

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Pinza digital en educación física

Trabajo académico presentado para optar el Título de Segunda
Especialidad Profesional de Educación Física

Autor:

Durand Reyes Aniceto

PIURA – PERÚ

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Pinza digital en educación física

Los suscritos declaramos que la monografía es original en su contenido y
forma

Durand Reyes Aniceto (Autor)

Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

PIURA – PERÚ

2019



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO.

En Piura, a los veinticuatro días del mes de agosto del dos mil diecinueve, se reunieron en la I.E.P Pontificia, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Segundo Albuquerque Silva, coordinador del programa; representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *"El entorno familiar en el desarrollo de la afectividad en los niños del nivel inicial"*, para optar el Título de Segunda Especialidad en Profesional en Educación Física al señor **DURAND REYES ANICETO**

A las OCHO horas CERO minutos y de acuerdo a lo estipulado por el Reglamento respectivo, el Presidente del Jurado dio por iniciado el acto.

Luego de la exposición del trabajo, la formulación de preguntas y la deliberación de jurado lo declararon APROBADO por UNANIMIDAD con el calificativo QUINCE.

Por tanto, **DURAND REYES ANICETO**, queda APTO, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física.

Siendo las OCHO horas con VEINTE minutos, el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad todos los integrantes del jurado.


Dr. Segundo Albuquerque Silva
Presidente del Jurado


Dr. Andy Kál Figueroa Cárdenas
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

INDICE.

RESUMEN.....	6
INTRODUCCIÓN.....	7
CAPITULO I.....	9
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	9
1.1. Descripción del problema.....	9
1.2. Objetivos.....	9
1.2.1. Objetivo general	9
1.2.2. Objetivos Específicos	9
CAPÍTULO II.....	11
CONCEPTOS TEÓRICOS DE LA PINZA DIGITAL	11
2.1. Pinza digital	11
2.1.1. Uso de herramientas	12
2.1.2. Presión y Coordinación	13
2.1.3. Habilidad Digital	14
2.1.4. La desinhibición de los dedos.....	14
2.1.5. El dominio de la mano.....	15
2.1.6. La disociación de ambas manos	15
2.1.7. La separación digital.....	15
2.1.8. La coordinación general manos-dedos	16
2.2. Pinza digital y coordinación óculo manual.....	16
2.3. Desarrollo de la pinza digital.....	17
2.4. Coger	18
2.5. Reproducción de figuras	18
2.6. Reproducción de movimientos	18
2.6.1. Punteado	18
2.6.2. Rasgar papel	19
CAPITULO III.....	20
TEORÍAS Y FUNDAMENTOS DE LA PINZA DIGITAL.....	20
3.1. Fundamento gnoseológico.....	20

3.2.	Fundamento epistemológico.....	20
3.3.	Fundamento axiológico	21
3.4.	Fundamento pedagógico.....	21
CAPÍTULO IV.....		22
EDUCACIÓN FÍSICA Y PINZA DIGITAL		22
4.1.	Educación física y psicomotricidad.....	22
4.2.	Educación física.....	23
4.3.	Ejercicio físico.....	24
4.4.	Beneficios del ejercicio físico.....	25
4.5.	Clasificación	26
CONCLUSIONES.....		29
REFERENCIAS CITADAS		30

RESUMEN

El desarrollo de la pinza digital es vital para el fortalecimiento de las capacidades de los niños y niñas. El desarrollo de diversas actividades contribuye a la mejorar de la escritura de los niños. Desde que el niño entra en contacto con los objetos logra cogerlo, sin embargo, no lo hace de modo adecuado. Muchas veces aprieta esto de manera abrupta y se vuelve un hábito a lo largo del desarrollo infantil, esto se traduce en práctica cotidiana en la escuela. En la ejecución de las actividades es importante que participen diferentes especialistas como el instructor de arte, el psicoterapeuta, el logopeda, el propio maestro o educador y se puede combinar con especialistas de rehabilitación o profesores de Educación Física que brinden apoyo en estas primeras edades.

Palabras clave: pinza digital, deporte, educación física

INTRODUCCIÓN

El manejo de la pinza digital es clave para enfrentar los problemas del futuro en cuanto a caligrafía, dibujo y la relación ojo-mano. Sin embargo, compete trabajar el desarrollo de la pinza digital con niños desde los tres años, es en esta etapa, en la que los niños aprenden a coger el lápiz, las pinturas, los plumones, lapiceros, entre otros.

En la mayoría de los casos, observamos niños de 5 años que aún no saben cómo coger el lápiz o las pinturas, a menudo lo cogen con toda la mano, lo cual dificulta que tengan un buen dibujo, que realicen una correcta grafía, muchos al pasar las manos sobre la pintura o el lápiz tienden a manchar sus trabajos. Del mismo modo, cuando cogen el plumón para pizarra, van borrando lo que van escribiendo o intentan dibujar, este malestar se puede convertir en un hábito peligroso. Las consecuencias de coger el lápiz de modos inadecuadas, para muchos estudiantes puede generar problemas a futuro: mala caligrafía, problemas para trazar, dibujar, etc.

Por otra parte, la etapa de los juegos. Después de que los niños o niñas entran a la escuela su repertorio de juegos aumenta considerablemente, lo que le da a esta etapa el nombre. Al principio, sigue utilizando juguetes, sobre todo cuando están solos y, además, se interesan en juegos, deportes, aficiones y otras formas más maduras de juegos y por último la etapa de la fantasía. Conforme ellos se acercan a pubertad, comienza a partir interés por las actividades de juegos que les agradaban anteriormente y dedicaban gran parte de su tiempo ocioso a soñar despierto. Los sueños característicos de los mismos en la pubertad son de tipo el mártir, en los que consideran que todos los maltratan y nadie los entiende. En las actividades de desarrollo de la pinza digital, se puede pedir a los escolares que caminen con los dedos en la mesa, coordinando el dedo pulgar con los restantes de forma alternativa o de tres como si fueran un triciclo.

Desde la perspectiva de la educación física, según Vayer, la educación psicomotriz, el desarrollo de la pinza digital es una educación psicológica

y pedagógica que utiliza los medios de la educación física con el fin de normalizar o mejorar el comportamiento del niño. (Banegas, 2017)

“En la actualidad la educación física tiene un enfoque motriz de integración dinámica. Es motriz porque se basa en el movimiento corporal, propiciando aprendizajes significativos en el niño, rescatando al máximo los beneficios que la actividad física brinda para el desarrollo de habilidades, hábitos y actitudes relacionados al movimiento corporal. Es de integración dinámica porque el niño estará preparado para su interacción con los sujetos, objetos y los diferentes entornos de su vida cotidiana. Recuerda que el alumno es el centro del proceso educativo; no se debe limitar su participación.” (Consejo Nacional de Fomento Educativo, 2010)

“La educación física es una disciplina pedagógica que promueve el desarrollo del individuo por medio de la práctica de la actividad física. Brinda al niño un desarrollo motor adecuado a su capacidad, interés y necesidades de movimiento corporal. De esta manera, logra estimular y desarrollar habilidades, hábitos y actitudes que se manifiestan en un mejor desempeño en el ámbito escolar, familiar y dentro de su comunidad. La línea que separa a la psicomotricidad y a la educación física es muy delgada, ya que comparten muchos elementos y conceptos” (Consejo Nacional de Fomento Educativo, 2010)

La concepción de este proyecto está dedicada a mis padres, pilares fundamentales en mi vida. Sin ellos, jamás hubiese podido conseguir lo que hasta ahora. Su tenacidad y lucha insaciable han hecho de ellos el gran ejemplo a seguir y destacar, no solo para mí, sino para mis hermanos y familia en general.

En primer lugar, a Dios por haberme guiado por el camino de la felicidad hasta ahora; en segundo lugar, a cada uno de los que son parte de mi familia a mi PADRE, mi MADRE, MI ABUELA, mi tercera madre y no menos importante, MI TIA;

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.Descripción del problema

En los primeros años de educación de básica los estudiantes requieren desarrollar una serie de habilidades y destrezas para desarrollar la motricidad, sin embargo, los estudiantes muestran una serie de dificultades que no le permiten desarrollar sus habilidades motoras.

Como la falta de confianza en ellos mismos y el poco desarrollo de la psicomotricidad en los años anteriores de estudio, hace que no puedan desarrollar sus habilidades motoras con facilidad, por lo que se necesita aplicar estrategias que permitan mejorar las habilidades motoras, pero se requiere que los docentes conozcan las estrategias y fundamentos teóricos que permitan mejorar las habilidades físicas de los estudiantes.

En la presente investigación se busca analizar las teorías y estrategias que fundamentan el desarrollo de habilidades motoras en los estudiantes, luego proponer estrategias para mejorar las habilidades en los estudiantes.

1.2.Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Identificar la importancia de la pinza digital en la mejora de las habilidades físicas en los estudiantes de educación básica regular.

1.2.2. Objetivos Específicos

Determinar los conceptos básicos y su utilización de la pinza digital en la enseñanza de la educación física.

Analizar las teorías y fundamentos científicos de que sustentan la pinza digital.

Analizar la influencia de la pinza digital en el desarrollo de la educación física.

CAPÍTULO II

CONCEPTOS TEÓRICOS DE LA PINZA DIGITAL

2.1. Pinza digital

La pinza digital está comprendida en la actividad de manipulación, tiene que ver con el desarrollo de las habilidades del dedo y la palma. De este modo el niño, niña va adquiriendo habilidades para asir objetos grandes, diminutos hasta lograr una prensión adecuada de tipo palmar, interdigital, latero-lateral y de otras que contribuyen a la adecuada escritura.

La motricidad fina comprende todas aquellas actividades del niño que necesitan de una precisión y un elevado nivel de coordinación, es decir, una actividad armónica de partes que cooperan en una función, especialmente la cooperación de grupos musculares bajo la dirección cerebral.

La motricidad fina, micro-motricidad o motricidad de la pinza digital tiene relación con la habilidad motriz de las manos y los dedos. Es la movilidad de las manos centrada en tareas como el manejo de las cosas; orientada a la capacidad motora para la manipulación de los objetos, para la creación de nuevas figuras y formas, y el perfeccionamiento de la habilidad manual. La actividad motriz de la pinza digital y manos, forma parte de la educación psicomotriz del escolar. Su finalidad es la de adquirir destrezas y habilidades en los movimientos de las manos y dedos.

La adquisición de la pinza digital, así como de una mejor coordinación óculomanual (la coordinación de la mano y el ojo) constituyen otro de los objetivos principales de esta área.

Los primeros ejercicios a realizarse deben tener como objetivo lograr la correcta posición de la mano y los dedos para la escritura, es decir,

lograr la prensión pinza (pulgar e índice) una adecuada posición de las herramientas de escritura y el uso adecuado de materiales a través del juego.

El pulgar y los dedos se combinan de distintas formas para producir este primer tipo de prensión, mientras que la mano interviene en el segundo.

“Antes de empezar a hacer trazos y líneas, antes de escribir, el niño debe interiorizar los movimientos finos con distintos materiales previos al uso del lápiz y el papel.” (La escritura, 2013)

✓ “Trozar tiras de papel con los dedos.” (La escritura, 2013)

✓ “Rasgar papel siguiendo una línea dibujada.” (La escritura, 2013)

✓ “Ensartar cuentas o fideos en cuerda o cordón firme.” (La escritura, 2013)

✓ “Realizar pasados en forma de hilván utilizando cordón grueso sobre material que con agujeros que indique líneas rectas, verticales y/o horizontales.” (La escritura, 2013)

✓ “Realizar pasados en el contorno de siluetas de diversas figuras.” (La escritura, 2013)

2.1.1. Uso de herramientas

“Una vez que se ha logrado la posición pinza haciendo uso de materiales y juegos como los antes mencionados debemos pasar al uso de herramientas que preparen al niño para coger correctamente el lápiz.” (La escritura, 2013)

✓ “Punzar con lápiz o punzón en un espacio libre, sin límites.” (La escritura, 2013)

✓ “Punzar dentro de un contorno.” (La escritura, 2013)

✓ “Pintar libremente haciendo uso de un pincel.” (La escritura, 2013)

✓ “Pintar dentro de un espacio limitado con pincel.” (La escritura, 2013)

✓ “Delinear con plumones gruesos diferentes tipos de líneas.” (La escritura, 2013)

- ✓ “Delinear figuras cada vez más complejas con plumones gruesas. ” (La escritura, 2013)
- ✓ “Delinear con plumones delgados diferentes tipos de líneas. ” (La escritura, 2013)
- ✓ “Delinear figuras cada vez más complejas con plumones delgados.” (La escritura, 2013)
- ✓ “Colorear con crayolas gruesas. ” (La escritura, 2013)
- ✓ “Colorear con lápices de color gruesos” (La escritura, 2013).

2.1.2. Presión y Coordinación

Paralelamente al logro de la prensión y el uso correcto del lápiz se trabajará la prensión a partir de ejercicios como:

- ✓ Jugar libremente con diferentes tipos de masas.
- ✓ Presionar pelotas anti estrés.
- ✓ Arrugar papeles.
- ✓ Hacer bolas de papel.
- ✓ Presionar ganchos de ropa abriéndolos y cerrándolos.
- ✓ Realizar plantados.

“Todas las actividades propuestas ayudan a la coordinación, pero es necesario llevar esto al logro de trazos que más adelante permitirán la formación de palabras. La coordinación manual conducirá al niño al dominio de la mano. Los elementos más afectados, que intervienen directamente son” (Sacta, 2012):

- ✓ “la mano ” (Sacta, 2012)
- ✓ “la muñeca ” (Sacta, 2012)
- ✓ “el antebrazo ” (Sacta, 2012)
- ✓ “el brazo” (Sacta, 2012)

“Es muy importante tener en cuenta ya que antes de exigir al niño una agilidad y adaptabilidad de la muñeca y la mano en un espacio reducido como una hoja de papel, será necesario que pueda trabajar y dominar este

gesto más ampliamente en el suelo, pizarra y con elementos de poca precisión como la pintura de dedos.” (Sacta, 2012)

“Dentro de la educación inicial una mano ayudara a otra para poder trabajar cuando se necesite algo de precisión. Hacia los tres años podrá empezar a intentarlo y serán conscientes de que necesitan solamente una parte de la mano. Alrededor de los 5 años podrán intentar más acciones y un poco más de precisión.” (Sacta, 2012)

2.1.3. Habilidad Digital

“Sabemos que la sensibilidad digital tiene uno de los máximos exponentes activos en las yemas de los dedos. Las yemas de los dedos son como los ojos de las manos. Con ellas podemos reconocer al tacto y distinguir perfectamente formas, texturas, grosores, tamaños. Con ellas acumulamos en nuestro cerebro las sensaciones más sutiles: frío, empleado, caliente, húmedo, mojado, seco. Con ellas dominamos poco a poco los instrumentos y los objetos. Las yemas de los dedos necesitan adiestrarse para conseguir esta sensibilidad, fortalecerse para utilizar su fuerza, y relajarse para obtener tonicidad.” (Sacta, 2012)

2.1.4. La desinhibición de los dedos

La especificación de las habilidades Grafo motoras que estamos relatando son, en suma, la concreción clara del proceso desinhibición-inhibición. En cada una de ellas estas dos dimensiones se han tenido en cuenta. Pero es importante llegar a una mayor desinhibición de los dedos, porque podríamos decir que son los instrumentos más inmediatos en la actividad grafo motriz. Desinhibir los dedos significa que tengan consistencia en sí mismos, que adquieran agilidad y que pueda vivirlos el niño como una parte importante de su cuerpo, con la cual podrá realizar miles de actividades finas. Una de ellas es la escritura que le permitirá comunicarse.

2.1.5. El dominio de la mano

“Para emplear la mano en cualquier movimiento grafomotoriz debe de primero estar relajada. Una mano tensa bloquea los reflejos neuromotores que deben establecerse, obligando a los movimientos a hacerse completamente rígidos y distorsionados, y por tanto a perjudicar las formas de las grafías. El niño, ya desde muy pequeño, juega con sus manos. ” (Sacta, 2012)

El niño en esta etapa practica toda clase de destrezas con sus dedos, como por ejemplo la de hacer girar ruedas, también se interesan por los pedales de los triciclos, ya que les atrae muchísimo el movimiento de rotación. Las hojas de los libros y las revistas, en especial la de los libros con hojas rígidas, son objetos con los cuales a los niños les gusta practicar su habilidad digital

En los primeros años de su escolarización esta actividad lúdica se convierte en un centro de interés extraordinario que debe ser potenciado en toda su amplitud. Los movimientos que se ejercen con las manos llegan a tener significado en el momento que se emplean como expresión gestual de elementos narrativos verbales. En este caso el niño comienza a jugar con significantes y significados lingüísticos, repitiendo su proceso de adquisición de la lengua materna.

2.1.6. La disociación de ambas manos

Disociar las manos es ya especializar las coordinaciones. La escritura exige una correcta disociación de la mano-instrumental respecto a la mano-soporte. Pero esta habilidad es muy difícil de conseguir. Por eso es preciso una progresión muy afinada de las actividades tipo que se vayan a programar, y sobre todo el trabajo corto y frecuente sobre las mismas, más que el prolongado y distante. Sin dejar a un lado, las motivaciones lúdicas o musicales ya que están viabilizan la obtención de la agilidad y corrección.

2.1.7. La separación digital.

“Los movimientos de separación de los dedos son especialmente necesarias para vivenciar sus posibilidades y sus limitaciones. Más tarde, el niño puede instrumentalizar esta habilidad mediante la expresión gestual. Pero

en todo momento se asegura una buena movilidad digital para la consecución grafo motora.” (Sacta, 2012)

2.1.8. La coordinación general manos-dedos

“Todas las habilidades Grafo motoras deben llegar a una perfecta coordinación de las manos y los dedos y a conseguir la tonicidad necesaria para inhibir unos músculos mientras los otros están relajados. La coordinación hace posible que se lleguen a instrumentalizar todas las habilidades en función de la actividad Grafo motoras o en función de cualquier otra actividad manual. ” (Sacta, 2012)

Los niños van adquiriéndola coordinación con menos rapidez que la fuerza o la velocidad, ya que la coordinación requiere la interacción de las habilidades motoras y sensoriales que, con frecuencia, depende de la madurez de los músculos pequeños y de la práctica.

La coordinación lleva a la armonía de los movimientos y por lo tanto obtiene como resultado la fluidez y la personalización del grafismo que son elementos esenciales para poder llegar a una seguridad en la comunicación escrita.

2.2. Pinza digital y coordinación óculo manual

Los niños aprenden de modo secuencial y la primera actividad que realizan es agarrar objetos. El rol fundamental que juega el dedo pulgar contribuye al desarrollo de habilidades.

El desarrollo motor de los niños es básico para el desarrollo de otras habilidades cognitivas, físicas y sociales. Según (Antoranz Simón & Villalba Indurría, 2016) esta se desarrolla en dos etapas:

Pinza digital inferior: cuando el niño usa el pulgar y el resto de la mano para coger cosas

Pinza digital superior: cuando el niño coordina el dedo índice con el pulgar para coger objetos

El desarrollo de la pinza digital involucra un conjunto de actividades que el docente debe trabajar junto a los niños, de modo cotidiano, en ese

sentido, es un trabajo arduo en la que el docente tiene que enseñar a los niños varias actividades de modo progresivo:

Pinza entre la uña del pulgar y del índice puede recoger objetos como alfileres, agujas, distribuidas en la mesa; pinza digital entre la yema del pulgar y del índice, para recoger fichas, palillos de colores. Colocarlos siguiendo un ritmo visual de izquierda a derecha o viceversa, puede ser dos amarillos, dos azules, dos rojos. (Aranda Redruello, 2017, pág. 207)

La pinza digital junto con la coordinación óculo manual (coordinación de la mano y el ojo) componen el eje básico de la educación. La pinza digital es aquella que facilita a los niños y niñas agarrar un lápiz, una pintura, una crayola, un plumón y empezar la etapa experimental. La pinza digital desarrolla la grafomotricidad, la cual pasa por diferentes procesos: “el garabateo motor (impulsivos y sin control), garabateo perceptivo (cuando centra su mirada en lo que dibuja) y la etapa de los renacuajos (cuando representa dibujos de él mismo)” (Cañas, 2012)

Uno de los dedos que más se utiliza de manera independiente es el índice: con él se señala o se aprietan botones. Por ello se deben realizar actividades como empujar, meterlo en un agujero, apretar botones de juguetes sonoros, etc. Gracias a estas adquisiciones el niño podrá hacer torres, encajar anillas en un aro, ensartar cuentas, meter y sacar objetos de un recipiente etc. (Pin Molina, 2013)

2.3.Desarrollo de la pinza digital

El desarrollo de la pinza digital involucra un conjunto de actividades de enseñanza-aprendizaje. Estas incluyen dimensiones como:

coger, examinar, desmigalar, dejar, meter, lanzar, recortar, vestirse, desvestirse, comer, asearse, modelados con material diferente, pintar, trazos, dibujar, escribir, tocar instrumentos musicales, soltar, apretar, desarmar, punzar, coser, hacer bolillos. Jugar canicas, pintar, punzar, enhebrar, recortar, colorear, laberintos, hacer torres, encajar anillas en un aro, ensartar cuentas, meter y sacar objetos de un recipiente, introducir piezas en un rompecabezas, entre otras acciones. (Pin Molina, 2013)

2.4.Coger

Para el caso de los niños de 5 años, tiene que ver con la forma adecuada de coger el lápiz, la pintura o el plumón: “se les debe indicar con detalles a los niños y niñas, pues no saben coger bien el instrumento de escritura. Esta prensión con la mano es tanto más cómoda, cuando más grueso se el mando del instrumento” (Du Saussois, 2012, pág. 56)

Muchos niños aún no han desarrollado esta habilidad de coger adecuadamente los materiales de escritura, dibujo y pintura. Los al coger adecuadamente el lápiz dibujan círculos, líneas, escriben de izquierda a derecha, dominan trazos, modelan bolas de plastilina con los dedos índice y pulgar, rasgan papeles, recortan trozos de papel con las manos.

2.5.Reproducción de figuras

En este caso los niños desarrollan el modelo de buena precisión en el manejo del lápiz, la pintura, el plumón, etc. Los niños aprenden la importancia de dibujar parecido a un modelo que el docente le ofrece, puede ser un círculo, un cuadrado, una línea, etc. En ese momento que se observa y analiza la forma como los niños y niñas van dominando la pinza digital. A los 5 años muchos niños empiezan a mostrar “dominio en la construcción de figuras, ángulos, contornos” (Woodburn, 2000)

2.6.Reproducción de movimientos

Para este apartado los niños reproducen los movimientos curvilíneos o circulares que se le presenta en un papel, hace trazo y une puntos. Estas actividades permiten visualizar la precisión y fuerza desarrollada en la pinza digital. (Gil Madrona, 2005)

2.6.1. Punteado

Los niños desarrollan habilidades para trazar puntos, trazar círculos, figuras humanas. Estas actividades son importantes para el desarrollo de la coordinación fina ojo –mano (Rigal, 2006, pág. 422). Con un punzón y una tablilla de corcho o una lámina de goma eva, ponemos un dibujo para que pinche la

silueta con el punzón. Esto desarrolla el agarre tipo pinza y mejora la agilidad de los músculos.

2.6.2. Rasgar papel

Rasgar papel. Utilizando periódicos o revistas viejas para que las rasgue cogiéndolas con el dedo índice y pulgar. Esta tarea incrementa el control de la presión, del giro y la coordinación visomotriz.

CAPITULO III

TEORÍAS Y FUNDAMENTOS DE LA PINZA DIGITAL

3.1.Fundamento gnoseológico

El conocimiento forma parte del hombre como tal busca acercarse a los objetos de diversos modos y registrar sus caracteres especiales. De ese modo los niños y niñas de 5 años, han tenido un acercamiento previo a los objetos para agarrarlos y explorarlos. Los niños de 5 años, necesitan un apoyo constante para el adecuado desenvolvimiento de la escritura.

Los niños de esta edad tienen un acercamiento vivenciado al conocimiento, es decir su aplicación es mucho más práctica, en tanto hay “mayor movimiento, control de la percepción, organización del espacio temporal” (Pastor Pradillo, 2007)

3.2.Fundamento epistemológico

Científicamente el pulgar juega un rol esencial en el desarrollo del hombre y por ende de la humanidad.

Sin el pulgar no hay pinza y sin la pinza pierde la mano la inmensa mayoría de sus maravillosas posibilidades. El pulgar es en esencia el arte y la ciencia de la mano. En esencia es fisiológicamente la creación de una pinza digital y en este sentido es lo más trascendente de toda la fisiología de la mano. (Universidad de California, 2015)

Es por ello que resulta de vital importancia que la ciencia aplique sus métodos al estudio de la pinza digital. Es clave que la investigación centre su mirada en el análisis, interpretación y comprensión del proceso de desarrollo de la pinza digital en los niños y niñas de 5 años.

3.3.Fundamento axiológico

La teoría del valor es fundamental en la vida social e individual del hombre. El valor de las cosas y de los procesos, así como la valoración de los mismos tiene influencia directa en el desarrollo del conocimiento, las prácticas y el estado emocional. Esto es clave para entender la pinza digital porque al niño o niña que no desarrolla adecuadamente esta habilidad más adelante se le va valorar, considerando el tipo de letra que tiene (ortografía), la forma como dibuja, e incluso por el modo como coge el lapicero, el lápiz, etc.

Es importante también porque las actividades orientadas al proceso de desarrollo de la pinza digital, facilita el desarrollo de cualidades y valores morales, emociones, sentimientos, relaciones interpersonales, normas de conducta, el conocimiento del mundo, la apreciación de las cualidades de los objetos, la creación de hábitos, la mejora de la personalidad, etc.

3.4.Fundamento pedagógico

El rol docente es vital para motivar al niño hacia el aprendizaje. Con el desarrollo de la pinza digital se logra satisfacer curiosidades, experimentar y descubrir nuevos saberes. El docente facilita a los niños y niñas los conocimientos básicos sobre manejo de y uso de ciertos materiales educativos. Los diversos trabajos en aulas facilita el acceso a conceptos básicos, así como a prácticas fundamentales para la lectoescritura.

Cada niño marca su propio paso o velocidad para aprender y esos tiempos hay que respetarlo. Refiriéndose a las destrezas motoras finas, cabe recalcar que según Guthrie, son las manos por lo que el niño tiene conocimiento del mundo exterior...la destreza motriz es la capacidad adquirida por el aprendizaje para alcanzar resultados fijados previamente, con un máximo de éxito y a menudo en un mínimo de tiempo, de energía o de los dos. (Martínez, 2014)

CAPÍTULO IV

EDUCACIÓN FÍSICA Y PINZA DIGITAL

4.1. Educación física y psicomotricidad

La Educación Física, es una de las áreas que contribuye al desarrollo de estas habilidades, pero no de forma tan específica como las anteriores.

Los niños participan en educación física diariamente muestran una mejora motriz, un mejor rendimiento académico y una actitud más favorable hacia la escuela, respeto a sus compañeros.

“La educación física, ha sido constituida una disciplina fundamental para la educación y para el desarrollo psicomotriz conllevando a la formación integral del ser humano, especialmente si es implementada en la infancia, posibilitando en el niño desarrollar destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su diario vivir y como proceso para su proyecto de vida. Por medio de la Educación Física, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobretodo se le permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la variedad y vivencia de las diferentes actividades en el juego, lúdica, recreación y deporte para implementarlas continuamente, sea en clase o mediante proyectos lúdico-pedagógicos y por lo general, las instituciones educativas y jardines infantiles desconocen la importancia que la Educación Física representa para el nivel preescolar.” (Monsalve y García, 2015)

La educación física, es un área fundamental para el desarrollo integral del niño, brindándole un adecuado desenvolvimiento psicomotriz a lo largo de su proceso de crecimiento, a través de esta, los niños aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes, actividades lúdicas, recreativas y deportivas. En estas, el niño puede desenvolverse, ser creativo y mostrar su espontaneidad como un ser que quiere descubrir muchas alternativas a través de la

curiosidad y que no lo puede lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento. Si la Educación Física se estructura como proceso pedagógico y permanente se pueden crear bases sólidas que le permitirán la integración y socialización que garanticen el desarrollo en la vida futura.

Los avances "manuales" también son destacables: uso de tijeras, mayor habilidad en el dibujo... A los cinco años gana más aún en soltura: patina, escala, salta desde alturas, salta a la comba... Entre los cinco y los seis años se puede decir que el niño puede hacer físicamente lo que quiere, dentro siempre de sus fuerzas y posibilidades. Hacia los seis años esa espontaneidad, de la que ha hecho gala el niño hasta esta edad, se desvanece. Ahora lo que pretende es demostrar sus habilidades, medirse, hacerse valer, en resumen, afirmarse. Se podría decir que en este punto el proceso de adquisición o formación de las habilidades motrices básicas tocaría su fin pues como se ha dicho las habilidades motrices básicas ponen las bases a los movimientos más complejos y complementados, ahí estaríamos hablando ya de habilidades deportivas.

4.2.Educación física

Es contemplada como una amplia definición que trata del desarrollo y la formación de una dimensión básica del ser humano, el cuerpo y su motricidad, siendo un área que no se puede desprender del desarrollo y la evolución humana. Por consiguiente, no se debe estimar que la educación física está integrada a unas edades determinadas ni a la enseñanza formal de una materia en el sistema educativo, sino que representa la acción formativa sobre unos aspectos concretos a través de la vida del individuo, es decir, constituye un elemento importante del concepto de educación física dentro del proceso de formación continua de la persona.

“La Educación Física es vista, no en el movimiento sino en el sujeto que se mueve, que halla en sus acciones una organización significativa. Esto implica la presencia de un comportamiento motor cuyos datos observables están dotados de sentido, que es vivido de forma consciente o inconsciente por la persona que actúa. Esta conducta motriz permite considerar, en el desarrollo mismo de la acción, los elementos de tipo cognitivo, relacional, afectivo y significativo motor. Las

conductas motrices implican procesos 22 cognitivos, entendidos no como conocimientos declarativos sino como habilidades y destrezas, procedimientos comportamentales, formas de reacción, pre-actuar y actuar que desarrollan las competencias adaptativas del individuo. Es en la conducta motriz, y no en el ejercicio, donde la Educación Física debe buscar un reconocimiento a la participación del sujeto en su totalidad y no como una parte de él.” (Monsalve y García, 2015)

“Teniendo en cuenta que la salud corporal es considerada como un factor que incide significativamente en la calidad de vida del individuo y esta a su vez está determinada por la calidad del movimiento de sus órganos, sistemas y segmentos corporales, se puede afirmar que la educación física entendida como área que tiene la responsabilidad de contribuir con la formación del cuerpo y su capacidad de movimiento, posee un compromiso directo con los procesos de mejoramiento y conservación de la salud y por lo tanto con los procesos productivos y comunicativos del hombre, es posible citar a (Camacho, 2000) cuando escribe que: La educación física debe propender por la construcción de una nueva cultura de la corporalidad que reconozca al cuerpo como fuente de vida, de pensamiento y de movimiento, que requiere cuidados para sí y de un ambiente adecuado para su realización individual y social. Dado que las diferentes manifestaciones motrices del hombre, son producto de la construcción social en el devenir histórico de la humanidad y que estas se expresan en movimientos culturalmente determinados (disciplinas artístico – deportivas) utilizadas en algunas épocas para elevar los niveles de tolerancia entre los hombres y conseguir la paz, corresponde a la educación física capitalizar estas características intrínsecas por su carácter lúdico para crear ambientes de relación social que permitan el entendimiento entre los diferentes grupos humanos” (Monsalve y García, 2015)

4.3. Ejercicio físico

“El ejercicio físico es la actividad física recreativa, que se realiza en momentos de ocio o de tiempo libre, es decir fuera del trabajo o actividad laboral. Es una afición que obtiene una vivencia placentera, comunicativa, creativa y social de nuestras prácticas corporales. El ejercicio físico implica la realización de

movimientos corporales planificados y diseñados específicamente para estar en forma física y gozar de buena salud. El término de ejercicio físico incluye el de gimnasia, baile, deporte y educación física. ” (Cconcepto de ejercicio físico, 2006)

4.4. Beneficios del ejercicio físico

“El ejercicio físico es un componente del estilo de vida que en sus distintas facetas gimnasia, deporte y la educación física constituyen actividades vitales para la salud, la educación, la recreación y el bienestar del hombre, la práctica del deporte y los ejercicios físicos pueden hacer por la humanidad lo que no podrían alcanzar millones de médicos. La prolongación de la vida y la terapia contra numerosas enfermedades consisten hoy día en el ejercicio físico, el deporte y el ejercicio metódico porque educan, disciplinan, desarrollan la voluntad y preparan al ser humano para la producción y la vida. Es universalmente conocido que el ejercicio físico sistemático promueve la salud y contribuye decisivamente a la longevidad del hombre. Investigaciones realizadas en diversos centros especializados y los resultados obtenidos demuestran que el tiempo que se dedica a mejorar la capacidad física constituye un tiempo bien empleado. Los beneficios fundamentales que el ejercicio físico regular ofrece sobre la salud son” (Cconcepto de ejercicio físico, 2006):

1. “Incrementa el funcionamiento del sistema cardiovascular y respiratorio para mejorar la perfusión tisular y por tanto el aporte de oxígeno y nutrientes a los tejidos. ” (Cconcepto de ejercicio físico, 2006)

2. “Opera cambios en la mente del hombre hacia direcciones más positivas independientemente de cualquier efecto curativo. Un programa de ejercicio adecuado fortalece la psiquis humana.” (Cconcepto de ejercicio físico, 2006)

3. “Aumenta la circulación cerebral, lo que hace al individuo más despierto y alerta, y mejora los procesos del pensamiento. ” (Cconcepto de ejercicio físico, 2006)

4. “Prolonga el tiempo socialmente útil del hombre, así como al mejorar su capacidad física muscular eleva sus niveles productivos, por lo que

retarda los cambios de la vejez. Asegura una mayor capacidad de trabajo y ayuda al aseguramiento de la longevidad.” (Concepto de ejercicio físico, 2006)

4.5. Clasificación

“Se considera ejercicio físico, al conjunto de acciones motoras musculares y esqueléticas. Comúnmente se refiere a cualquier actividad física que mejora y mantiene la aptitud física, la salud y el bienestar de la persona. Se lleva a cabo por diferentes razones como el fortalecimiento muscular, mejora del sistema cardiovascular, desarrollar habilidades atléticas, deporte, pérdida de grasa o mantenimiento, así como actividad recreativa. Las acciones motoras pueden ser agrupadas por la necesidad de desarrollar alguna cualidad física como la fuerza, la velocidad, la resistencia, la coordinación, la elasticidad o la flexibilidad. El ejercicio físico puede estar dirigido a resolver un problema motor concreto. El ejercicio físico mejora la función mental, la autonomía, la memoria, la rapidez, la imagen corporal y la sensación de bienestar, se produce una estabilidad en la personalidad caracterizada por el optimismo, la euforia y la flexibilidad mental.” (Cintra y Balboa, 2015)

“Los ejercicios pueden ser clasificados de la siguiente manera: Generales, especiales y competitivos ” (Cintra y Balboa, 2015)

“Los ejercicios generales: son aquellos que en su ejecución no contienen fases y/o partes técnicas de la especialidad deportiva seleccionada y están encaminados a: La preparación del organismo para las acciones generales del entrenamiento, el desarrollo de las capacidades físicas generales, la recuperación del organismo de las cargas recibidas. ” (Cintra y Balboa, 2015)

“Los ejercicios especiales: estos contienen en su ejecución partes o fases técnicas de la especialidad deportiva seleccionada y están encaminados a: La preparación del organismo para las acciones específicas de la parte principal del entrenamiento. Para la enseñanza y corrección de fases y partes de la técnica del deporte seleccionado. Desarrollar las capacidades físicas especiales, teniendo como base la acción motriz del deporte seleccionado. ” (Cintra y Balboa, 2015)

“Los ejercicios competitivos: son aquellos que se ejecutan dentro del juego, los cuales están reglamentados y son los que se desarrollan para obtener los resultados esperados.” (Cintra y Balboa, 2015)

“Los ejercicios, teniendo en cuenta la dirección del trabajo muscular se pueden clasificar como: flexores y extensores, según su función y objetivos están encaminados al desarrollo de capacidades y habilidades, así como también a la terapéutica de lesiones producidas. La práctica de ejercicios físicos consume energía y requiere por tanto el aporte de oxígeno y nutrientes a los tejidos. El ejercicio físico practicado de forma regular y frecuente estimula el sistema inmunológico ayudando a prevenir las llamadas enfermedades de la civilización, como la enfermedad coronaria, cardiovascular, diabetes tipo 2 y obesidad. También mejora la salud mental, ayuda a prevenir estados depresivos, desarrolla y mantiene la autoestima, e incluso puede aumentar la libido y mejorar la imagen corporal. El ejercicio físico es importante para mantener la condición física, y puede contribuir positivamente al mantenimiento de un peso saludable, al desarrollo y mantenimiento de la densidad ósea, fuerza muscular y movilidad articular; promueve numerosos procesos biológicos (ej. metabolismo, sistema inmune) proporcionando un sistema fisiológico saludable, lo que reduce los riesgos quirúrgicos; reduce los niveles de cortisol, causantes de numerosos problemas de salud tanto físicos como mentales.” (Cintra y Balboa, 2015)

“Tanto el trabajo aeróbico como el anaeróbico aumenta la eficiencia mecánica del corazón mediante el aumento del volumen cardíaco (entrenamiento aeróbico) o el espesor del miocardio (entrenamiento de fuerza). Estos cambios son en general beneficioso y saludable si se producen como respuesta al ejercicio.” (Cintra y Balboa, 2015)

“No todos se benefician por igual del ejercicio. Hay una gran variación en la respuesta individual al entrenamiento, condicionada por factores genéticos, donde la mayoría de la población verá un aumento moderado de la resistencia aeróbica, algunos individuos hasta el doble de su consumo de oxígeno, mientras que otros nunca podrán aumentar la resistencia. Sin embargo, el entrenamiento hipertrófico muscular de resistencia está determinado, al menos en gran parte, por la dieta y los niveles de testosterona. Esta variación genética que provoca

distintas respuestas en diferentes individuos explica las diferencias fisiológicas entre los atletas de élite y la población general. Los estudios demuestran que el ejercicio en jóvenes y adultos conduce a una mejor habilidad y condición física y fisiológica en posteriores etapas de la vida.” (Cintra y Balboa, 2015)

CONCLUSIONES

PRIMERO. -Las actividades que los docentes emplean deben tomar en cuenta la edad de niños y niñas, que llamen su atención, que estimulen sus destrezas físicas. En la escuela Alejo Lazcano las actividades graficas empleadas por el docente que se aplican Las actividades no van acordes a la edad ni llaman la atención de los niños de primero de básica, por eso no se lograr estimular destrezas físicas en ellos. Los padres de familia deben de ser orientados en el manejo de actividades gráficas para el estimular el desarrollo de la pinza digital.

SEGUNDO. - La competencia motriz, entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia.

REFERENCIAS CITADAS

- Antoranz Simón, E., & Villalba Indurría, J. (2016). *Desarrollo cognitivo y motor*. España: Editex.
- Aranda Redruello, R. E. (2017). *La educación preescolar: teoría y práctica*. España: Ministerio de Educación y Deporte.
- Banegas, T. (2017). *Estrategias metodológicas para desarrollar la psicomotricidad fina*. Ecuador: Universidad Politecnica Salesiana.
- Cañas, R. (2012). *Temario técnico educación infantil*. España: Paraninfo.
- Concepto de ejercicio físico. (2006). Concepto de ejercicio físico. Recuperado de: <http://www.nutriologo.net/2006/06/01/concepto-de-ejercicio-fisico/>
- Consejo Nacional de Fomento Educativo. (2010). Guía de psicomotricidad y educación física en la educación preescolar. Recuperado de: <https://edoc.pub/guia-de-psicomotricidad-y-educacion-fisica-2-pdf-free.html>
- Cintra, O., y Balboa, Y. (2015). Generalidades de los ejercicios físicos. Revista EF Deportes. Recuperado de: <https://www.efdeportes.com/efd205/generalidades-de-los-ejercicios-fisicos.htm>
- Du Saussois, N. (2012). *Los niños de 4 a 6 años en la escuela infantil*. Madrid: Narcea.
- Gil Madrona, P. (2005). *Unidades didácticas de Educación Física para educación infantil*. España: Wuancelau.
- La escritura. (2013). La escritura [Entrada de Blog]. Recuperado de: <http://licpedagogia-infantil.blogspot.com/2013/11/la-escritura.html#comment-form>
- Lujambio, A. (2016). *Guía de psicomotricidad y educación física en la educación preescolar*. Mexico: CNFE.

Martínez, C. (2014). *La dactilopintura y su incidencia en la motricidad fina de los niños y niñas del centro de educación inicial "Mañanitas" del Cantón Píllaro, Provincia de Tungurahua*. Ambato, Ecuador: Universidad Técnica de Ambato.

Monsalve, L., y García, L. (2015). Recuperado de: <http://repository.ut.edu.co/handle/001/1539>

Pastor Pradillo, J. L. (2007). *Motricidad: Perspectiva psicomotricista de la intervención*. España: Wanceulen.

Pèrez, E. (2015). *La educación física, como medio para fortalecer la psicomotricidad en los niños de 4 años del nivel jardín en el hogar el Paraíso Infantil Del ICBF, En La Ciudad De Ibagué*. Universidad de Tolima.

Pin Molina, J. R. (2013). *Incidencia del desarrollo de la pinza digital para una correcta pre-escritura en el inicio de la escolaridad*. Ecuador: Universidad Estatal de Milagro.

Rigal, R. (2006). *Educación motriz y educación psicomotriz en preescolar y primaria*. España: INDE.

Sacta, P. (2012). *Las Técnicas Grafo- Plásticas Para El Desarrollo De La Habilidad Digital En Los Niños De 4 A 5 Años De La Escuela Werner Heisenberg School Ubicada En La Mitad Del Mundo Durante El Año Lectivo 2010-2011 (Proyecto de Licenciatura)*. Universidad Central Del Ecuador. Quito. Ecuador.

Universidad de California. (2015). *Boletín científico*. EE.UU: Universidad de California.

Woodburn, S. (2000). *El perfil perceptual-motor de nuestros niños*. Costa Rica: Universidad de Costa Rica.

PINZA DIGITAL EN EDUCACION FISICA

INFORME DE ORIGINALIDAD

28%

INDICE DE SIMILITUD

27%

FUENTES DE
INTERNET

0%

PUBLICACIONES

22%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	docplayer.es Fuente de Internet	6%
2	dspace.unach.edu.ec Fuente de Internet	3%
3	dspace.unl.edu.ec Fuente de Internet	3%
4	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	2%
5	repositorio.ute.edu.ec Fuente de Internet	2%
6	repositorio.unapiquitos.edu.pe Fuente de Internet	2%
7	www.redalyc.org Fuente de Internet	1%
8	repositorio.ug.edu.ec Fuente de Internet	1%
9	Submitted to Colegio Sebastián de Benalcázar Trabajo del estudiante	1%

10	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
11	Submitted to Universidad Nacional de Educación Trabajo del estudiante	1%
12	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	1%
13	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	1%
14	Submitted to Universidad San Gregorio De Portoviejo Trabajo del estudiante	1%
15	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	<1%
16	reunir.unir.net Fuente de Internet	<1%
17	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1%
18	www.monografias.com Fuente de Internet	<1%
19	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1%

20

psicomotricidadeducacioninfantil.blogspot.com.es

Fuente de Internet

<1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 15 words

Excluir bibliografía

Activo