, lo cual no tiene ninguna relación con el tema propuesto ya que está relacionado al atletismo.

Y a través del internet existe una gran información bibliográfica sobre la coordinación motora y sobre el desarrollo de la técnica de la carrera.

Igualmente manifiesto que la investigación, hoy en día, se ha constituido en una herramienta útil para resolver problemas sociales, culturales, educativos y deportivos, para reducir las deficiencias que se presenten dentro de cualquier conglomerado social; puesto que todos los centros educativos de todos los niveles realizan actividades físicas deportivas dentro y fuera de sus establecimientos y sus resultados determinan su razón de ser, es decir se empieza a evaluar por sus investigaciones realizadas.

En tal virtud, este esfuerzo investigativo pasa a constituirse en un aporte que brindara la Universidad Nacional de Chimborazo a la escuela “Medalla Milagrosa”.

2.2.2. Fundamentación Filosófica

La enseñanza de la coordinación motora para mejorar la técnica de la carrera en la edad escolar, se basan en diseños y planificaciones curriculares de la Cultura Física, donde se toma en cuenta las etapas o ciclos en el progreso de los niños, utilizando al deporte menospreciado por todos como es el atletismo.

El marco de la reforma curricular se fundamenta y presenta al sujeto como un ser autónomo, con oportunidades de progreso en su coordinación motora para mejorar el desarrollo de la técnica en la carrera.

2.2.3. Fundamentación Legal

Será necesario revisar documentos oficiales donde consten leyes, reglamentos y programas de estudio, que demuestren igualdad en la educación y en la práctica de educación física, deporte y recreación.

Que garantizará los recursos e infraestructuras que permitan el desarrollo del deporte en general.

Que, la Constitución garantiza los derechos del buen vivir con un sentido de inclusión y equidad social.

2.2.4. Fundamentación axiológica

Se entiende a la axiología como el juicio de los valores y bienes que animan y legitiman a la educación, los cuales deben ser contemplados tantas veces como se proceda a la formulación o reformación de sus fines y compromisos prioritarios. Los valores pueden ser permanentes o cambiantes y pueden diferenciarse.

Enviado por OsmarOGG 26/11/2012.

2.2.5. Categorías fundamentales

COMPONENTE	FACTORES	CUALIDADES
<p style="text-align: center;">COORDINACIÓN</p>	<p style="text-align: center;">COORDINACIÓN MOTORA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Definición • Conceptos • Tipos de coordinación • Factores que influyen en la coordinación • Proceso Evolutivo • Evaluación • Los Test
<p style="text-align: center;">LA CARRERA</p>	<p style="text-align: center;">DESARROLLO DE LA TÉCNICA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Introducción • Concepto • Técnica de la carrera • Desarrollo de la técnica • Elementos de la carrera • Fases de la carrera • Fichas de Observación • El Test.

Cuadro N° 1: Categorías fundamentales.
Fuente: Klever Zambrano

2.3. Definiciones de términos básicos

2.3.1. Definición de coordinación

Entendemos por coordinación a la acción de coordinar, de poner a trabajar en conjunto diferentes elementos, en pos de obtener un resultado específico para una acción conjunta.

Según Hirtz define que es la capacidad de coordinación está determinada, ante todo, por los procesos de control y regulación del movimiento.

Esto permite al deportista dominar las acciones motoras con precisión y economía, en situaciones determinadas, que pueden ser previstas (estereotipos), o imprevistas (adaptación), y aprender de modo relativamente más rápido los gestos deportivos.

Morehouse define a la coordinación neuromuscular como el control nervioso de las contracciones musculares en la realización de los actos motores.

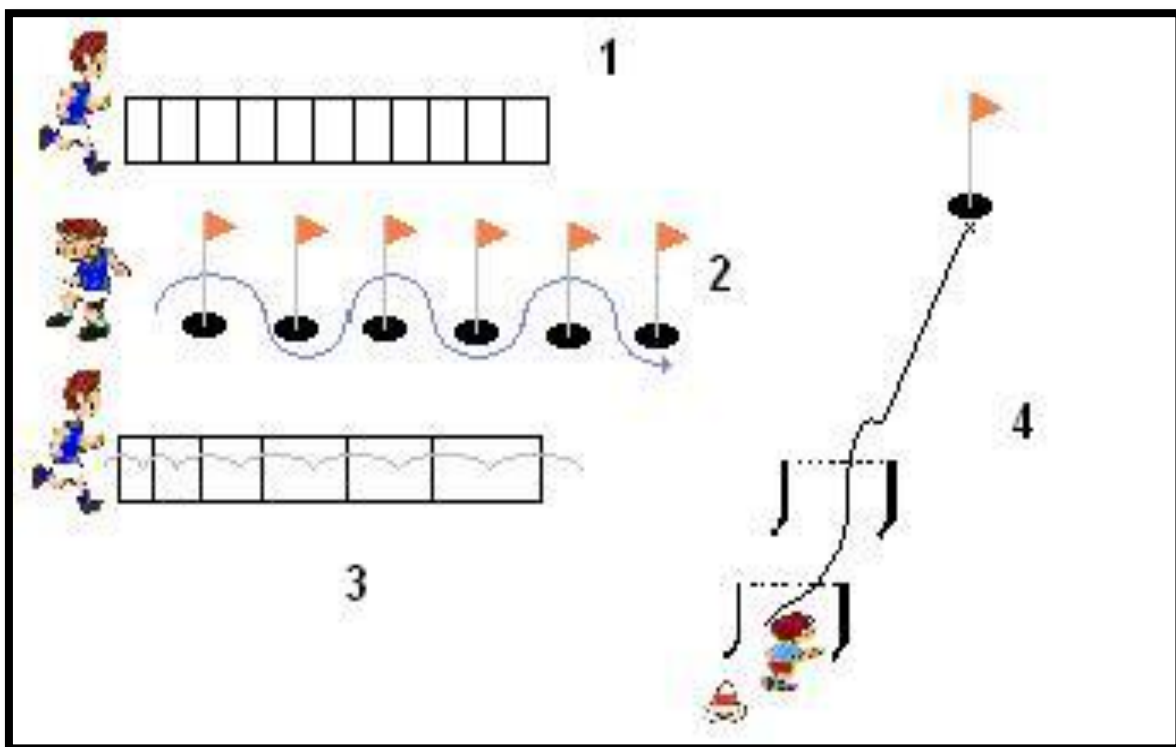


Gráfico N° 2: Definición de coordinación.

Fuente: Definición ABC » General » Coordinación

2.3.2. La coordinación motora

Los movimientos del cuerpo humano poseen objetivos específicos, toda persona necesita desplazarse, correr, lanzar objetos, atrapar, girar, trepar. Aplicados a un deporte se les denomina técnica para cumplir con los requerimientos competitivos hoy en día se requiere que el movimiento posea: Fuerza, elegancia, velocidad, sencillez, flexibilidad, belleza, armonía, resistencia, ritmo y economía. A todos estos requerimientos le llamamos coordinación motora un órgano llamado cerebelo se encarga de integrar las vías sensitivas y vías motoras permitiendo regular los movimientos precisos, el equilibrio, la postura y el aprendizaje motor.

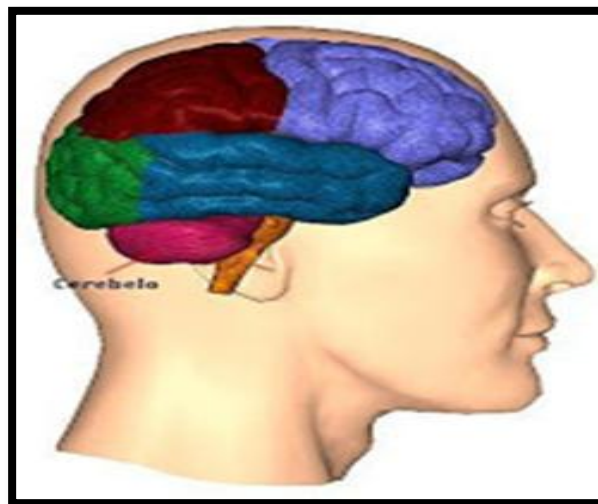


Gráfico N° 3: Coordinación motora el cerebelo
Fuente: Wonderful Conditioning

2.3.3. Concepto de coordinación motora

La coordinación motora es un elemento cualitativo del movimiento, que va a depender del grado de desarrollo del S.N.C. del potencial genético de los educandos para controlar el movimiento y los estímulos, y como no, de las experiencias y aprendizajes motores que hayan adquirido en las etapas anteriores.

Para ir logrando un movimiento corregido se recurre a la repetición del acto motor para que el sistema nervioso lo registre y cada vez lo perfeccione, el resultado de la coordinación motora es una acción intencional, sincrónica y sinérgica.

2.3.4. Tipos de coordinación motora

2.3.4.1. Coordinación General

“La coordinación general regula la capacidad de ejecutar racionalmente varias habilidades motoras.

Todo deportista que ha sido sometido a un entrenamiento multilateral desde la iniciación deportiva, desarrolla la coordinación general.

La coordinación general representa la base para que el deportista desenvuelva la coordinación específica en el futuro, por eso es un serio error especializar a los deportistas desde edades infantiles, como ocurre en muchas disciplinas deportivas”.

2.3.4.2. Coordinación específica

“Es la capacidad de ejecutar diferentes movimientos de la disciplina deportiva en cuestión con facilidad, precisión y perfeccionamiento.

La coordinación específica está íntimamente ligada a las especificidades y habilidades motoras de la disciplina, por lo cual es el resultado de muchas repeticiones de habilidades específicas y elementos técnicos en la vida deportiva.

La coordinación específica incorpora el desarrollo de otras capacidades motoras de acuerdo con las características de su disciplina deportiva.

Consecuentemente un atleta de atletismo puede ser coordinado para su disciplina, y muy descoordinado para otra disciplina”.

* Medicina y ciencias del deporte y la actividad física. Armando E. Pancorbo Sandoval Océano/ergon pág. 262.

2.3.5. Otros tipos de Coordinación motriz–motora

- **Coordinación Global:** Primera fase del proceso de aprendizaje motor, donde se forman las estructuras básicas de un movimiento. Donde la fuerza, ritmo, fluidez y volumen de este son incorrectos e inadecuados.
- **Coordinación Fina:** Segunda fase del proceso del aprendizaje motor donde la fuerza, fluidez, y volumen son precisos y armónicos.
- **Coordinación Dinámica específica:** Ajuste corporal que se realiza frente a demandas motrices que exigen el uso particular de algún segmento
- **Coordinación Dinámica general:** Acción donde intervienen gran cantidad de segmentos musculares ya sea extremidad superior, inferior o ambas a la vez. Este se basa en el movimiento con desplazamiento corporal en uno o ambos sentidos y que pueden ser rápidos o lentos.
- **Coordinación Viso-motriz:** Tipo de coordinación que se da en un movimiento manual o corporal, que responde a un estímulo visual y que se ajusta positivamente a él. (Coordinación óculo manual y Coordinación óculo pie).
- **Coordinación Dinámico Manual:** Corresponde al movimiento vi-manual que se efectúa con precisión, sobre la base de una impresión visual.

*** Joan Muñoz tipos de coordinación.**

2.3.6. Clasificación de la coordinación motora.

Tras realizar un análisis de varias propuestas de autores como: Le Boulch (1997), Gutiérrez (1991), Contreras (1998), Escobar (2004), vamos a concretar una clasificación general sobre la coordinación motora en función de dos aspectos importantes:

2.3.6.1. En función de la acción motriz

Se halla coordinación dinámica general, la cual trata del buen funcionamiento existente entre el S.N.C. y la musculatura esquelética en movimiento y la coordinación óculo-segmentaria que es el lazo entre el campo visual y la motricidad fina de cualquier segmento del cuerpo.

2.3.6.2. En función de la relación muscular

La coordinación intermuscular externa, se refiere a la participación adecuada de todos los músculos que se encuentran involucrados en el movimiento.

Y la coordinación Intramuscular interna que es la capacidad del adecuado músculo para contraerse eficazmente.

2.3.7. Factores que determinan el grado coordinativo en la técnica de la carrera

El grado de calidad de un sujeto en cuanto a la técnica de la carrera, está directamente vinculado con el grado de calidad coordinativo.

Pero al mismo tiempo este nivel se encuentra establecido por una serie de factores:

- La genética: en biología estudia los fenómenos de la herencia y la variación bajo todos los aspectos en los cuerpos vivientes y en Psicología estudia el desarrollo psíquico de las etapas por las que pasa el niño hasta convertirse en adulto.
- La edad: en la coordinación irá evolucionando con el niño y con las experiencias motrices adquiridas en etapas anteriores, de ahí la importancia del trabajo en la Cultura Física.
- El grado de fatiga: a través de la coordinación tiene la facilidad en el transcurso de la “contracción-relajación” disminuir la fatiga.

- La tensión nerviosa: se refiere a la realización de movimientos desorganizados temblores e incluso pérdida de equilibrio una relajación excesiva conlleva a la falta de atención y baja disposición del movimiento.
- La condición física: una buena condición física facilita la buena ejecución retrasa la fatiga y permite una utilización más amplia de los recursos.
- El nivel de aprendizaje: el nivel de aprendizaje de acciones motrices permiten eliminar acciones indeseables y realizar movimientos más complejos.

2.3.8. Proceso evolutivo de la coordinación motora – motriz

En edades de 6 a 12 años se construye el desarrollo del sistema nervioso es decir; los factores neuro-sensoriales de la coordinación, entonces se dirá que esta es la etapa ideal para la adquisición de experiencias motrices.

2.3.9. La técnica de la coordinación motora y su relación con la carrera

Debido a la igualdad en el nivel de contenido motriz podemos señalar que la técnica de carrera está asociada a un conjunto de conocimientos el de la coordinación motora, que está relacionada con el movimiento y la actividad física. Por tal conocimiento podemos decir; que la coordinación es un elemento involucrado en la perfección del movimiento y que implica una acción equivalente del sistema nervioso sobre el conjunto corporal para conseguir un objetivo motor planteado.

2.3.10. Planificación motora

La planificación motora es crucial en el desarrollo de la motricidad gruesa puesto que implica el uso de los músculos grandes para participar en eventos deportivos y cumplir con una serie de diferentes actividades.

2.3.11. El equilibrio corporal

El equilibrio corporal, es la base sobre la que se apoya la coordinación motriz se perfeccionan con el órgano encargado de regular el equilibrio que es el cerebelo, el cual coordina la actuación de los diferentes músculos que intervienen en un determinado movimiento para que resulte eficiente y ordenado, el equilibrio se necesita siempre para ajustar los cambios de movimiento y las posiciones.

2.3.12. Habilidades motrices básicas activas locomotrices

En las habilidades motrices básicas locomotrices es en el cual se utiliza como medio único el movimiento corporal, total y parcial.

Los desplazamientos habituales, se pueden considerar como toda progresión de un punto a otro del espacio; el correr es una ampliación natural de la habilidad física de andar.



Gráfico N° 4: Habilidades motrices básicas de locomoción
Fuente: Publicado: 16/01/2012 Habilidades motrices básicas.

2.3.13. Habilidades motrices básicas no locomotrices

Donde se utiliza como medio único la estabilidad corporal, total y parcial. También se puede decir dominio del cuerpo sin desplazamientos por el espacio.



Gráfico N° 5: Habilidades básicas no locomotrices.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”

2.3.14. Desarrollo de la técnica de la carrera

La acción de correr se puede considerar como una actividad natural y cíclica si nos fijamos, desde tempranas edades corren de manera espontánea sin percatarse sobre la forma de hacerlo, hoy en día, diversos estudios relacionan el progreso del desarrollo de la técnica en la carrera con mayor beneficio en su ejecución.

El desarrollo de la técnica de la carrera da lugar a una mejor respuesta motriz lo cual admitirá un aumento en la eficacia de la carrera y a la vez la aplicación de un menor gasto energético y un mayor rendimiento.

El rendimiento óptimo en la carrera no depende solamente del entrenamiento físico, existen múltiples factores biomecánicas, funcionales, físicos, técnicos, propioceptivos y corporales que influyen directamente sobre el desarrollo de la técnica.

Detectar estos factores es fundamental para optimizar los resultados y disminuir el riesgo de lesiones por sobrecarga cuyo objetivo es realizar mejoras a partir de evaluaciones biomecánicas y tratamientos posturales y coordinativos.

La buena ejecución nos va a posibilitar a economizar combustible por lo que permitirá a correr más rápido, otras buenas razones serían: evitar lesiones, progresar en nuestro trabajo y correr con elegancia.

g-se.com/.../desarrollo-de-la-técnica-y-la-velocidad

2.3.14.1. El uso del combustible

Su capacidad de utilizar combustible es administrar. ATP (Tri-Fosfato Adenosina) es la sustancia que conduce la contracción muscular, existiendo tres tipos diferentes de "vías energéticas" que el cuerpo puede utilizar para crear ATP.

Estos tres tipos son el fosfato Creatínico (CP), el sistema glucolítico /anaeróbico y el sistema oxidativo/aeróbico, las vías energéticas que proveen ATP para la contracción muscular, dependen principalmente de la intensidad y la duración de la actividad que se llevará a cabo.

g-se.com/.../desarrollo-de-la-tecnica-y-la-velocidad

2.3.14.2. Flexibilidad

La flexibilidad es importante para el desarrollo técnico de la carrera para la prevención de lesiones. Es significativo que las extremidades sean capaces de viajar a lo largo de todo el recorrido para poder hacer que el desplazamiento en la carrera sea fluido y eficiente.

El corredor debería enfatizar el perfeccionamiento de la flexibilidad principalmente en la cadera (flexores de la carrera y músculos extensores), los músculos de los muslos (posteriores y anteriores), y los músculos del tren inferior (tanto los gemelos como los músculos anteriores de la espinilla). Aunque se pueden realizar estiramientos estáticos, suele ser más efectiva la combinación de estiramientos estáticos con estiramientos dinámicos.

El deportista debería realizar sesiones de estiramiento estático al inicio y final de la sesión de entrenamiento, esto ofrecerá más continuidad y fluidez al movimiento de la carrera el deportista con mayor flexibilidad se verá en la condición de poder realizar zancadas de mayor longitud y frecuencia.

g-se.com/.../desarrollo-de-la-tecnica-y-la-velocidad

2.3.14.3. Fatiga

La fatiga muscular ocurre entre otras razones, tras la contracción repetida en la que el ATP se ve agotado y los productos metabólicos de desecho se acumulan en los músculos.

La fatiga interfiere con la habilidad del músculo para contraerse e impacta negativamente sobre el desarrollo de la técnica, cuando la fatiga aparece debería dar por finalizada la sesión y reiniciar otro día.

g-se.com/.../desarrollo-de-la-tecnica-y-la-velocidad

2.3.15. Concepto de correr

Correr es un movimiento cíclico que provoca un gasto de energía si se realiza de forma coordinada y eficaz este gesto reducirá el gasto energético y por tanto mejorará el rendimiento.

Para Slocum y James, “correr es en realidad, una serie de saltos muy bien coordinados, en los que el peso del cuerpo, primero se sostiene en un pie, luego lo hace en el aire, después vuelve a sostenerse en el pie contrario, para volver a hacerlo en el aire”.

2.3.16. Técnica de correr concepto

Son ejercicios específicos personales los cuales permiten perfeccionar la técnica de la carrera mediante la influencia de la coordinación motora en pleno ciclo de formación del niño deportista.

2.3.17. Fases de la carrera

- **Amortiguamiento:** el sujeto toma contacto con el suelo con el pie (concretamente con la zona del metatarso). A medida que el centro de gravedad se desplaza hacia delante, el pie va rodando hacia el interior, al mismo tiempo que el talón se va aproximando al suelo, aproximación que varía de forma inversa a la velocidad de desplazamiento.

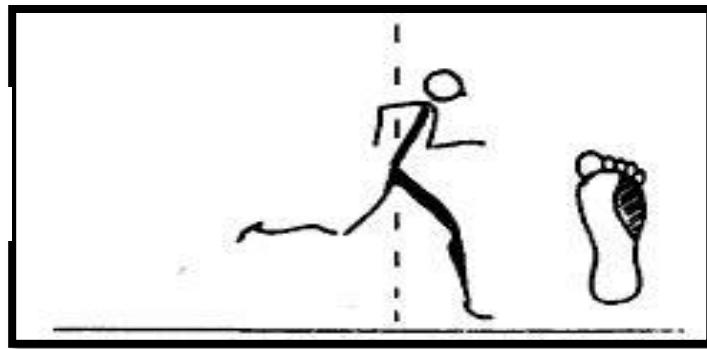


Gráfico N° 6: Amortiguamiento.

Fuente: Ana Isabel Pérez Pineda - Fernando Villegas Jaén

- **Apoyo:** es el tiempo durante el cual la perpendicular trazada desde el centro de gravedad coincide con la base de sustentación del corredor. La pierna correspondiente está flexionada en sus tres articulaciones, y el pie se encuentra en contacto con el suelo con todo el metatarso.



Gráfico N° 7: Fase de Apoyo.

Fuente: Ana Isabel Pérez Pineda - Fernando Villegas Jaén

- **Impulso:** una vez que el centro de gravedad sobrepasa la perpendicular trazada desde su punto de apoyo, se produce una extensión por parte de las articulaciones, (cadera, rodilla, tobillo) finalizando al abandonar la punta del pie el suelo. Esta acción desplaza la masa del corredor adelante y arriba.

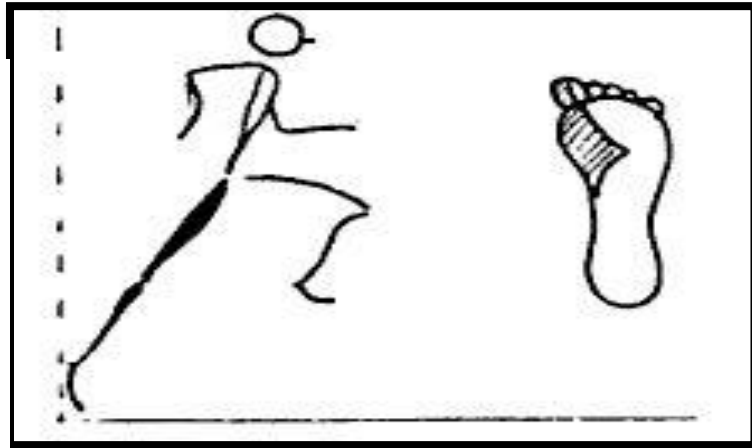


Gráfico N° 8: Fase de impulso.

Fuente: Ana Isabel Pérez Pineda - Fernando Villegas Jaén

- **Vuelo:** finalizado el impulso el pie pierde el contacto con el suelo, y la pierna inicia, primero por inercia y luego voluntariamente, una acción de recogida.



Gráfico N° 9: Fase de vuelo.

Fuente: Ana Isabel Pérez Pineda - Fernando Villegas Jaén

2.3.19. Fundamentos técnicos de la carrera

Los fundamentos técnicos de la carrera se refieren a la forma o estilo al correr, puesto que las características antropométricas y físicas son diferentes en cada individuo, así:

- **Posición del tronco.-** La mayoría de los corredores llevan el tronco erecto y próximo a la perpendicular, excepto en los momentos de aceleración en que la inclinación hacia delante se acentúa.
- **Posición de la cabeza.-** La cabeza se dirige al frente y alineada de forma natural con el tronco no flexiona ni adelante ni atrás.
- **Acción de los brazos.-**La acción de brazos se realiza siempre en la dirección de la carrera y sin entorpecer la progresión de la misma debe ser un movimiento natural y libre de tensiones. El ángulo varía con la velocidad.
- **Acción de piernas.-** La acción de piernas es la que impulsa el cuerpo hacia delante. El apoyo del pie se realiza al término de la fase de suspensión, paralelo a la línea de progresión casi debajo del centro de gravedad. A continuación, el talón desciende y entra en contacto también con el suelo.

2.3.20. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Actitud: Disposición de ánimo manifestada exteriormente. Se refiere al aspecto afectivo de algunas capacidades

Adaptación.- Poder del atleta de variar el programa motor originalmente previsto frente a una situación cambiada.

Características motoras-físicas.- Meinel (1987), considera a esta etapa como el primer punto cumbre del desarrollo motor, por la rápida comprensión y aprendizaje de movimientos nuevos.

Condición Física General.- Se trata del conjunto de cualidades – capacidades motrices del sujeto susceptible de mejorar por medio del trabajo físico.

Cíclica - cíclico. Que se repite regularmente cada cierto tiempo enseñado que está organizada por ciclos.

Disfuncionalidad: Trastorno en el funcionamiento de algo, especialmente el de una función orgánica.

Ejercicio.- Unidad elemental del proceso de entrenamiento, destinado a desarrollar una cualidad; es un acto motor sistemáticamente repetido que constituye el medio principal para realizar las tareas de cultura física y el deporte.

Entrenamiento.- se refiere a la adquisición de conocimiento y habilidades como resultado de la enseñanza de habilidades vocacionales o prácticas relacionado con aptitudes que encierran cierta utilidad.

Enagramas.- su utilización, afecta en la actividad deportiva, a los diferentes caracteres, sus pasiones, y a sus patrones de conducta.

Habilidad Motriz.- Costumbre motora, tan compleja que permite la intervención de los movimientos coordinados.

Inhibición.- disminución de las funciones normales de una parte del organismo por medios mentales o químicos.

Kinestésica: Es la percepción o conciencia de movimiento muscular y de la posición de las partes del propio cuerpo en el espacio. También se llama cinestesia.

Método.- es una proyección general explícito de acuerdo a un criterio teniendo en cuenta una determinada acción.

Metodología.- Es la utilización de los métodos de ordenación y distribución específica de los contenidos de entrenamiento para lograr los objetivos

Mielinización.- La mielina se encuentra en el sistema nervioso y facilita la transmisión de los impulsos nerviosos de unas neuronas a otras, lo cual hace que la recepción y envío de estímulos se haga correctamente.

Ontogenético.- Desarrollo del individuo, referido en especial al período inicial.

Percepción.- cuando hablamos de percepción nos referimos a una sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos. (Sensación, impresión apreciación captación). Según el diccionario de la Real Academia Española

Propiocepción.- Es el sentido que informa al organismo de la configuración de los músculos capacidad de sentir la posición relativa de partes corporales.

Reacción.- Capacidad del niño de ejecutar rápida y correctamente acciones adecuadas contestando a una señal.

Ritmo.- Capacidad de memorizar y de ejecutar el ritmo temporal dinámico de una acción motora y de desarrollar una dinámica individual al realizar el gesto motor.

Sistema Nervioso Central.- Está constituido por el encéfalo y la médula espinal. Están protegidos por tres membranas: duramadre (membrana externa), aracnoides (membrana intermedia), piamadre (membrana interna).

Técnica.- Conjunto de procedimientos y recursos de que se sirve una ciencia o un arte. Pericia o habilidad para usar de esos procedimientos y recursos.

2.4. Hipótesis y variables

2.4.1. Hipótesis

La influencia de la coordinación motora influye positivamente de forma marcada en el desarrollo de la técnica de la carrera, en los niños de 10 a 11 años, de la escuela Fiscomisional de Educación Básica “Medalla Milagrosa” del cantón Guano, Provincia de Chimborazo período septiembre 2014 a febrero de 2015.

Sabe ser una idea que puede ser no verdadera, basada en la investigación inicial, luego será probada a partir de la comprobación de los hechos, también es un intento de solución al problema a investigar.

Naturalmente será satisfactorio encontrar el camino al éxito con los niños seleccionados, de la escuela “Medalla Milagrosa”, para lograr un lugar respetable en las competencias atléticas inter-escolares del cantón Guano.

2.4.2. Clases de variables

- Variable Independiente

Es el factor determinante o causa que explica el fenómeno. Ya que su influencia con la variable dependiente orienta la investigación.

VI = Coordinación motora.

- Variable Dependiente

Viene a ser el efecto o aspecto concluyente. Su existencia y desenvolvimiento depende de la independiente.

VD = Técnica de la carrera

2.5. Operacionalización de las variables

VARIABLES	DETERMINACIÓN CONCEPTUAL	CATEGORÍA	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>INDEPENDIENTE</p> <p>COORDINACIÓN MOTORA</p>	<p>La coordinación motora es una destreza física que permite al deportista realizar movimientos combinados y ordenados para hacer de los movimientos gestos deportivos.</p>	<p>* Destreza Física</p> <p>* Movimientos combinados y Ordenados</p>	<p>*De tipo locomotor y no locomotor.</p> <p>*De proyección - recepción.</p> <p>* Decisión</p> <p>* Ejecución</p>	<p>TEST</p> <p>Los Test.</p>
<p>DEPENDIENTE</p> <p>DESARROLLO TÉCNICO</p>	<p>Son ejercicios específicos personales los cuales permiten perfeccionar las condiciones físicas en el tiempo de la formación del deportista.</p>	<p>* Ejercicios específicos</p> <p>* Condiciones físicas</p>	<p>COMPETENCIAS</p> <p>*Carreras Internas e inter escolares</p> <p>*fuerza</p> <p>*Resistencia</p> <p>*Velocidad</p>	<p>OBSERVACIÓN</p> <p>Fichas de Observación</p>

Cuadro N° 2: Operacionalización de Variables
Elaboración: Klever Zambrano

CAPÍTULO III

3. MARCO METODOLÓGICO

El tema de estudio corresponde a una investigación cuanti-cualitativa, por su claridad se considera una investigación documental que permitió recolectar información de fuentes bibliográficas. Los métodos, procedimientos y técnicas empleadas en la presente investigación fueron los adecuados para que revista carácter de seriedad metódica y verificable.

3.1. Método

En este estudio se usó el método inductivo-deductivo porque empezaremos desde lo particular a lo general. Se trata del método más usual y efectivo, porque está explícito en etapas básicas como la observación y el análisis de la investigación de todos los hechos al inicio del problema como también el resultado y la verificación final de los hechos del estudio de la investigación.

3.1.1. Tipo de investigación

La presente investigación es de campo porque se dio dentro de la misma institución al mismo tiempo permitió conocer sus cualidades y comportamientos de los sujetos en estudio.

Y descriptiva porque se realizó una descripción de los procesos que intervienen en la investigación.

3.1.2. Diseño de la investigación

La investigación fue cuasi experimental por qué se presentó el componente principal que fueron los niños. Se usó la investigación cuanti-cualitativa porque se expuso el diseño de las categorías y dimensiones, las cuales se plasmaron para dar mayor claridad al tema en estudio.

3.1.3 Tipo de estudio

El tipo de estudio por su dimensión fue transversal porque se realizará en un tiempo determinado para el efecto se ejecutó desde el mes de septiembre del 2014 a Febrero 2015.

3.2 Población y muestra

3.2.1 Población

La población con la que se realizó el estudio de la investigación fue de 32 niños en edades de 10 y 11 años que asisten regularmente a la escuela “Medalla Milagrosa” del cantón Guano.

3.2.2 Muestra

La muestra para este estudio se ha considerado a doce niños escogidos de la población comprendidos entre 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa” del cantón Guano.

3.2. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En el presente trabajo de investigación se usó las técnicas como el test y la observación y los instrumentos como los test para evaluarla influencia de la coordinación motora, y las fichas de observación para valorar el desarrollo de la técnica en la carrera de los doce niños elegidos entre 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa”.

3.2.1. Los Test

POSADA. (2000). Indica que un test es una prueba motora estandarizada que respeta una serie de criterios científico-pedagógicos que tienen como resultado un dato cuantitativo.

- Validez: Cuando un test mide lo que realmente pretende medir.

- Objetividad: Cuando la actuación del docente no afecta al resultado.
- Normalización: El resultado depende de ciertas variables como el sexo, edad, peso.
- Fiabilidad: Cuando el resultado es independiente donde se realiza el test.
- Economía: Con el menor número de material y necesidades de instalaciones.

3.2.2. El Test de coordinación motora de Ozeretski-Guilmann

Este test comprende pruebas precisas que permiten una observación objetiva de los elementos fundamentales de la coordinación motora, se debe tomar en cuenta la edad.

CUALIDAD PSICOMOTRIZ QUE MIDE	OBJETIVOS
1.- Coordinación dinámica general (CG) Correr - saltar Prueba I test de OZARETSKI – GUILMANN	* Conocer el grado de coordinación general del niño (sujeto).
2.- Coordinación Específica (CE) Dinámica-manual Prueba II test de OZARETSKI – GUILMANN	* Conocer el grado de coordinación óculo manual de los niños y determinar su coordinación motora.
3.- Organización espacial - Lateralidad	* Conocer la orientación en el espacio atendiendo a sus parámetros de lateralidad
4.- Adaptación al Ritmo	* Conocer las posibilidades rítmicas en los diferentes sujetos

Cuadro N° 3: Parámetros para medir cualidades motoras.

Elaboración: Test. Ozeretski-Guilmann

3.2.3. Ficha de Observación

La ficha de observación es el recurso principal en esta etapa, para realizar la evaluación de los niños en su forma y manera de correr su grado de valoración es de: Siempre, Casi Siempre, A veces.

3.2.3.1. La Ficha de Observación modelo

Marque con una X según la destreza cualitativa que tenga el niño para cumplir con la técnica en la carrera.

FICHA DE OBSERVACIÓN EN LA TÉCNICA DE LA CARRERA			
ESCUELA FISCOMISIONAL DE EB. “MEDALLA MILAGROSA”			
Observado por:		Nombre:	
Grado de EGB.		Edad:	
PARÁMETROS DE DIFICULTAD	RANGO		
BRAZOS	Siempre	Casi siempre	A veces
1.-Oscilación de brazos hacia los lados muy desordenado			
ACCIÓN DE PIERNAS			
2. Flexiona demasiado la pierna en la fase de apoyo.			
3.- Golpea el suelo con las plantas de los pies en la carrera todo el recorrido.			
ACCIÓN DE LA CABEZA			
4.- Posición de su cabeza muy rígida al momento de correr			

Cuadro N° 4: Ficha de parámetros observación
Elaboración: Klever Zambrano

CAPITULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Para el análisis e interpretación de resultados se utilizó los instrumentos de los test y las fichas de observación en los doce niños seleccionados de la escuela “Medalla Milagrosa”, los cuales fueron organizados y tabulados, para luego ser procesados en términos de medidas representativas, en frecuencias y porcentajes de acuerdo a los parámetros formulados en el estudio de la investigación. Además se formuló un batería de ejercicios para medir sus capacidades motoras.

4.1. Batería para el test de la coordinación motora

4.1.1. Coordinación general (CG)

La prueba está determinada para niños de 10 a 11 años, puesto que la coordinación óculo-manual y óculo-pédica constituyen los pilares funcionales primarios en la apreciación del espacio y en la realización del movimiento hasta llegar al dominio de las cualidades que intervienen en toda coordinación general.

Antes de evaluar esta capacidad motriz hay que tener muy en cuenta el nivel de maduración del sistema nervioso del individuo y el buen tono muscular.

Metodología: La prueba se desarrolla en una cancha el ejecutante lanzará una pelota luego deberá atraparla entre sus manos un balón. A la señal del instructor el niño realizará un recorrido en zigzag de ida y vuelta. Para una mejor evaluación se recomienda realizarlo cada cierto tiempo y comparar sus resultados.

4.1.2. Coordinación Específica (CE)

La prueba está determinada para niños de 10 a 11 años cada uno de ellos va recorriendo una línea como: saltando con un pie la distancia en metros estimada por el profesor, brincando con impulso por encima de un cono de 20 cm y saltando con ambos pies adelante y hacia atrás.

Nombre: correr - saltar

Objetivo: medir su coordinación general.

Material: Carteles de realizados de cartón.

Organización: Se forman 3 equipos colocados detrás de una línea de salida, a 5m se colocan pancartas que representen electrodomésticos y al reverso la palabra clip.

Metodología: A la orden de salida el primer niño sale saltando en un pie, llega al cartel, le gira de manera que la palabra quede visible y regresa para dar salida.

Reglas: Gana el equipo que primero termine. En la ida hay que saltar en un solo pie, no salir hasta no ser tocado.

Variante: hacerlo alternado los pies y con dos pies en el trayecto.

4.1.3. Lateralidad (LAT)

La lateralidad es el término que precisa la direccionalidad corporal en relación con el espacio, esta prueba es para todas las edades un mismo ejercicio que se desarrolla conjuntamente con la conceptualización verbal de los componentes espaciales: Arriba - abajo, derecha -izquierda, delante-atrás, para saber cuál mano y cual pie maneja con preferencia.

4.1.4. Adaptación al ritmo (RIT)

Le Boulch (1991) lo concibe como una organización de fenómenos que se desarrollan en el tiempo”. Para la formación del ritmo debemos plantear tareas que permitan desarrollar la percepción, organización y representación temporal.

La utilización del cronometro es necesaria para ver la cadencia viva de 90 oscilaciones/min y la cadencia lenta de 50 oscilaciones/min. El niño debe reproducir con el brazo y dar palmadas.

De la aplicación del test, a los niños de 10 a 11 años de la escuela “Medalla Milagrosa” se obtuvo los resultados que se presentan en los siguientes cuadros y gráficos.

4.2. TEST. INICIAL N° 1: COORDINACIÓN MOTORA

Cuadro N° 5: Análisis inicial test de coordinación general.

Rango	Niños / Frecuencia	Porcentaje %
Pulido	1	8.33%
Semi-Pulido	4	33.33%
Grueso	7	58.34%
TOTAL	12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”

Elaboración: Klever Zambrano

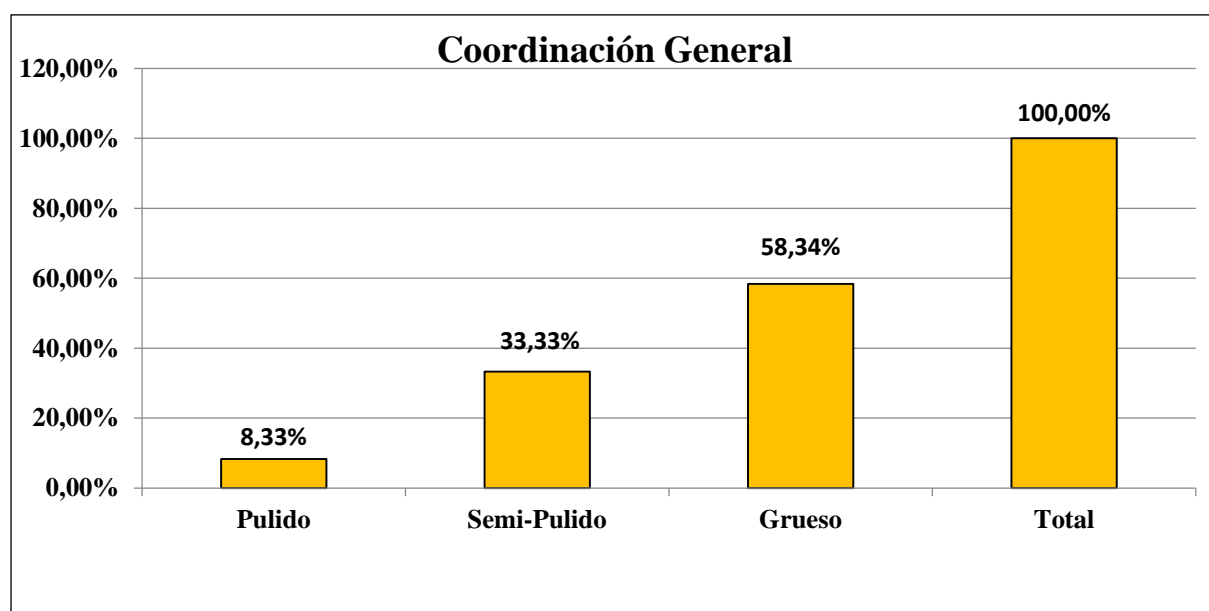


Gráfico N° 10: Análisis inicial del test de coordinación General.

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: Pulido 8,33%, Semi - Pulido 33,33% y Grueso 58,34%.

Interpretación: Los resultados en la coordinación general en el rango Grueso tenemos el 58,34%, en el rango Semi - Pulido 33,33% y en el rango Pulido obtenemos el 8,33%, lo que representa que más de la mitad de la población se encuentran con deficiencias motoras. Así que es básico buscar actividades motoras para que perfeccionen a este parámetro.

Cuadro N° 6: Análisis inicial test de coordinación específica.

Rango	Niños / Frecuencia	Porcentaje %
Pulido	2	16.67%
Semi-Pulido	3	25.00%
Grueso	7	58.33%
TOTAL	12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

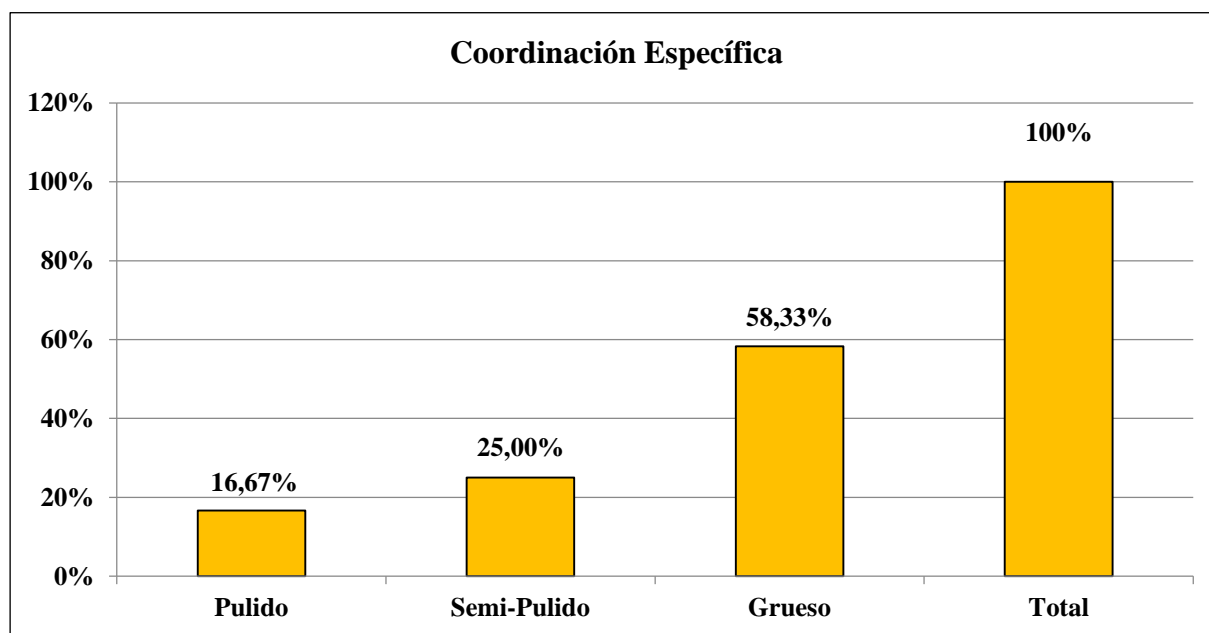


Gráfico N° 11: Análisis inicial del test de coordinación específica.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: Pulido 16,67%, Semi - Pulido 58,33% y Grueso 25,00%.

Interpretación: Los resultados en la coordinación específica en el rango Semi - Pulido tenemos el 58,33%, en el rango Pulido 16,67% y en el rango Grueso obtenemos el 25,00%, lo que representa que más de la mitad de la población se encuentran con deficiencias motoras así que será esencial buscar actividades motoras para que optimicen a este parámetro.

Cuadro N° 7: Análisis del Test de Coordinación de la lateralidad

Rango	Niños / Frecuencia	Porcentaje %
Pulido	4	33.33%
Semi-Pulido	3	25.00%
Grueso	5	41.67%
TOTAL	12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

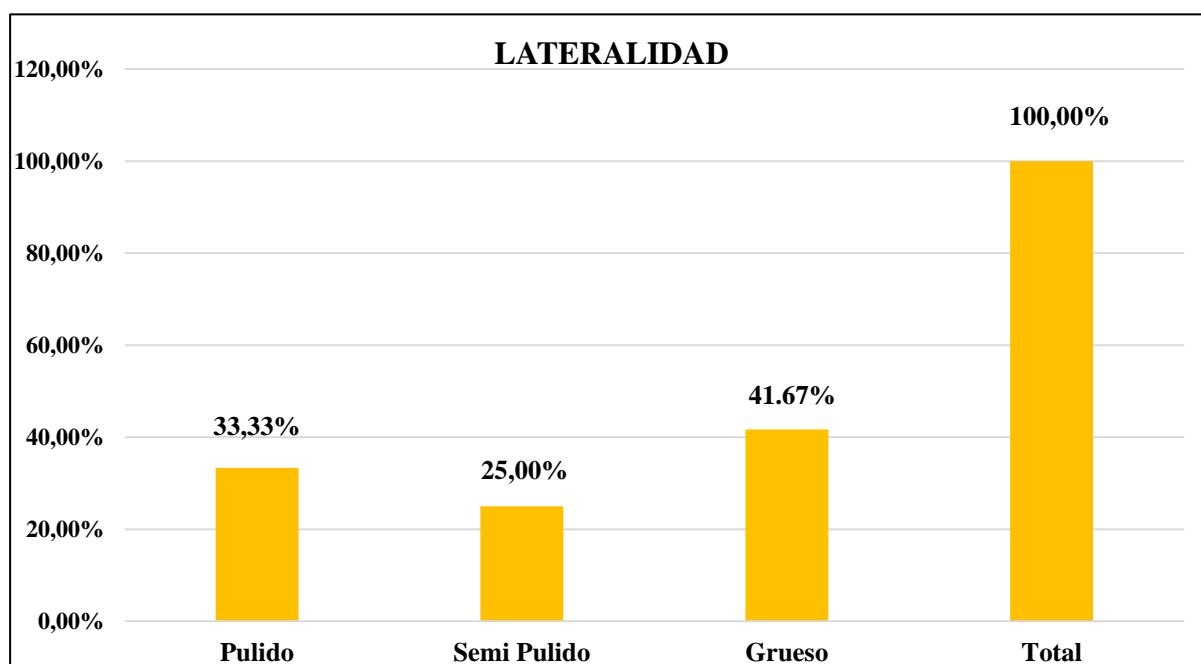


Gráfico N° 12: Análisis inicial del test de coordinación de la lateralidad.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: Pulido 33.33%, Semi-pulido 25.00% y grueso 41.67%.

Interpretación: los datos obtenidos en la investigación sobre lateralidad en el nivel Grueso tenemos 41,67% en el rango pulido tenemos el 33,33% y en el nivel Semi-Pulido tenemos el 25,00%. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 8: Análisis inicial test de coordinación de ritmo.

Nivel	Niños/Frecuencia	Oscilaciones dando palmadas		
		Activa x minuto de 90 – 120	Niños	Lenta x minuto de 89 – 50
Pulido	4	33.33 %	3	25.00%
Semi-Pulido	7	66.67.00%	5	41.67%
Grueso	1	8.33%	4	33.33%
TOTAL	12	100.00%	12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

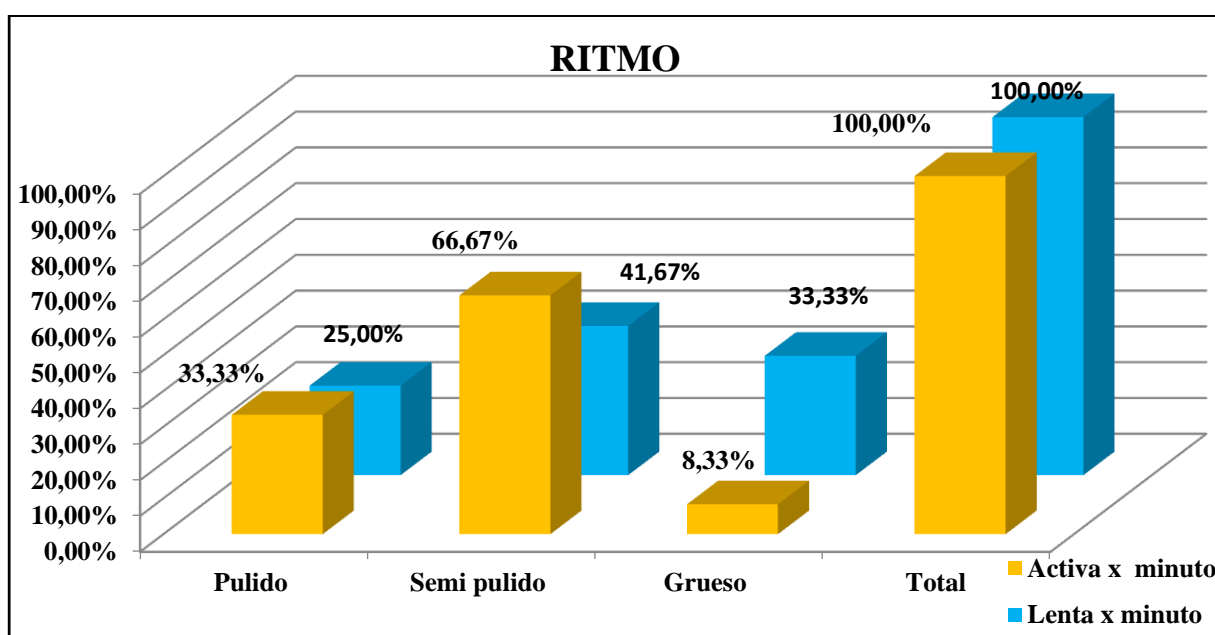


Gráfico N° 13: Análisis inicial test de coordinación de ritmo.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: Activa por minuto Semi-Pulido 66,67%, Pulido 33,33% y Grueso 8,33%; y en la lenta por minuto Semi-pulido 41,67%, Pulido 25,00% y Grueso 33,33%.

Interpretación: En los datos obtenidos de la coordinación de ritmo activa por minuto en Semi-pulido 66.67%, pulido 33.33% y en el nivel grueso del 8.33% mientras que en ritmo lenta por minuto en Semi pulido 41.67%, en pulido 25,00% y en el nivel grueso con 8.33%. Señalo que en la coordinación de ritmo encontramos deficiencias en un 50%. Entonces será necesario hallar ejercicios apropiados para corregir este parámetro. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

4.2.1. TEST. FINAL N° 2: COORDINACIÓN MOTORA

Cuadro N° 9: Análisis final test de coordinación general.

Rango	Niños / Frecuencia	Porcentaje %
Pulido	10	83.34%
Semi - Pulido	1	8.33%
Grueso	1	8.33%
TOTAL	12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”
Elaboración: Klever Zambrano

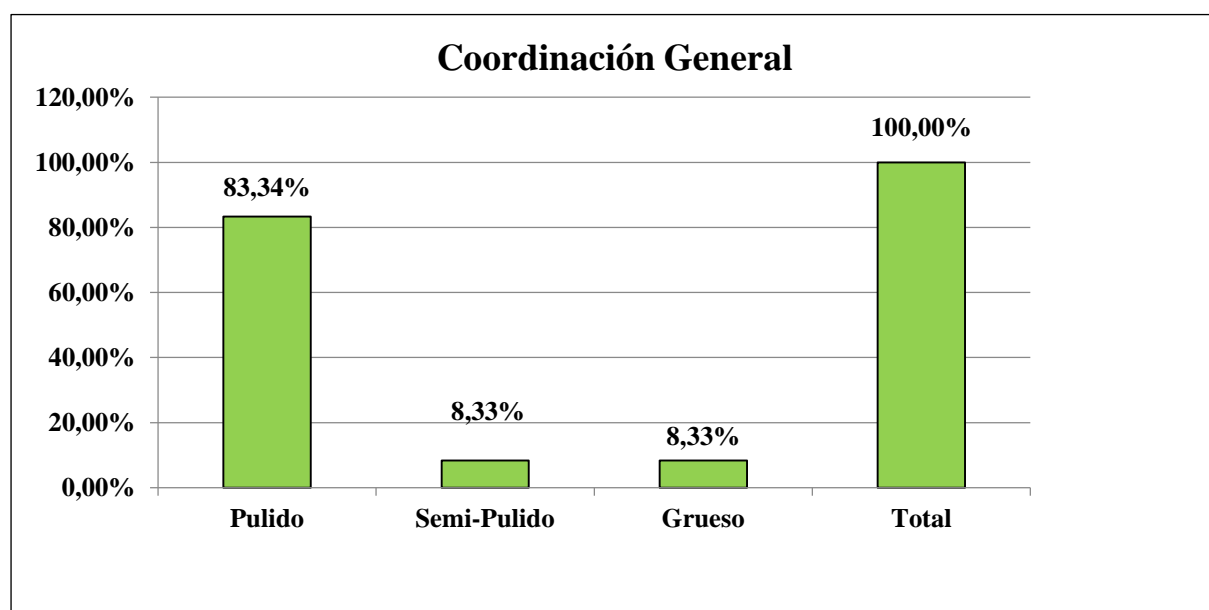


Gráfico N° 14: Análisis final del test de coordinación General.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: Pulido 83,34%, Semi - Pulido 8,33% y Grueso 8,33%.

Interpretación: Los resultados en la coordinación general en el rango Pulido tenemos el 83,34%, en el rango Semi - Pulido 8,33% y en el rango Grueso obtenemos el 8,33%, lo que representa que más de la mitad de la población se encuentran con suficiencias motoras. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 10: Análisis final test de la coordinación específica.

Rango	Niños / Frecuencia	Porcentaje %
Pulido	9	75.00%
Semi - Pulido	1	8.33%
Grueso	2	16.67%
TOTAL	12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

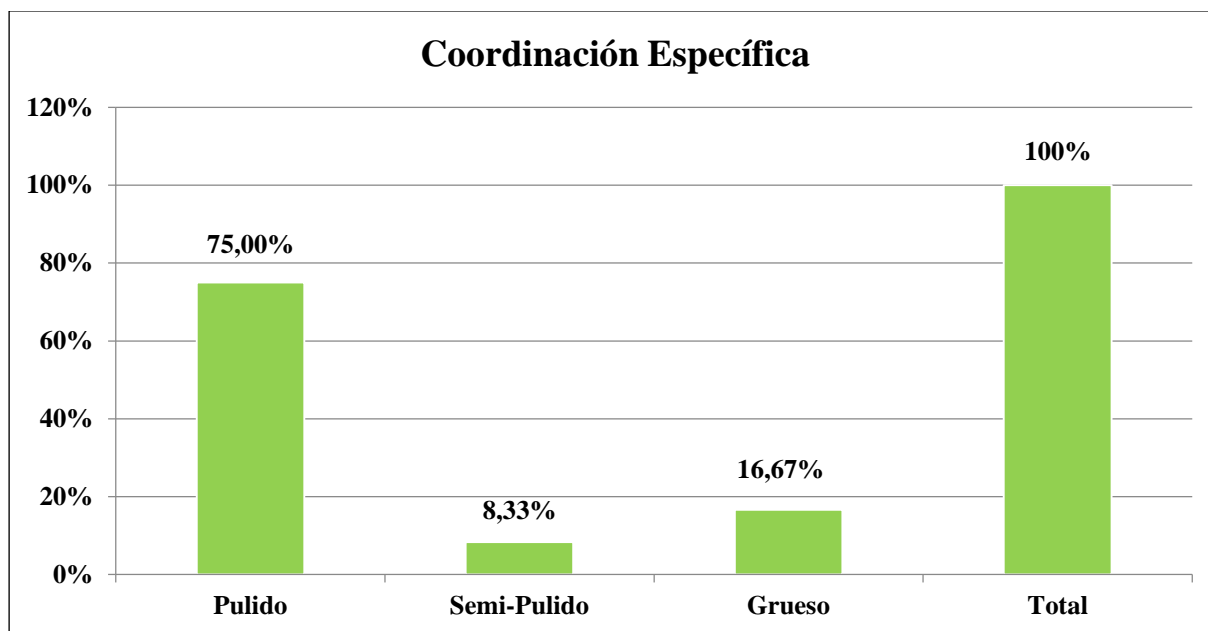


Gráfico N° 15: Análisis final test de la coordinación específica.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: Pulido 75,00%, Semi - Pulido 8,33% y Grueso 16,67%.

Interpretación: Los resultados en la coordinación específica en el rango Pulido 75,00%, Grueso 16,67%, Semi - Pulido tenemos el 8,33%, lo que representa que más de la mitad de la población se encuentran con suficiencias motoras. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 11: Análisis final Test de la Coordinación de lateralidad.

Rango	Niños / Frecuencia	Porcentaje %
Pulido	9	75.00%
Semi - Pulido	2	16.67%
Grueso	1	8.33%
TOTAL	12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano

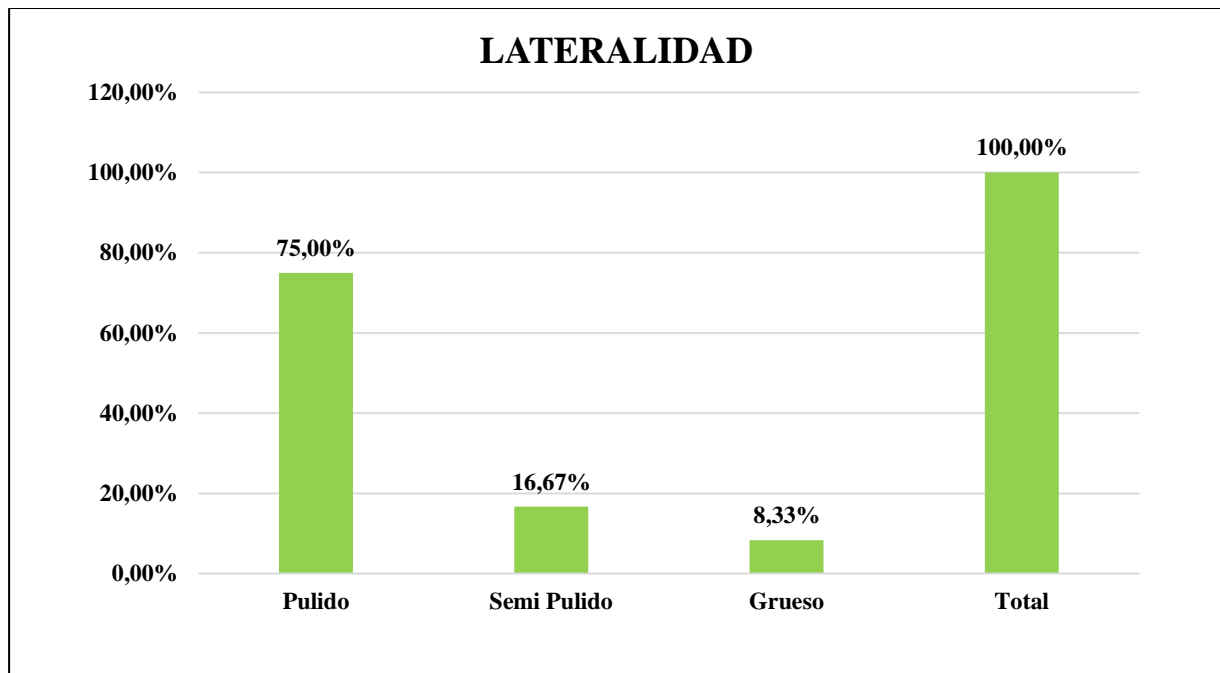


Gráfico N° 16: Análisis test de la coordinación de la lateralidad.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: Pulido 75,00%, Semi-Pulido 16,67 y Grueso 8,3300%.

Interpretación: los datos obtenidos en el desarrollo sobre lateralidad en el nivel Pulido tenemos 75,00% en el rango Semi-pulido tenemos el 16,67% y en el nivel Grueso tenemos el 8,33%. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 12: Análisis final del test de coordinación de ritmo.

Nivel	Niños/Frecuencia	Oscilaciones dando palmadas		
		Activa x minuto de 90 – 120	Niños	Lenta x minuto de 89 – 50
Pulido	9	75.00 %	8	66.67%
Semi-Pulido	2	16.67%	3	25.00%
Grueso	1	8.33%	1	8.33%
TOTAL	12	100.00%	12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

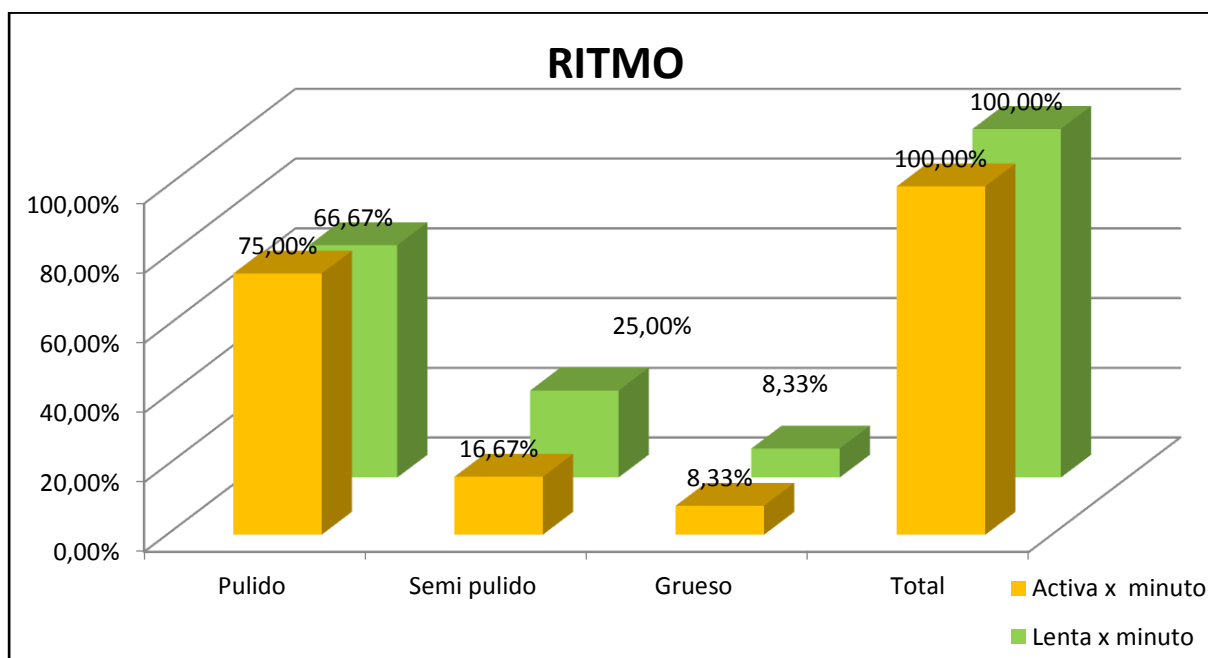


Gráfico N° 17: Análisis final del test de coordinación de ritmo.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: Activa por minuto Pulido 75,00%, Semi-Pulido 16,67% y Grueso 8,33%; y en la lenta por minuto Pulido 66,67%, Semi-pulido 25,00% y Grueso 8,33%.

Interpretación: En los datos obtenidos de la coordinación de ritmo activa por minuto en Pulido 75,00%, Semi-pulido 16,67% y en el nivel grueso del 8.33% mientras que en ritmo lenta por minuto en Pulido 66,67%, en Semi-pulido 25,00% y en el nivel grueso con 8.33%. Señalo que en la coordinación de ritmo están con aptitudes en un 75%. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

4.3. Parámetros de análisis de la Ficha de Observación en la carrera

Marque con una X según la destreza cualitativa que tenga el niño para realizar la técnica en la carrera.

FICHA DE OBSERVACIÓN EN LA TÉCNICA DE LA CARRERA			
ESCUELA FISCOMISIONAL DE EB. “MEDALLA MILAGROSA”			
Observado por:		Edad:	
Nombre del niño:		Fecha	
PARÁMETROS DE DIFICULTAD	RANGO		
	SI	NO	A veces
ACCIÓN DE BRAZOS			
1.- Desordenado en la Oscilación de brazos (hacia los lados).			
ACCIÓN DE PIERNAS			
2.- Flexiona demasiado la pierna de apoyo (en la carrera).			
3.- Golpea el suelo las plantas de los pies en la carrera (todo el recorrido).			
ACCIÓN DE LA CABEZA			
4.- Posición de su cabeza muy rígida al momento de correr.			

Cuadro N° 10: Cualidades de dificultad a evaluarse
Fuente: Klever Zambrano

Cuadro N° 13: Análisis inicial Oscilación de brazos hacia los lados

N°	Rango	Frecuencia/Niños	Porcentaje %
1	Si	7	58.33%
2	No	4	33.34%
3	A veces	1	8.33%
TOTAL		12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

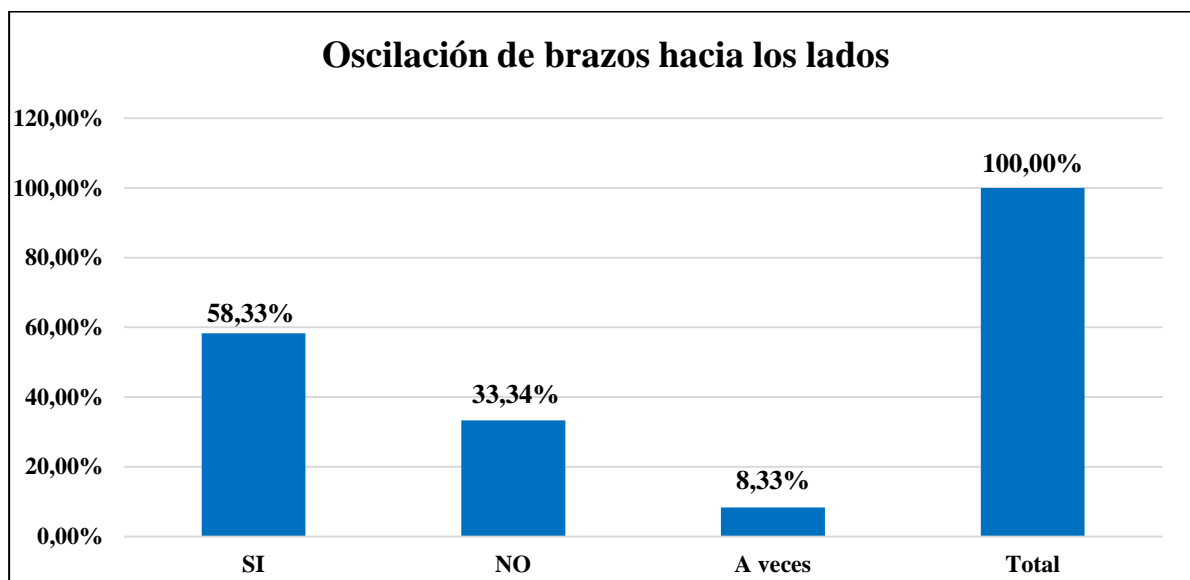


Gráfico N° 18: Análisis inicial ficha de observación oscilación de brazos.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: SI 58.33%, NO 33.34% y A veces 8.33%

Interpretación: Según la investigación el 58.33% SI son muy desordenados en la Oscilación de sus brazos hacia los lados, por lo tanto el 33.34% NO oscilan su brazos hacia los lados y A veces el 8.33% oscilan sus brazos hacia los lados. Por lo que es necesario encontrar un ejercicio adecuado para corregir este parámetro de dificultad. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 14: Análisis inicial flexiona demasiado la pierna en la fase de apoyo.

N°	Rango	Frecuencia /Niños	Porcentaje %
1	Si	7	58.33%
2	No	3	25.00%
3	A veces	2	16.67%
TOTAL		12	100,00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

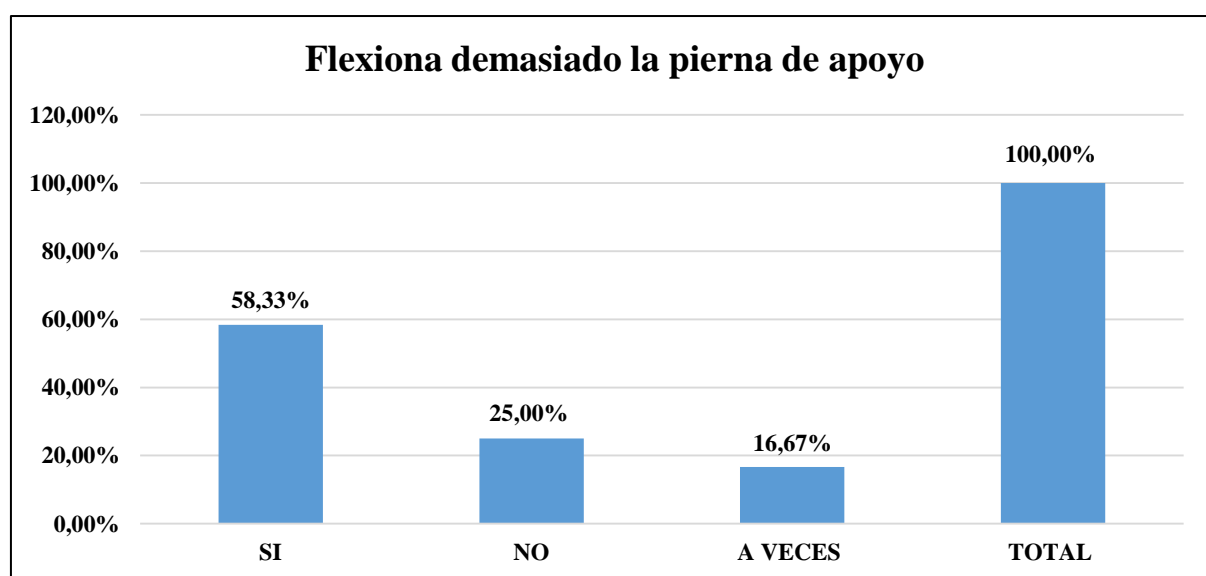


Gráfico N° 19: Análisis inicial ficha de observación flexiona demasiado la pierna de apoyo.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: SI 58.33%, NO 25.00% y veces el 16.67%.

Interpretación: Según el resultado de la investigación indica que 7 niños siempre flexionan demasiado la pierna en la fase de apoyo lo cual significa el 58,33%, por tanto 3 niños casi siempre flexionan demasiado la pierna de apoyo que corresponde 25,00%, y 2 niños a veces flexionan la pierna en la fase de apoyo en la carrera que corresponde al 16.67%. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 15: Análisis inicial golpea las plantas de los pies en la carrera.

N°	Rango	Frecuencia /Niños	Porcentaje %
1	Si	8	66.67%
2	No	2	16.66%
3	A veces	2	16.66%
TOTAL		12	100,00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Elaboración: Klever Zambrano.

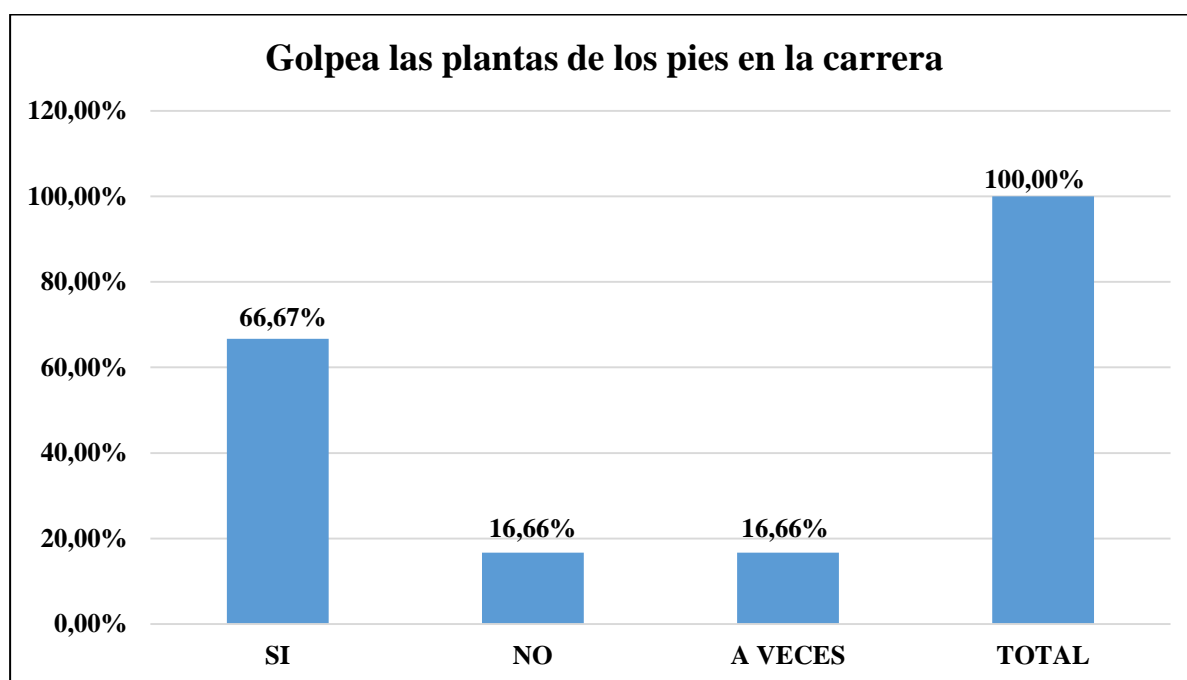


Gráfico N° 20: Análisis inicial ficha de observación golpea las plantas de los pies en la carrera

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: SI 66.67%, NO 16.66% y veces 16.66%

Interpretación: Según el resultado de la investigación indica que 7 niños SI golpean al suelo con las plantas de los pies en la carrera que el 66,67%, 2 niños NO golpean al suelo durante el recorrido de la carrera que corresponde al 16,66%, y 2 niños A veces golpean el suelo con la plantas de los pies todo el recorrido que es el 16.67%. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 16: Análisis inicial posición de su cabeza muy rígida al momento de correr.

N°	Rango	Frecuencia /Niños	Porcentaje %
1	Si	6	50.00%
2	No	4	33.34%
3	A veces	2	16.66%
TOTAL		12	100,00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

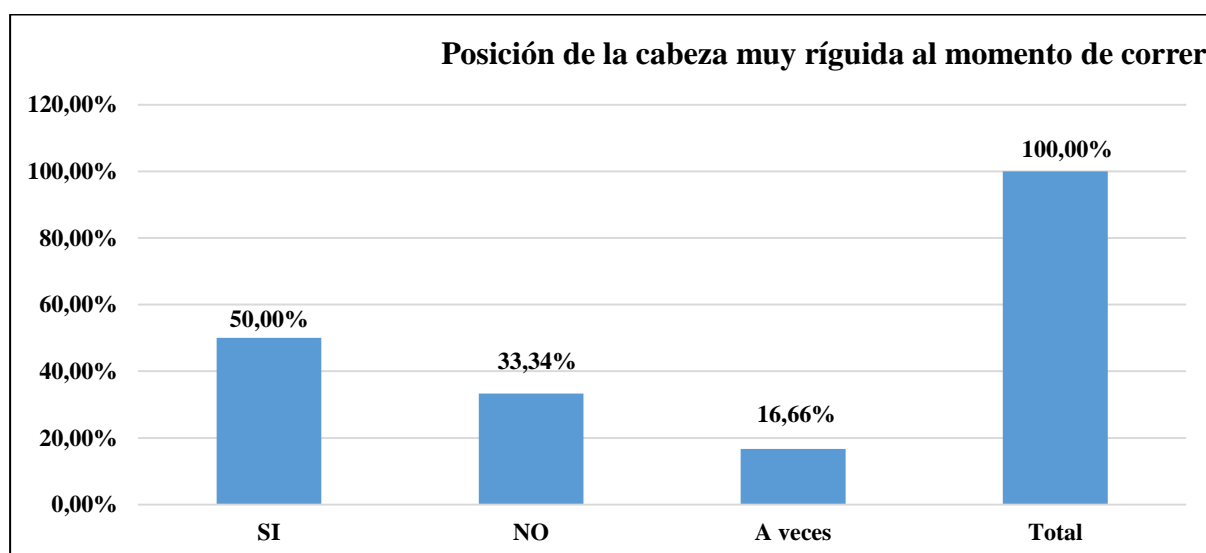


Gráfico N° 21: Análisis inicial ficha de observación muy rígida su cabeza al correr.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: SI 50.00% NO 33.34% y A veces 16.66%

Interpretación: Los resultados indica que 6 niños SI tienen muy erguida su cabeza al momento de correr que es el 50,00%, por tanto 4 niños No corren con su cabeza erguida que corresponde al 33,34%, y 1 niño a veces corre con la cabeza muy erguida que es el 8,33% por lo se observó que el 50% tiene falencias lo cual será necesario encontrar un ejercicio para corregir esta dificultad. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

4.3.1. Análisis final de la ficha de observación en la técnica de la carrera

Cuadro N° 17: Análisis final Oscilación de brazos hacia los lados

N°	Rango	Frecuencia / Niños	Porcentaje %
1	Si	2	16.66%
2	No	9	75.00%
3	A veces	1	8.33%
TOTAL		12	100.00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Elaboración: Klever Zambrano.

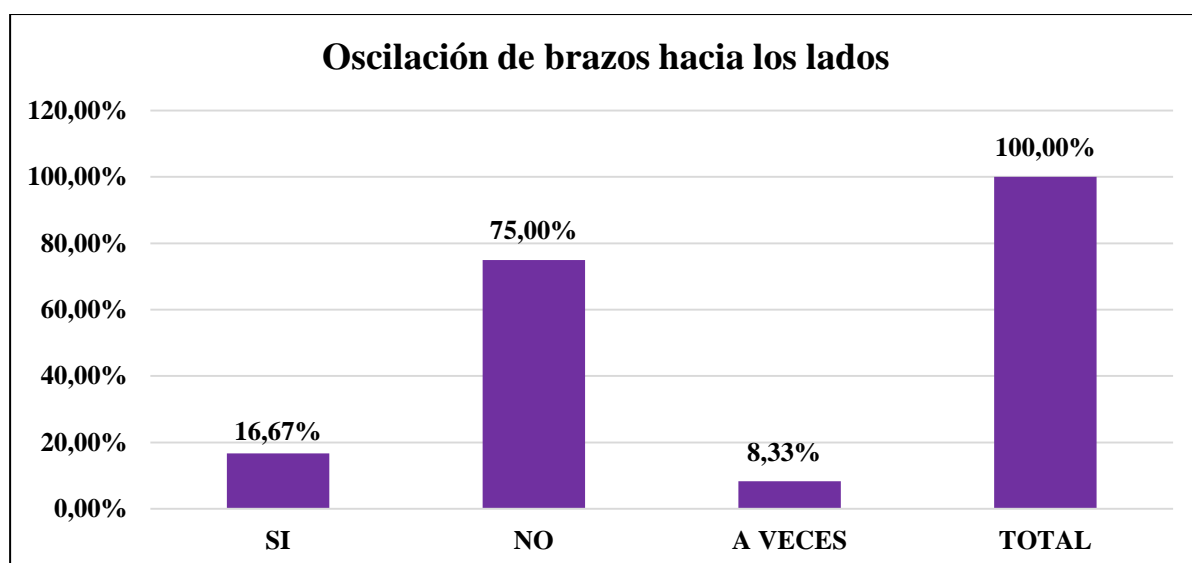


Gráfico N° 22: Análisis final ficha de observación oscilación de brazos hacia los lados

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: SI 16.66%, NO 75.00% y A veces 8.33%

Interpretación: Según la investigación tenemos un número de niños que NO oscilan sus brazos hacia los lados 75,00% SI 16.66% y A veces el 8.33% que oscilan sus brazos hacia los lados. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 18: Análisis final Flexiona demasiado la pierna en la fase de apoyo.

N°	Rango	Frecuencia / Niños	Porcentaje %
1	Si	3	25.00%
2	No	8	66.67%
3	A veces	1	8.33%
TOTAL		12	100,00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Elaboración: Klever Zambrano

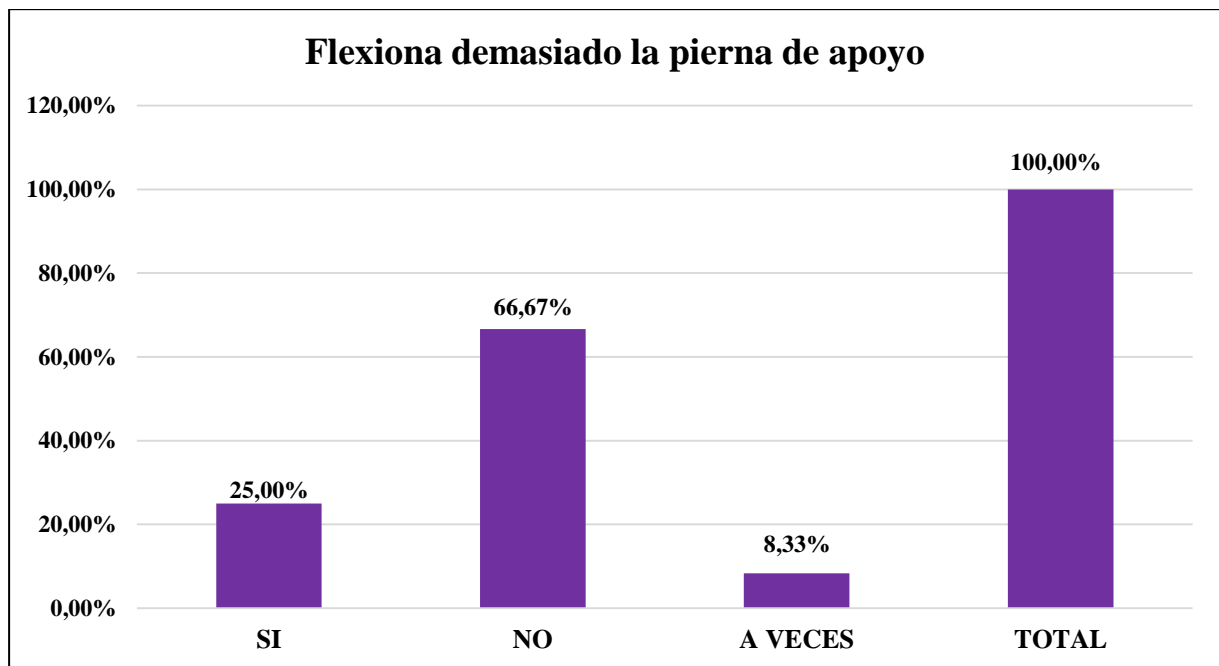


Gráfico N° 23: Análisis final ficha de observación flexiona demasiado la pierna de apoyo.

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.

Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: NO 66.67%, SI 25.00% y A veces 8.33%

Interpretación: Según el resultado de la investigación indica que tenemos el 66.67% que NO flexionan demasiado la pierna, por tanto el 25,00% corresponde al Rango de que SI todavía flexionan demasiado la pierna y 1 niño a veces lo hace que es el 8.33%. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 19: Análisis final golpea las plantas de los pies en la carrera

N°	Valoración	Frecuencia / Niños	Porcentaje %
1	Si	2	16.67%
2	No	9	75.00%
3	A veces	1	8.33%
TOTAL		12	100,00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

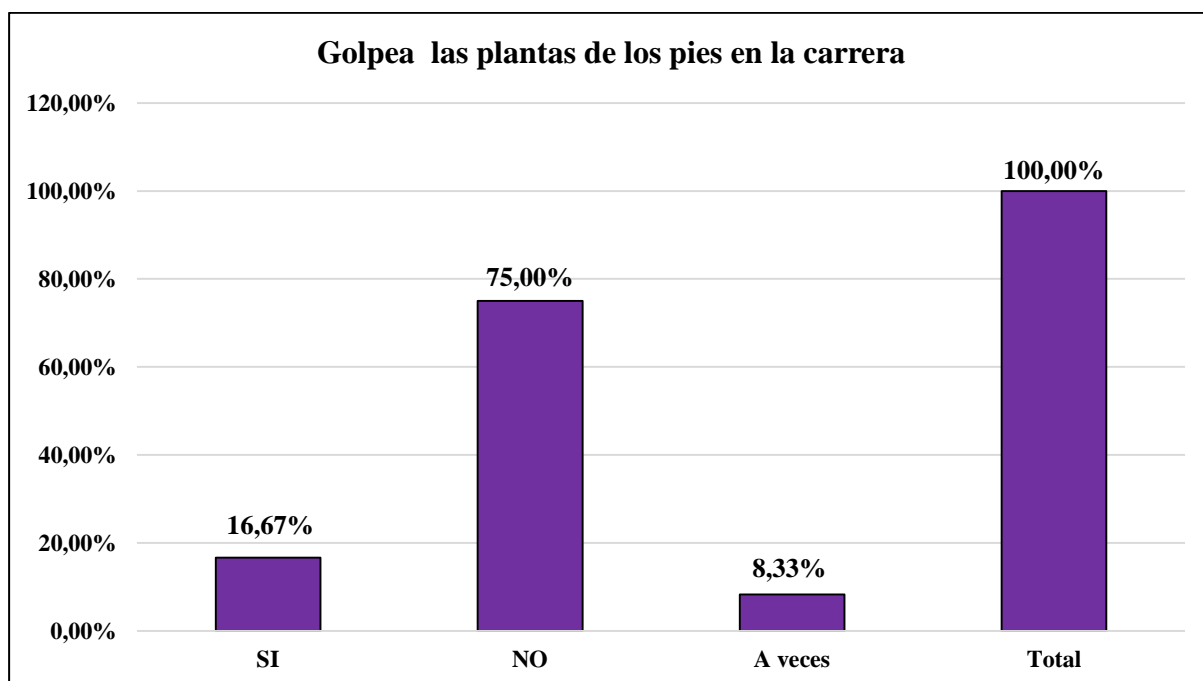


Gráfico N° 24: Análisis final ficha de observación golpea las plantas de los pies en la carrera.
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: SI 16.67%, NO 75.00% y A veces 8.33%

Interpretación: Según el resultado de la investigación indica que 8 niños NO golpean al suelo durante el recorrido de la carrera que corresponde al 75.00%, y 2 niños SI golpean el suelo con la plantas de los pies todo el recorrido que es el 16.67%, y a veces 1 niño golpea el suelo con la plantas de los pies todo el recorrido. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

Cuadro N° 20: Análisis final posición de su cabeza muy rígida al momento correr

N°	Rango	Frecuencia / Niños	Porcentaje %
1	Si	3	25.00%
2	No	8	66.67%
3	A veces	1	8.33%
TOTAL		12	100,00%

Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

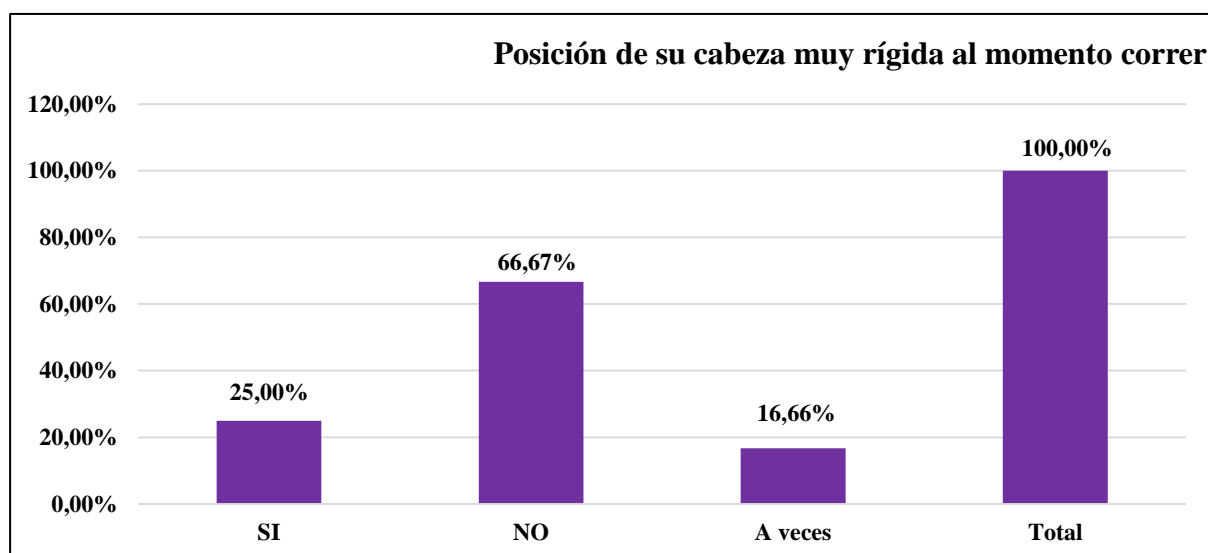


Gráfico N° 25: Análisis final ficha de observación posición de su cabeza muy rígida al correr
Fuente: Niños de la escuela “Medalla Milagrosa”.
Elaboración: Klever Zambrano.

Análisis: SI 25.00% NO66.67% y A veces 8.33%

Interpretación: Los resultados indica que 8 niños NO tienen muy rígida su cabeza al momento de correr que es el 66,67%, por tanto 3 niños SI corren con su cabeza muy empinada que corresponde al 25,00%, y 1 niño A VECES corre con la cabeza muy recta que es el 8,33%. De una población de 12 niños seleccionados que representa el 100 % de niños evaluados.

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- A través del análisis inicial de la ficha de observación en el desarrollo técnico de la carrera se registró que el 58% de los niños escogidos de la escuela presentan deficiencias en su gesto técnico y los resultados finales indican que el 75.00% de los mismos niños se encuentran en condiciones positivas.
- Se descubrió que los ejercicios de coordinación motora en su ejecución contribuyen evidentemente al desarrollo de la técnica de la carrera los mismos que tienen que ver claramente con los factores genéticos para la consolidación de nuevos movimientos corporales.
- Al proponer un grupo de ejercicios coordinativos confirma nuestra hipótesis que la coordinación motora, beneficiará positivamente el desarrollo de la técnica de la carrera, puesto que los movimientos del cuerpo deben estar orientados en dirección al eje de progresión, la acción de los brazos y piernas posición del tronco y de la cabeza.

5.2. Recomendaciones

- Se recomienda promover evaluaciones en los niños seleccionados de forma continua tanto en su coordinación motora como en el desarrollo técnico de la carrera.
- Recomendamos a entrenadores, instructores y docentes de Cultura Física formalizar fichas deportivas de coordinación motora donde se manifiesten los diversos factores genéticos de cada uno de los niños elegidos para cumplir con un proceso más efectivo.
- Se recomienda que los entrenamientos se realice sobre una pista atlética y bajo la supervisión de un entrenador guía, para que cumpla con las programaciones definidas tanto en la coordinación motora como en la técnica de la carrera, para que no afecten al niño seleccionado ni a la institución educativa.

CAPÍTULO VI

6. LA PROPUESTA

6.1. Justificación

Se justifica porque una vez analizados los test y la ficha de observación se pudo comprobar que los niños varones comprendidos entre 10 y 11 años tienen ciertas dificultades en producir movimientos coordinados de manera sincronizada y ordenada. Y por tanto deficiencias en el desarrollo de la técnica de la carrera. Por eso es necesario presentar una serie de actividades que estén encaminados a mejorar la influencia de la coordinación motora ya que en esta edad es la apropiada a fin de que contribuya a optimizar el desarrollo de la técnica de la carrera. Se constituirá en un aporte para la educación ya que sirve como instrumento de trabajo.

6.2. Fundamentación

6.2.1. Fundamentación Epistemológica

Teoría Constructivista.- la teoría constructivista permitirá que el o los niños seleccionados vayan cimentando su propio aprendizaje a través del conocimiento previo.

Que se irán incrementando día a día ciertos cambios en su conducta, pensar y sentir.

Teoría Cognitiva.-El niño será práctico como un ente activo procesador de información, quien posee una serie de esquemas, planes y estrategias para aprender a solucionar problemas.

6.3. El Papel del Docente con los Niños

El papel del docente es aquel que realiza un proceso beneficioso. Una cosa es aquella que se aprende y otra muy distinta aquello que se enseña.

Es decir consiste en ejecutar una intervención didáctica coherente y eficaz. Puede modificar el material, las reglas, el medio y las actividades en el aprendizaje de una técnica deportiva se pueden simplificar los elementos con los que el alumno interactúa inicialmente, introduciendo modificaciones de forma progresiva que aumenten la complejidad y permitan evolucionar hacia los objetos previstos.

- La habilidad motora: se refiere a un sistema de movimientos coordinados en función de un resultado o una intención.
- La tarea motora: es la capacidad para realizar acciones mecanizadas de las tareas motrices el movimiento corporal en la educación física queda definido por el conjunto de las tareas motrices que se enseñan.
- Destreza motora: es la capacidad de relacionarse con el entorno mediante desplazamiento, implica un carácter de movimiento global del cuerpo.
- Para el desarrollar la propuesta es necesario disponer de actividades sobre la influencia de la coordinación motora y apreciar el progreso en el desarrollo de la técnica de la carrera.

6.4. Objetivos del Entrenamiento.

Los objetivos de la preparación pueden ser diferentes estos objetivos vendrán marcados en función de la práctica y del deportista.

- Alcanzar un progreso físico multi-lateral y elevar su nivel.

- Dominar la cualidad deportiva y perfeccionarla.
- Fortalecer la salud.
- Adquirir conocimientos prácticos y hábitos.
- Garantizar la integración de todas las condiciones y experiencias.

6.4. Desarrollo de la propuesta.

Para el desarrollar la propuesta es necesario: Disponer de actividades sobre la influencia de la coordinación motora y apreciar el progreso de sus habilidades y destrezas en el desarrollo de la técnica de la carrera para niños seleccionados en la disciplina de atletismo comprendidos entre 10 a 11 años” de la escuela “Medalla Milagrosa”

UNIDAD N° 1

ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN GENERAL

Contenidos: lanzamientos, recepciones (óculo-manual).

Criterios de variabilidad: variables a manipular.

Tipo de tarea: lanzar, recibir, atrapar.

Ejercicios:

- Botar la pelota con las dos manos.
- Lanzar la pelota al aire y recogerla.
- Rodar la pelota por el suelo con una o dos manos.
- Lanzar, dejarla botar y recoger.
- Botar la pelota siguiendo el desplazamiento del compañero.



UNIDAD N° 2

ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN ESPECÍFICA

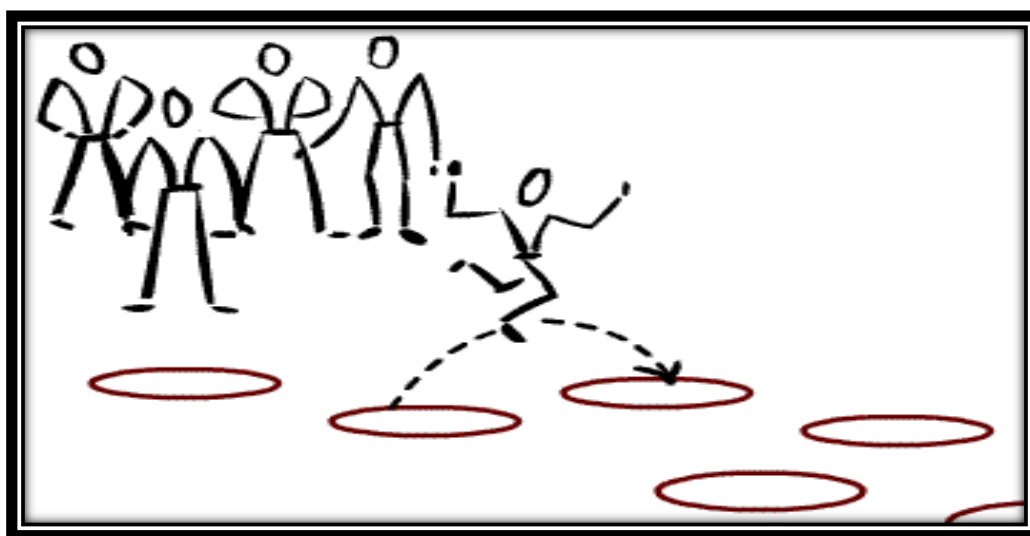
Contenidos: desplazamientos, saltos.

Conocimiento de variabilidad (variables a manipular):

Tipo de desplazamiento: puntillas, talón, skipping, saltos con uno o dos pies

Ejercicios

- Variación del trayecto (línea recta, círculo, zigzag).
- Variación de la dirección (hacia adelante, hacia atrás).
- Variación en el apoyo (punta de pies, con los talones, con los dedos en garra, borde externo de los pies, etc.).
- Variación del soporte (sobre el suelo, sobre un listón).
- Variación de la longitud de los pasos (cortos, largos).



UNIDAD N° 3

LA LATERALIDAD

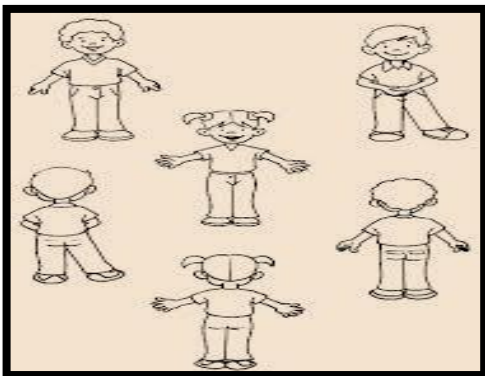
Los ejercicios de lateralidad servirán para estimular el predominio motor de las partes del cuerpo: derecho o izquierdo. Esto se determinará de acuerdo al predominio que ejerza un hemisferio cerebral sobre otro.

Tipos de lateralidad: diestro cuyo predominio cerebral es del hemisferio izquierdo, y realizaciones motrices de derecha. Zurdo, al contrario que diestro. Ambidiestro, zurdo para algunas actividades y diestro para otras.

Lateralidad cruzada la mano, ojo, oído y el pie predominante no son del mismo lado.

Ejercicios

- Dos parejas en posición estática adoptarán el rol de espejo. Se turnarán para saber quién imita los movimientos del compañero, cambiando de roles cuando uno de ellos pierda.
- Al pito del silbato los niños, fingirán ser soldados, irán desplazándose en bloque hacia los lugares que indique el monitor - profesor.
- Adelante, atrás, a un lado, a otro los niños harán un gran círculo cogiéndose de las manos. A las órdenes del monitor se desplazarán hacia la derecha o izquierda, hacia delante o hacia atrás.



UNIDAD N° 4

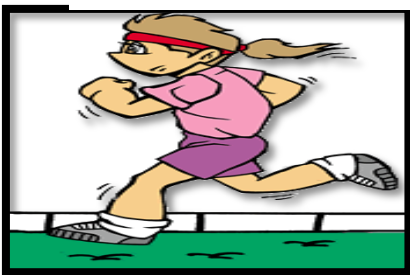
RITMO

Los ejercicios pueden ser aeróbicos o anaeróbicos, conceptos que se refieren a la forma en que el organismo obtiene la energía. Si precisa oxígeno, se denomina aeróbico, y si no lo necesita, anaeróbico. Si lo que se pretende es perder peso, hay que tener en cuenta que aunque con el ejercicio aeróbico se queman grasas, es conveniente combinarlo con el ejercicio anaeróbico para incrementar la musculatura.

Ejercicio

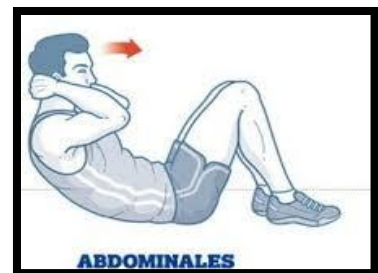
Actividades aeróbicas:

- Caminar a buen ritmo.
- Correr a ritmo moderado.



Actividades anaeróbicas:

- Abdominales.
- Carreras cortas a gran velocidad.



UNIDAD N° 5

POSICIÓN DE SU CABEZA - BRAZOS - PIERNAS

EJERCICIO N° 1

Elevación de rodillas y talones a los glúteos (skipping)

Descripción de rodillas. Elevaciones alternativas de rodilla y talón. Llevaremos el fémur de la pierna hasta la horizontal, y a la vez el talón del pie se elevará hasta debajo del glúteo la zancada será corta, coordinamos bien los brazos, los codos a 90°, de adelante hacia atrás y sin elevar excesivamente las manos.



Descripción de talones: elevaciones del talón al glúteo. Es igual que el ejercicio anterior, excepto que la rodilla no se eleva, como lo hacíamos en el ejercicio anterior. El eje tronco-pierna de impulso estará ligeramente inclinado hacia delante, varía la frecuencia de ejecución, que será mayor.

Características.- a nivel de coordinación, este ejercicio incide en la armonización de la impulsión con la elevación de la pierna libre y con el movimiento de los brazos buscando que ésta en el desarrollo con la máxima fluidez y eficacia.

Aspectos a considerar: El niño debe permanecer con la mirada al frente, hombros relajados, cadera alta y deberá coordinar adecuadamente brazos y pies.

EJERCICIO N° 2

CARRERA CON ELEVACIÓN DE PIERNA EXTENDIDA.

Descripción: elevaciones de pie con la pierna estirada, realizando pequeñas impulsiones con la parte delantera del pie, éste se eleva poco, siendo corta la zancada, pero la frecuencia si será elevada.



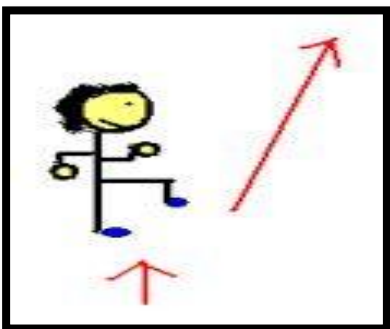
Características: este ejercicio incide para coordinar el impulso, y la postura del pie en el recorrido.

Aspectos a considerar: importante que el apoyo del pie sea del metatarso y la elevación correcta del muslo.

EJERCICIO N° 3

SALTOS

Descripción: desde la posición de skipping, saltar hacia arriba manteniendo el gesto técnico. La caída de apoyo se realizará con la misma pierna para seguidamente volver a tomar impulso con la otra pierna.



Características: este ejercicio tiene el objetivo de transferir los aspectos coordinativos trabajados con los ejercicios anteriores.

Lógicamente, en él se dan todas las fases de la carrera.

Aspectos a considerar: importante mantener las pautas de técnica de carrera ya comentadas anteriormente.

EJERCICIO N° 4

LAS CARRERAS

Descripción: se hacen varios grupos y se realizan las siguientes carreras:

- Carreras partiendo desde sentado.
- Carreras-salidas saliendo desde tendido - prono.
- Carrera de relevos: El primero de cada fila sale, bordea el cono (situado a mitad de la pista) y vuelve a la fila, debiendo chocar la palma de su mano con el siguiente compañero para que esté salga (y así sucesivamente). Gana el equipo que antes complete la carrera.
- Variante de la carrera anterior. Poner aros en el trayecto.
- Hacer skipping sin moverse del sitio. A la señal, salir corriendo hasta un punto determinado preestablecido (meta).

Características: las carreras permiten la transferencia de los aspectos antes tratados y su trabajo de forma más lúdica. No obstante, sería una actividad a realizar al finalizar los ejercicios anteriores.

Aspectos a considerar: importante incidir en la correcta coordinación del gesto técnico de la carrera.

EJERCICIO N° 5

CARRERAS SUCESIVAS

Descripción: carrera de entre unos 30-50 metros que se realizará en forma progresiva llegando a una intensidad aproximada del 90-95%.



Características: este ejercicio tiene el objetivo de transferir los aspectos coordinativos trabajados con los ejercicios anteriores, evidentemente en él se dan todas las fases de la carrera.

Aspectos a considerar: importante mantener las pautas de técnica de carrera ya comentadas anteriormente.

Fuente de consulta: Ana Isabel Pérez Pineda - Fernando Villegas Jaén

BIBLIOGRAFÍA

- ✓ Armando E Pancorbo Sandoval / Barcelona: Océano Ergon (2012). Medicina y ciencias del deporte y la actividad física 1 /
- ✓ Callejas. A. La Paz-Bolivia. 2005. Ed. Alfa beta. Una aproximación a la psicomotricidad desde el ámbito educativo.
- ✓ DÍAZ LUCEA, J. Inde. Barcelona. España (1999): "Las habilidades y destrezas motrices básicas".
- ✓ Ed. Matinez Roca 1991. 5. Haeussler, 4. Grosser. I. Unisport / junta Andalucía universidad internacional Málaga. 1992. 4."Alto Rendimiento Deportivo".
- ✓ Edición española. Unisport./ junta Andalucía universidad internacional.
- ✓ Joan Muñoz tipos de coordinación
- ✓ Junio de 2003 Málaga; Diccionario de las ciencias del deporte alemán-español-Inglés. Isla Alcoser, Sandy - Buenos Aires - Año 13 - N° 130 - Marzo de 2009. Revista Digital "La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física".
- ✓ Molina, D, Buenos Aires. 1997 Edición Aumentada. Editorial losada S.A. "La coordinación Viso motora y dinámica manual del niño infradotado".
- ✓ Publicado: 16/01/2012 en Habilidades motrices básicas

LINKOGRAFÍA

- <http://www /perfil/KARLAAZUCENA>
- g-se.com/.../desarrollo-de-la-tecnica-y-la-velocidad-para-la-carrera
- www.buenastareas.com/ensayos/Desarrollo-De-La-Coordinacion-Motriz
- www.adrianpaz.com/index.php/es/component/k2/item
- www.buenastareas.com/ensayos/La-Axiolog.
- www.definicionabc.com/general/coordinacion.
- <http://wonderfulconditioning.blogspot.com>
- www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio
- www.joanfutbolbase.blogspot.com/2011/07/tipos-de-coordinacion.html
- www.futchantrea.com/gestion/Ejer/CualidadesMotrices
- www.abcinkinesio.blogspot.com
- www.alfonsoentrenador.blogspot.com la-técnica-de-carrera.
- www.altorendimiento.com/revista-alto-rendimiento.
- www.rfea.es/menores/00_jugando_al_atletismo2007.pdf
- www.regimarixiba.blogspot.com

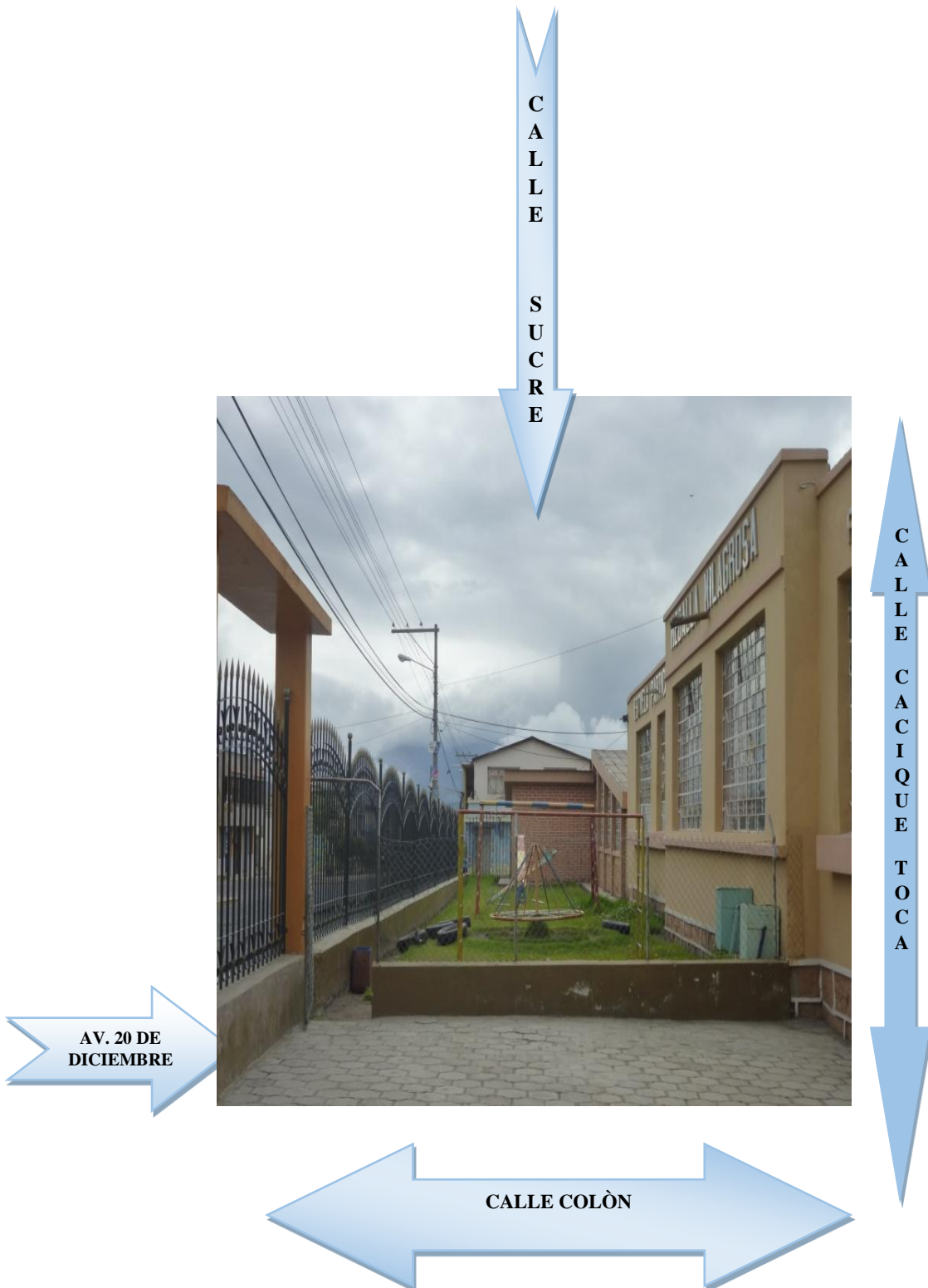
ANEXOS N° 1

EJERCICIOS PARA LA PROPUESTA DE LA COORDINACIÓN MOTORA Y DESARROLLO DE LA TÉCNICA EN LA CARRERA

UNIDAD N° 1 ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN GENERAL
UNIDAD N° 2 ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN ESPECÍFICA
UNIDAD N° 3 ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN DE LATERALIDAD
UNIDAD N° 4 ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN DE RITMO
UNIDAD N° 5 POSICIÓN DE SU CABEZA - BRAZOS - PIERNAS EJERCICIO N° 1 ELEVACIÓN DE RODILLAS Y TALONES A LOS GLÚTEOS (SKIPPING) EJERCICIO N° 2 CARRERA CON ELEVACIÓN DE PIERNA EXTENDIDA EJERCICIO N° 3 SALTOS EJERCICIO N° 4 LAS CARRERAS EJERCICIO N° 5 CARRERAS SUCESIVAS

ANEXO N° 2

**GRAFICO CROQUIS DE LA ESCUELA DE EB. FISCOMISIONAL
“MEDALLA MILAGROSA”**



ANEXO N° 3

MODELO DEL TEST COORDINACIÓN MOTORA DE OZERETSKI-GUILMAIN

TEST DE COORDINACIÓN												
ESCUELA FISCOMISIONAL DE EB. “MEDALLA MILAGROSA”												
Realizado por:												
Estudiante:												
Edad:												
PARAMÉTROS DE DIFICULTAD	COORDINACIÓN GENERAL			COORDINACIÓN ESPECÍFICA			LATERALIDAD			RITMO		
	PUL	SPU	GRU	PUL	SPU	GRU	PUL	SPU	GRU	PUL	SPU	GRU
1.- Coordinación general Prueba I Conocer el grado de coordinación óculo manual de los niños y determinar su coordinación motora general del niño.												
2.- Coordinación Específica Prueba II Conocer el grado de coordinación específica del niño en salto y carrera												
3.- Coordinación de la lateralidad/Orientación derecha – izquierda. Conocer la orientación en el espacio atendiendo a sus parámetros de lateralidad												
4.- Coordinación del Ritmo. Conocer las posibilidades rítmicas en los diferentes sujetos												

ANEXO N° 4

MODELO DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN

Marque con una X según la destreza cualitativa que tenga el niño para realizar la técnica en la carrera.

FICHA DE OBSERVACIÓN TÉCNICA DE LA CARRERA			
ESCUELA FISCOMISIONAL DE EB. “MEDALLA MILAGROSA”			
Observado por:			
Niño:			
Edad:			
PARÁMETROS DE DIFICULTAD	RANGO		
	SI	NO	A VECES
BRAZOS			
1.- Desordenado en la Oscilación de brazos hacia los lados			
ACCIÓN DE PIERNAS			
2.- Flexiona demasiado la pierna de apoyo			
3.- Golpea el suelo con la plantas de los pies en la carrera.			
ACCIÓN DE LA CABEZA			
4.- Posición de su cabeza muy rígida al momento de correr.			

ANEXO N° 5

FOTOGRAFIAS



**EQUIPO INFANTIL DE LA ESCUELA “MEDALLA MILAGROSA”
QUIENES COLABORARON EN LA INVESTIGACIÓN**



TEST DE COORDINACIÓN GENERAL (óculo manual)



TEST DE COORDINACIÓN GENERAL (óculo manual)



TEST EN LA COORDINACIÓN ESPECÍFICA SALTOS



TEST EN LA COORDINACIÓN DE LA LATERALIDAD



TEST DE LA COORDINACIÓN DE RITMO



TEST. MUY DESORDENADO EN LA OSCILACIÓN DE BRAZOS HACIA LOS LADOS



TEST. FLEXIONA DEMASIADO LA PIERNA DE APOYO EN LA CARRERA



**TEST. GOLPEA EL SUELO CON LA PLANTAS DE LOS PIES EN
TODA LA CARRERA**



**TEST. POSICIÓN DE SU CABEZA (RÍGIDA) AL MOMENTO DE
CORRER**

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA FISCOMISIONAL "MEDALLA MILAGROSA"

Fundada: el 27 noviembre de 1940.

Hijas de la Caridad de San Vicente de Paúl

CIENCIA, CULTURA, TRABAJO Y ORACIÓN
GUANO, ECUADOR



CERTIFICADO

En calidad de Directora de la Escuela de Educación Básica Fiscomisional "Medalla Milagrosa" del cantón Guano, provincia de Chimborazo **CERTIFICO:**

Que el señor Klever Lucio Zambrano Castillo, con cedula de identidad N 0601975030, según su tema de estudio de investigación, realizó los **TEST DE COORDINACIÓN MOTORA EN EL DESARROLLO DE LA TÉCNICA DE LA CARRERA**, en 12 estudiantes seleccionados en edades comprendidas entre los 10 y 11 años y quienes asisten normalmente al plantel educativo.

Es todo puedo indicar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente certificado dentro de los trámites relacionados a su tema de investigación para defensa de tesis.

Guano, 27 de febrero de 2015

Sor. Doraliza Maldonado

DIRECTORA



Formando integralmente a hombres y mujeres para la vida