

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La educación física infantil en el nivel inicial

Trabajo Académico

Para optar el Título de segunda especialidad profesional en Educación Física

Autor:

Trinidad García Calderón

Piura – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La educación física infantil en el nivel inicial

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (presidente)


.....

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)


.....

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)


.....

Piura – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La educación física infantil en el nivel inicial

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido
y forma

Trinidad García Calderón (Autora)

Dr. Segundo Alburquerque Silva (Asesor)

Piura – Perú

2020



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

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Para, a quince días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Pontificio, 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. Oscar Calisto la Rosa Feijoo, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Aya (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *"La educación física infantil en el nivel inicial"*, para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física al señor(a) **GARCÍA CALDERÓN, TRINIDAD**.

A las once horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de **18**.

Por tanto, **GARCÍA CALDERÓN, TRINIDAD**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física.

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


Dr. Oscar Calisto la Rosa Feijoo
Presidente del Jurado


Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Aya
Vocal del Jurado

La educación física infantil en el nivel inicial

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	www.slideshare.net Fuente de Internet	4%
2	revistadeeducacionfisica.com Fuente de Internet	3%
3	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	Submitted to Universidad Europea de Madrid Trabajo del estudiante	1%
5	www.scribd.com Fuente de Internet	1%
6	docplayer.es Fuente de Internet	<1%
7	www.apefadal.org Fuente de Internet	<1%
8	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1%
9	pesquisa.bvsalud.org Fuente de Internet	<1%

Excluir citas Activo
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words



Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva

Asesor.

DEDICATORIA

Dedico la presente investigación a mis queridos padres y amigos y profesor de buen nivel que creen en mí, en este camino profesional.

INDICE

DEDICATORIA	7
INDICE.	8
RESUMEN	10
ABSTRACT	11
INTRODUCCIÓN	12
CAPITULO I.....	15
MARCO TEORICO DE LA EDUCACION FISICA INFANTIL ¡Error! Marcador no definido.	
1.1. Antecedentes.....	15
1.1.1. Antecedentes nacionales	15
1.1.2. Antecedentes internacionales	16
CAPITULO II.....	17
2.1. La Educación Física Infantil	17
2.1.1. Contenidos	23
2.1.2. Planeación.....	23
2.1.3. Metodología de la enseñanza	24
2.1.4. Estrategias didácticas	24
2.1.5. Evaluación del aprendizaje	25
2.1.6. Fútbol como parte de la educación física	26
3.1. Definición.	28
3.2. Mejora de la salud.....	28
3.3. Socialización.....	28
3.4. Mejora de la autoestima	29
3.5. Interacciones familiares	29
3.6. Ventajas para el niño	29
3.7. Efectos del ejercicio en la competencia motora, la competencia percibida y la actividad física en niños en edad preescolar	31

3.8. Deporte y desarrollo infantil	32
3.9. Aspectos centrales de la educación física	37
CONCLUSIONES	39
RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS CITADAS	41

RESUMEN

La formación preescolar o como se conoce de nivel inicial tienen como objetivo desarrollar la formación completa de los niños en lo que se refiere a sus habilidades, tareas y los valores en busca de potenciarlos. Por ello es que un área muy importante es la educación física forma parte importante para su desarrollo como persona en cada uno de sus aspectos o dimensiones las cuales consisten: los cuales son el afecto, lo moral, lo psíquico y el físico, siendo este parte del área de conocimiento, en la actualidad deben ser concebidos de una manera total. Su formación educativa en los físicos tiene el fin de estudiar y analizar al individuo en movimientos o tener la capacidad de hacerlo, asimismo, su interacción relacionándose con su entorno las cuales tienen inicio en sus actitudes, promoviendo la formación integral.

Palabras clave: Educación, física, formación.

ABSTRACT

Preschool training or as it is known as an initial level, aims to develop the complete training of children in terms of their abilities, tasks and values in search of empowering them. For this reason, a very important area is physical education, it is an important part of their development as a person in each of its aspects or dimensions which they consent to: which is affection, morality, mentality and physicality, this being part of the area of knowledge, at present they must be conceived in a total way. His educational training in physics has the purpose of studying and analyzing the individual in movements or having the ability to do so, likewise, his interaction relating to his environment which begins in his attitudes, promoting comprehensive training.

Keywords: Education, physics, training.

INTRODUCCIÓN

Se observa al analizar la realidad problemática que, para los infantes y los adolescentes, la actividad física envuelve juegos, deportes, transporte, quehaceres, recreación, educación física o cualquier movimiento que demande de ejercicio físico teniendo un plan para realizarlo, ya sea en un ambiente con la familia, en la institución educativa o su localidad. El problema es que no siempre se logra estas actividades y objetivos, en tanto los niños están más expuestos a materiales que provocan el sedentarismo, con lo cual la actividad física queda al margen de la práctica. En ese sentido se formuló la siguiente interrogante: ¿Qué características y relevancia tiene la educación física infantil?

La justificación de la presente monografía señala los niveles adecuados de acción física durante de su vida de un individuo aseguran una etapa óptima de salud. Solo el 30% de las niñas y el 10% de los niños ejecutan suficiente actividad física para facilitar el progreso físico, psicológico / intelectual y emocional adecuado (Rubio, 2019). Esto es preocupante en la medida que tiende a crecer el sedentarismo y disminuye los movimientos físicos en los infantes provocando todo tipo de riesgos. Por ello el aporte de la monografía apunta a actualizar la información relevante para actualizar datos que ayuden a comprender la realidad de la misma, sus características, importancia y desarrollo.

El objetivo de la monografía fue analizar la educación física infantil. Los técnicas e instrumentos utilizados para el análisis de los datos han sido revisión bibliográfica, anotaciones; por otro lado, se utilizó las técnicas de análisis, síntesis de información.

Es muy importante tener en consideración la realidad problemática del tema investigado ya que, de acuerdo a investigaciones realizadas, tiene existencia en una específica relación entre la actividad física y su salud, es más a todos los individuos en general les importa estar bien y no exclusivamente no padecer enfermedad alguna. En la actualidad, el movimiento tiene una relación con el bienestar de la salud de las personas se ha convertido en uno de los pilares más importantes en la vida de las personas. En este contexto cobra vigencia lo expresado por Rost, cuando sostiene que “ el tener una buena salud no se consigue al momento de ir al doctor, sino que es algo que se debe obtener y

conservarlo con constancia. Por este motivo, desde la infancia las personas deben aprender a desarrollar estilos de vida saludables, y concretamente desarrollar hábitos y costumbres relacionados con la ejecución de ejercicios o actividad física de forma adecuada.

De acuerdo a investigaciones realizadas, la información existente de los ciertos individuos que se enferman y mueren precisamente por no tener o desarrollar estilos de vida saludables, predominando en muchos casos la inactividad física o estilos de vida sedentaria, es muy perjudicial para la salud de cada uno. Esta realidad no escapa a los establecimientos educativos en general y en casos especiales de los centros educativos de nivel inicial es necesario que los docentes tengan conciencia de sobre la fundamental de las actividades físicas y se preocupen por inculcar desde pequeños a los niños el progreso de modos de vida sanos y desde luego teniendo como aliado la actividad física que contribuya en los niños desde pequeños a “lograr físico con un estado insuperable, anímico y social”. (Tercedor, Jiménez & López. 1998).

Teniendo en cuenta la realidad problemática descrita, se formulan los problemas, planteando las siguientes interrogantes:

¿Por qué es importante la educación física infantil en el nivel inicial?

Objetivo General

Analizar la educación física infantil explicando que busca el progreso integral del niño.

Objetivos Específicos

- Conocer la orientación a desarrollar habilidades básicas de la educación física, en los estudiantes del nivel inicial.
- Buscar planificar la educación física de acuerdo con la realidad de cada uno de los estudiantes, considerando las diversas circunstancias.
- Explicar que la educación física busca esencialmente el desarrollo integral del niño, a través de juegos diversos.

De acuerdo a diversas investigaciones realizadas se ha comprobado que la habilidad constante de acción física es imprescindible con la finalidad de restablecer nuestra salud, entendiendo la salud de acuerdo a como lo definió (OMS): “el estado completo del físico de buen estado, mental y social, y no simplemente la distancia de afecciones o enfermedades”.

Es muy trascendental que las personas desde la edad infantil desarrollen un modo de vida activo, garantizando con ello estilos de vida saludables, razón por la cual la (OMS), encarga que “los niños y jóvenes de 5 a 17 años corresponden amontonar un minúsculo de 60 minutos cotidianos de acción física modosa o vigorosa” (OMS, 2010; p. 20). Frente a esta situación, estudios realizados demuestran que hay muy poco provecho hacia realizar actividad física en deportes, lo cual afecta de manera negativa en su salud de las personas y que mejor que se inculque desde niños practicar actividades físicas contribuyendo con ello a que desde pequeños los niños adquieran buenos hábitos que le garanticen modos de vida sanos.

En este escenario se justifica la importancia de un trabajo de averiguación que debe servir como material de consulta y al mismo tiempo para despertar el interés de parte de los docentes que comprendan la importancia del desarrollo de actividades físicas desde temprana edad, especialmente en los niños que se habitúan desde pequeños a desarrollar estilos de vida saludables.

CAPITULO I

ANTECEDENTES DE ESTUDIOS.

1.2. Antecedentes nacionales

Bustamante (2004), en su texto titulado “Evolución Corporal, coherencia motora, acciones físicas y capacidad física coligada con el bienestar en el niño en la escuela, esta investigación se desarrolló en el distrito de Lurigancho. El fin del estudio fue sobre las referencias en los niveles de éxito de las aptitudes físicas en relación de la salud. La manera de elegir la población que se estudió fue escogida de manera intencional, los que participaron está centrada en 3 instituciones públicas la cuales poseen un total de 1040 alumnos, los cuales 518 son varones y los 518 restantes mujeres. Se concluyó que los resultados de la Trunk Lift, tuvo un progreso del 98% y 100% en todos los alumnos en ambos sexos. La cantidad en porcentaje de niños y niñas los cuales tenían edad desde los 6 años hasta los 11, ellos pasaron todos los requisitos de las 4 pruebas realizadas.

Carpio y Huilca, (2005), desarrolló un proyecto de investigación titulado “El juego como un elemento de motivación en el nuevo El juego como Elemento Motivador en el Nuevo enfoque Académico”. En este estudio se concluyó que los infantes en todos los niveles o grados, pretenden jugar, manipular para tener encuentros con relaciones nuevas y en las tareas hay limitaciones para tener imaginación; cuando los trabajos tienen niveles de que dificultan su desarrollo de aprendizaje, se considera la aplicación en los juegos que realizan. Su docente de salón tiene que acudir a las actividades recreativas, terminando en ocasiones reconociendo la manera concreta de muchas de ellas.

1.2. Antecedentes internacionales

Miranda, (2015), elaboró un trabajo de investigación denominado “la relación existente entre presencia de obesidad, las acciones físicas y escolares en cada estudiante de la institución Fiscal Ciudad de Manta en el año 2015-2016. El objetivo de esta investigación es “es la compilación de datos los recopilar la mayoría de los datos sobre sus rutinas de deportes o de habituales movimientos físicos. Este estudio tiene el tipo descriptiva, desviada teniendo enfoque cualitativo y cuantitativo. También se aplicó una encuesta y se hicieron medidas antropomórficas en los estudiantes para medir su índice de masa corporal. Este estudio de investigación ayudó a impulsar una estrategia que busca mejorar el progreso de la acción física en los alumnos.

Giso, (2016), desarrolló un estudio que tiene título “la relación de las actividades físicas y su nutrición de los escolares. Esta investigación fue en la Universidad de Los Andes. El objetivo de este estudio fue la evaluación del vínculo el cual tiene la actividad física con la nutrición de los estudiantes en las instituciones ya sea privada o pública. Este estudio fue de tipo transversal y se realizó un trabajo de campo, con una muestra de 97 estudiantes, a quienes se les tomó sus medidas antropométricas con las cuales se puede conseguir su talla y peso. Asimismo, se realizó una encuesta con la finalidad de medir sus actividades físicas de los estudiantes. Las conclusiones de esta investigación fueron que cierta cantidad de estudiantes se mantienen con un estado normal en su nutrición, en cambio otro porcentaje tienen excesos y un mínimo déficit en su alimentación. Por otro lado, en lo que corresponde su actividad física una cantidad ligera están activos y el resto son sedentarios teniendo actividad mínima.

CAPITULO II

MARCO TEORICO DE LA EDUCACION INFANTIL.

2.1. La Educación Física Infantil

Se debe alentar a los bebés a mantenerse activos durante todo el día, todos los días de varias maneras, incluido el gatear

Si aún no están gateando, alíentelos a estar físicamente activos al conseguir y enganchar, realizar movimientos del cuerpo durante las prácticas cotidianas y durante el juego inspeccionado en el piso

Se debe circunscribir por lo menos media hora en posición boca abajo distribuidos en todo un día cuando estén despiertos. Una vez que los bebés puedan moverse, anímese a ser lo más activos viable en un escenario de juego seguro y supervisado.

Los infantes tienen la necesidad de recibir ayuda para aprender las habilidades. Tienen que pasar diferentes pasos del progreso para formarse y coordinar sus acciones para realizar actividades físicas de manera eficiente. Hay un error común de que, pones los niños a jugar, ellos asimilaron por ellos mismos, por ejemplo, es como leer, sino les enseñas, no les brinda retroalimentación y les ofrece congruencias adecuadas para ejercer y formarse, no se volverán convenientes en esas habilidades.

Las clases son muy buenas, los padres son los buenos ejemplos a seguir. Para incrementar las actividades físicas y el progreso motora de su hijo, dedique tiempo a jugar rápidamente con él. Brinde retroalimentación positiva y constructiva. Suministre juguetes y aparatos adecuados para la edad, como una pelota wiffle y un bate grueso en lugar de uno pesado. Si matricula a su progenitor en clases de actividades, deben asegurarse de que sea la adecuada para su nivel.

Los objetivos del programa de educación física son ayudar a los alumnos a formarse en la valía de la actividad física y la educación nutricional y respaldar esto como un hábito de por vida. Aspiramos a enseñar confianza, suscitar la interacción social y el progreso del trabajo en equipo, el buen espíritu deportivo y la colaboración. Animamos a nuestros estudiantes a abrazar estos atributos en todos los aspectos de su día y creemos que estas cualidades tendrán un impacto positivo en sus vidas.

La educación en nivel inicial específicamente en el preescolar, tiene como finalidad iniciar la formación integral de los niños y niñas referido a hábitos, habilidades, destrezas, actividades y valores es así el desarrollo de sus potencialidades e intereses. En ese sentido el área de educación física juega un papel fundamental en el desarrollo de esa formación del individuo en todos sus aspecto o dimensiones que le conforman: lo físico, moral, psíquico, afectivo y lo social, el área de conocimiento actualmente debe concebirlo de una forma total.

Su formación física tiene la finalidad de estudiar a la persona en movimiento y poder relacionarse con su entorno que son formadas, por su contribución en su formación integral de la persona.

Ordenados de esa manera, se refiere a que la estimulación de sus habilidades motrices que comience en los primeros años le va a acceder tener una autonomía motriz social en una edad mayor, en el entorno donde se mueva lo que le prepara para tener un buen desenvolvimiento solo o con grupo, en su vida cotidiana. A ello se debe que es fundamental planificar las tareas utilizando tácticas que le brinden al infante y la cantidad de las posibles experiencias en los primeros años de vida ya que lo que se haga en este periodo será importante en su futuro como ciudadano. Asimismo, las habilidades básicas, conforman lo que se conoce como el “alfabeto” o de manera más simple el “vocabulario básico” de nuestra motricidad. En resumen, o ejemplo sería como los ladrillos, que son las piezas necesarias con las que se puede construir las respuestas motoras.

La formación es el desarrollo que tiene como finalidad formar una persona con características íntegras; potenciando las capacidades motrices, personales y sociales de las personas para poder formar por completo en todos los escenarios de la vida. En la indagación del principio filosófico, EF, a través un papel en primer orden: formar la

motricidad. Esto se define como el escarmento de la corporeidad para hacer actividades que estén implicados en el desarrollo.

La educación física es la regla didáctica que tiene su cimiento en la motricidad como camino para educarla. Las aptitudes que se adquieren para su contenido son perceptivas o coordinativas, las físicas, de igual manera a las destrezas esenciales como un enlace entre dichas capacidades.

Desde el punto de vista crítico, es una finalidad didáctica para el profesor de EF el cual dicta el nivel inicial, contiene una aproximación al sistema los cuales diversos ciclos escolares con dicho personal adscrito en instituciones identificadas y su aplicación. Ello le sirve para únicamente que sea verdaderamente rentable y necesarios para el trinomio (estudiante-profesor-centro educativo) de igual manera, se tiene una permanencia en las actividades en pro calidad educativa.

La formación del sustento teórico-metodológico es un papel el cual sustenta en los aportes científicos de la nuestra disciplina desde una representación crítica, los autores de la educación por lo general hasta las obras coetáneas técnicas en la motricidad infantil, tal y como consta en las referencias incluidas al final.

El desafío de ahora es conseguir la atadura de nuestra área, como escenario en específico de progreso humano que tiene los contenidos pedagógico propios, con la proposición del trabajo desde la transformación curricular y didáctica de la formación educativa nivel inicial, es decir, instituir de forma beneficiosa la globalidad y la interdisciplinariedad para progresar hacia la formación integral del escolar. Para finalizar, insistir la responsabilidad de cada uno de los implicados en la tarea del profesor para inducir desde la planeación, posterior aplicación y su valoración de las actividades, y finalmente del análisis pensativo que apruebe prosperar en la exploración de mejorar la práctica didáctica de la ciencia de la motricidad Humana en el nivel inicial. (Rivera, 2018)

Por su nivel de importancia, notoriedad sin antecedentes y fundamento de valores positivos, el juego definitivamente son una de las mejores cosas que el individuo ha fundado. Igualmente es un instrumento vigoroso las cuales destrozan todos los muros y sirve de ayuda para estar bien con uno mismo, tanto como de manera

física como emocional. Los deportes también traen beneficios para los infantes: cuando realiza reportes, los infantes progresan sus habilidades físicas, realizan ejercicios, se divierten, asimilan ser parte de un equipo, tienen conocimiento sobre el juego, mejorando su nivel de autoestima, etc.

Mejorar el progreso físico y emocional de los infantes son sin duda el aporte más trascendental de los deportes, pero la lista de valores que su hijo pueda desenvolver y obtener a través de los deportes no tiene fin aquí. Hay otros aspectos buenos y son bastantes, el cual muestra lo que es genial el deporte.

Se puede enumerar una serie de razones por las cuales los deportes preescolares y el acondicionamiento físico son importantes, y por qué un negocio de deportes y acondicionamiento físico para niños es tan importante para las familias, los infantes los padres, pero aquí hay tres razones que se consideran realmente críticas:

No son solo deportes. Para algunos deportes son solo juegos sin sentido para pasar el tiempo. Los deportes son un vehículo que puede llevar a un niño a la edad adulta con una mejor oportunidad de ser feliz y saludable. Ayuda a generar interés en mantenerse activo y alienta a un niño a explorar todo un mundo de opciones atléticas. En lugar de enfocarse en un deporte que puede gustar o no, introduce a los infantes los deportes de una manera que un niño probablemente descubra muchos favoritos... por lo tanto, aumenta la probabilidad de que continúen en forma a medida que crecen.

Es una forma de que los padres sean intencionales. Los infantes de hoy están influenciados por muchas cosas, y a edades más tempranas que nunca. Como padres, es importante que se haga de la salud y el estado físico una prioridad tan pronto como sea posible. Si no lo hacen, las actividades menos saludables se convertirán en la prioridad. Donde existan oportunidades para influir positivamente en las elecciones saludables en los niños, los padres deben aplicar la intención detrás de sus esperanzas: mostrarles a sus hijos que el estado físico es importante.

Los infantes aprenden muy temprano. Los estudios han demostrado durante mucho tiempo que gran parte de la base sobre la que se paran los infantes se establece en los primeros años. Están constantemente aprendiendo y haciendo preguntas. No hacen preguntas constantemente para poner a prueba nuestra paciencia, realmente

quieren saber y que se les muestren cosas nuevas. Debemos capitalizar esto de tantas maneras positivas como sea posible, incluyendo el desarrollo temprano de hábitos saludables. Permítales explorar deportes y estado físico.

El deporte es una herramienta poderosa para los infantes en una multitud de formas diferentes. Tiene un impacto positivo en su bienestar físico y mental, rompe barreras en las escuelas, une a las personas y les permite expresarse, divertirse y lograr grandes cosas. El deporte es una plataforma invaluable que puede complementar su educación tradicional y capacitarlos para aprender, desarrollarse y crecer de la manera correcta. También hay muchos deportes diferentes para practicar.

Los infantes pueden aprender a nadar desde los dos años de edad, a medida que avanzan en la escuela y la secundaria poseerán la congruencia de participar en una variedad de deportes diferentes, a nivel recreativo o competitivo. Los infantes que muestran una aptitud y pasión particular por el deporte competitivo pueden participar en programas de la escuela, donde debe haber acceso a entrenadores expertos, instalaciones de entrenamiento y asesoramiento nutricional.

La primordial manera de interactuar con un infante con su entorno es mediante el contacto y los deportes. Los infantes juntan cosas y las inspeccionan con sus manos. Desarrollan emociones con sensaciones de caminar y terminar sin aliento. Principios como realizar trabajos en grupo, divertirse se viene de manera natural de esas actividades, las cuales constituyen conexiones neuronales que aportan en gran medida a la evolución de emociones e intelectual de un infante.

Con el paso del tiempo los infantes se van convirtiendo en jóvenes, los deportes pueden adjudicarse un rol más formal con un prólogo de grupos escolares. Por otro lado, algunos infantes agobian hacia ellos de manera natural, por otro lado, otros no pueden manifestar mucho provecho. En cambio, tienden a desconectarse por cabal de los juegos, lo que pueden mostrar preocupación por parte de los padres los cuales desean mostrar medios para estar en forma.

Es preciso examinar cómo presentar los juegos de una forma en que los encuadre como parte continua, que se alargue mucho más lejos de los mecanismos escolares.

Si es tan significativo hacer que los infantes se conciernen en los juegos, ¿Por qué tantos de nuestros infantes disipan interés en ellos? ¿Por qué el 70% de los infantes elige renunciar los juegos establecidos antes de los 13 años de edad? Asimismo, existe diferentes maneras de distintos de deporte que probablemente existe algo para casi todos los niños. ¿Por qué, entonces, algunos infantes parecen no encontrar jamás un juego que les encante?

Existen bastantes refutaciones, lo cual toma inicio del problema el cual está relacionado cómo se enmarca los deportes a las descendencias. Ciertos infantes sienten estar presionados a seguir un deporte lo cual sienten presión de continuar un juego en contra de su vocación muchas veces. En cambio, otra cantidad perciben presión solo para un enfoque en un deporte en específico, siendo limitante de manera física como social, si es que tienen el deseo de formar parte de más de uno.

Asimismo, algunas ocasiones se olvida que el sistema nervioso precisa tiempos de pausa, particularmente cuando se realizan actividades que demanden energía como, por ejemplo, correr. Se tiene que hacer memoria que los niños tienen que tener tiempo de descanso en los juegos para poder disfrutarlos.

Existe solo un factor frecuente entre estas dificultades es nuestra predisposición ocasional de olvidar que sus niños son eso niños. Sin embargo, deben poner mayor esfuerzo porque le enseñan virtudes como lo es el enfoque y la dedicación, asimismo tienen que recordar que los primeros años de vida es un periodo de euforia libre. Dicha libertad da acceso a que los niños puedan explorar su ambiente, descubriendo lo que les gusta, lo que son de interés para apasionarse con las diferentes actividades.

Un infante es capaz de recorrer diversas a un ritmo acelerado, el cual algunas veces puede hacer que sus padres sientan que son parte de criar a un admirador. A pesar de eso, lo que no está a la vista en la adultez es una libertad de pequeños de querer experimentar todos sus fantasías y caprichos, existiendo maneras de nutrir lo que es la curiosidad y también no olvidarse de impartir lecciones valiosas sobre el trabajo.

Se debe tomar en cuenta de que su progenitor incorpora de manera natural las actividades físicas en su vida cotidiana: por ejemplo, que se debe hacer deportes, alentarlos y no tener que imponer a la fuerza.

2.1.1. Contenidos

Los contenidos pedagógicos organizan lo que es parte cultural y científico en cierto grupo de personas donde se plantea transmitir a las generaciones mediante la escuela. Son el inmediato de aprendizajes que son considerados primordiales para el progreso de sus habilidades.

Lo que constituyen un potencial son componentes, destrezas físicas, las cuales tiene una persona para que se realice de manera consciente de la actividad motriz, emparentado el desarrollo evolutivo.

Los contenidos de la educación física son agrupados de la manera siguiente: Capacidades Perceptivo-Motrices: estos vienen de la estructura neurológica, siendo específico anexas de su sistema nervioso central.

Capacidades Físico-Motrices: Contenidos que dependen de la maniobra fisiológica y de la estructura osteomuscular del organismo, es decir, sus resistencias, su fuerza, su velocidad. Capacidades Socio-Motrices: Contenidos derivados del trabajo del ambiente socio-afectivo y didáctico de las personas.

Las destrezas propulsoras primordiales se subdividen en lanzamientos, brincos, giros y tener control de los objetos. Unas de ella en específico son usadas para la elaboración de sus movimientos ya sea en deportes, o al bailar, trabajos.

Lo anterior, sin deterioro de los restantes que poseerán un tratamiento paralelo, sin practicar preeminencia alguna. (Rivera, 2018)

2.1.2. Planeación

La planeación es un ejercicio reflexivo los cuales radica en tener organización flexible y metódicamente los contenidos de currículo para la mediación educativa en

oficio de las intenciones de cada nivel pedagógico. Debe ser diseñado con la antelación suficiente a todo trabajo escolar a lo que accede presentir, un plan futuro de acción pertinente y eficaz.

Estos contenidos estarán en orden para concretar y saber un motivo de tratamiento en las primeras instancias y continuamente, teniendo como podio la evaluación diagnóstica que se ha realizado al empezar su ciclo educativo, sin dejar de lado que esta clasificación es con fines didácticas y metodológicas, puesto que, en el nivel inicial, la globalidad debe ser una invariable.

2.1.3. Metodología de la enseñanza

La definición del método, siendo visto desde la vista general, alude al desarrollo que se sigue dando en acción.

La Real Academia Española le da concepto a este término, de acuerdo a sus raíces etimológicas (del lat. *methōdus*, y este del gr. *μέθοδος*), como la dirección para llegar a su fin. En el contexto de educación, la estrategia es un conciso práctico de iniciativas psicológicas, educativas, llegando a la conclusión que todos los aprendizajes que configuran el currículum en la práctica.

Esto no solo es una vía para conseguir un fin educativo, sino que también es el reflejo del modo en que se comprende el currículum. En especial en la disciplina, el significado de los modelos de enseñanza, teniendo influencia en mayor parte tanto que se ha orientado por todos los lugares en donde se tiene la profesión de profesor.

A raíz de que se mostrará los nuevos bosquejos didácticos que están abandonados ya que se tiene que ejecutar una revisión donde se reflexione sobre los vocablos. Se espera que en el futuro se junten visiones nuevas en este campo del método.

2.1.4. Estrategias didácticas

De vista general, el término plan viene del contexto de la milicia, que significa el arte de proyectar las acciones marciales con el fin de obtener la victoria. Por otro lado, en el escenario de la educación, las tácticas son los recursos que se tiene para

proceder a enseñar las cuales usa el profesor de una manera flexible y reflexionando buscando aprendizajes en los estudiantes. Un plan o táctica en este escenario el cual se encarga de diseñar los servicios el cual van con su educando tiene que ver con una buena disciplina. Teniendo algunas características esenciales que son: 1) el uso de la meditación, 2) se utilizan de manera sensata y deliberada, 3) sobrellevan un propósito de aprendizaje. Para la disciplina en las actividades físicas hay diversos planes de enseñar, perfeccionando todos los niveles.

2.1.5. Evaluación del aprendizaje

La valoración de las enseñanzas de la actividad física se hace mediante observar del que participa las que resultan ser más importantes, es decir, el infante que haga EF más cotidiana, desarrollará experiencias.

Esto es con de acuerdo a los estudios nuevos, con la finalidad metodológica, el hincapié se realizará con los contenidos dominados de aptitudes perceptivas-motrices. Para llegar a estas diligencias se parte de la idea central en relación a las capacidades motrices que el infante nivel inicial debe tener y las características para ejecutar la valoración de los mismos. Es decir, ¿qué aprendizajes deben existir en las actividades de EF para este nivel pedagógico? ¿Es viable que la valoración favorezca al logro de esos esfuerzos?

Estas y demás meditaciones han permitido adelantar hacia otras incógnitas porque cuando se trata el tema de la valoración se discute la sabiduría, el amaestrar, la inventiva, etc. En adición, encontrarse la dificultad de la valoración supone necesariamente tocar todas las dificultades esenciales de la enseñanza.

Estas actividades abarcan 7 tareas para cada uno de los 3 grados del nivel inicial y se muestra para su diligencia práctica, en sendos cuadros que tienen lo esencial en la educación física; posteriormente, se relata cada tarea que tiene que hacer el estudiante y que es observado por su profesor; luego se muestran las consideraciones que el evaluador deberá tener en cuenta y al final los recursos que el profesor efectúa su propuesta.

En el formato, autónomo se hará la reunión de los resultados, las cuales serán escritas de manera individual y la casilla que corresponde a cada infante: medalla de oro (MO), medalla de plata (MP), medalla de bronce (MB), medalla de cobre (MC); dependerá de la realización de la prueba, referenciado el indicador de registro en las observaciones (Sales Blasco, 1997), más aún si el alumno muestra deficiencias cuando hace las tareas correspondientes.

Las medidas que mandan a cada indicador, es de forma subjetiva y cualitativa la experiencia del profesor y el escenario quienes establecerán la dureza en las observaciones.

En primera petición puede ser dificultoso y/o de manera arbitraria la gratificación de cada resultado; será la diligencia constante y la reflexión teórica metodológica del que hacer profesor los elementos que darán acceso para hasta obtener la finalidad adecuada para después adelantar hasta adquirir la producción de los criterios que sustenten sus decisiones.

La proposición de libertad a los infantes para ejecutar las acciones con base a su progreso biopsicosocial actual; igualmente es otorgada la libertad al profesor para ejecutar los ajustes que recapacite pertinente tales como el nivel de confusión de las actividades o la organización de los estudiantes las cuales pueden ser en equipos, o de manera individual. Esta indagación y otras que puedan examinar tendrán como objetivo proveer al profesor elementos metodológicos para tomar decisiones para optimizar el desarrollo de su aprendizaje.

2.1.6. Fútbol como parte de la educación física

Un deporte que es el fútbol el cual se realiza en todas las instituciones, sin embargo, solo lo hacen los varones de forma constante, por ello, habrá un nivel más elevado.

En las reuniones, se tiene que tener en cuenta estas discrepancias, de forma que facilitemos el acceso a la práctica de este juego para las mujeres, realizándose

esencialmente jugado y de manera dura para los varones, brindándoles una mayor información que la que hasta ahora tienen sobre este juego.

La diferencia que realizamos de pequeños es solo la iniciativa, debido a que, luego de hacer la valoración primera, solicitaremos a los estudiantes que estén inscritos en una clase, bien de jugadores.

La eficacia del claustro contiene una importancia de vitalidad en el progreso del programa concreto y el logro de los fines, por los que tienen que ser profesionales efectivos en cuanto a su instrucción, dedicación y el desempeño de responsabilidades logradas en la institución, para avalar una buena formación.

Se suele tener coincidencia en que los excelentes tendrían que estar con los infantes y por ello tenemos que ser muy estrictos con su calidad, tenemos que asegurar su capacidad y su experiencia, para no tener fallo en las decisiones.

2.2. Relevancia de la educación física

Aunque puede parecer un poco temprano involucrar a su hijo en educación física, en realidad hay muchos beneficios al practicar educación física a una edad temprana. Si no cree que su hijo esté listo para practicar educación física organizada con otros niños pequeños, debería considerar practicar educación física con él o ella en un parque. Participar en diligencias competitivas al aire libre es muy significativo para el progreso de su infante en edad preescolar, y también puede ser muy divertido.

CAPITULO III

DESARROLLO DEL NIÑO

3.1. Definición.

A esa edad, es poco probable que su hijo pueda aprender todas las reglas del fútbol o el baloncesto. Dicho esto, pueden comenzar a aprender las versiones más básicas de estas reglas, y esto puede ser realmente importante para su desarrollo social y emocional. Jugar juegos de cualquier tipo es especialmente importante para los niños cuando tienen entre tres y cinco años de edad. Cuando comiencen a jugar, aprenderán sobre seguir las reglas, tomar turnos, trabajar con otros y cómo ganar y perder. La educación física puede ayudar a su hijo a aprender estas lecciones importantes de una manera divertida.

3.2. Mejora de la salud

Jugar y correr afuera será realmente beneficioso para la salud y el progreso corporal de su hijo. Los niños pasan cada vez más tiempo dentro de la casa, y esto está reduciendo las oportunidades para que desarrollen fuerza, equilibrio y coordinación. Estar afuera tiene muchos otros beneficios y puede fortalecer el sistema inmunológico de un niño. Investigaciones recientes sugieren que demasiado tiempo adentro también está teniendo un efecto en la visión de los infantes y una de los primordiales orígenes de miopía en niños pequeños.

3.3. Socialización

Las actividades deportivas infantiles no tienen que ver con la competencia o con ganar y perder. Se trata de darle a su hijo la oportunidad de jugar y aprender con otros. Aprender un deporte con otros niños de su edad es una excelente manera de conocer a otros niños y hacer algunos amigos. También es una excelente manera de

hacer amigos. En algunos casos, estas amistades pueden durar años, desde enriquecimiento preescolar hasta ligas recreativas y equipos de viaje.

3.4. Mejora de la autoestima

Hay docenas de estudios que muestran los efectos del deporte en la autoestima de un niño. Darle a su hijo la oportunidad de jugar con otros y competir puede tener efectos poderosos en la confianza de su hijo, incluso a una edad muy temprana. La educación física infantil no incluirá muchos campeonatos, tiroteos u otros momentos intensos, pero habrá muchas oportunidades para animar, chocar los cinco y divertirse con otros niños. Es beneficioso para todos los niños y padres involucrados.

3.5. Interacciones familiares

La educación física no es importante para todas las personas o familias, pero sigue siendo una gran fuerza en la cultura estadounidense. Jugar, mirar y hablar sobre educación física crea oportunidades para que las personas conozcan a otros, se comuniquen con ellos y creen amistades duraderas. Los niños que no están familiarizados con la educación física o tienen confianza para jugar o hablar sobre ellos pueden sentirse un poco fuera de lugar en algunas situaciones sociales. Darles ese conocimiento y experiencia no es absolutamente necesario, pero puede ser realmente útil.

Los programas deportivos infantiles proporcionan un entorno seguro y de baja presión para que su hijo aprenda primero sobre la educación física y cómo jugar en cooperación con otros. A una edad tan temprana, casi no hay presión para ganar, por lo que los niños pueden concentrarse en jugar y divertirse. Asegurarse de que su hijo esté físicamente activo a una edad temprana es muy importante y hace que sea más probable que continúe activo a medida que crece.

3.6. Ventajas para el niño

Hoy en día diversos niños no hacen deporte por estar en los medios digitales. La investigación sobre el uso de los medios de pantalla entre los niños infantiles.

Muchos investigadores examinan el uso de dispositivos digitales y su asociación con la acción corporal y el juego de niños de 2 a 6 años. La investigación proporciona nueva información sobre las razones para usar diferentes dispositivos digitales entre niños de diferentes edades. También se examinarán las percepciones y preocupaciones de los padres con respecto al impacto del uso de los medios de pantalla en las acciones físicas, la salud y el bienestar de los niños; por ejemplo, en la duración y calidad del sueño. El tiempo dedicado al uso de los medios de pantalla ha sido reconocido como la razón más común de inactividad física entre los niños pequeños.

La necesidad del deporte preescolar, sigue en aumento, en el mundo, debido a las tecnologías y el sedentarismo. En las últimas décadas, un número cada vez mayor de niños pequeños han sido introducidos a la educación física organizada y a la actividad física. Además, ha habido un crecimiento en la oferta de programas patrocinados por la comunidad y con fines de lucro dirigidos a este grupo (Fraiser, 2018).

La edad, y la comprensión de lo que es una edad "adecuada", para comenzar con el deporte, han cambiado. Hoy en día, las actividades físicas se coligan positivamente con la mejora de las habilidades motoras, los indicadores de salud cardio metabólicos, la salud psicosocial y la disminución de la adiposidad (Timmons, 2018) y los primeros años de la infancia se consideran un período especialmente importante en la vida donde los comportamientos y hábitos saludables, como la actividad física, se desarrollan.

La OMS ha realizado modelos sobre las acciones físicas, conductas sedentarias y el sueño para infantes que no pasan los 5 años de edad para contrarrestar un estilo de vida sedentario. Sin embargo, se cuestiona si el deporte debe recomendarse para niños pequeños. No menos importante ya que existe una tensión inherente en el deporte infantil. Por un lado, el deporte es visto como algo bueno, para promover los valores y normas correctas, la salud y la educación. Por otro lado, un creciente cuerpo de investigación ha problematizado la colaboración de los infantes en el juego como algo que puede dañar a los niños (Anderson, 2017).

Si bien el interés por la actividad física (AF) y el infantil está creciendo, parece haber menos investigación centrada en actividades deportivas organizadas para

niños pequeños. Por lo tanto, los editores alientan las presentaciones de documentos sobre el tema de la participación de niños pequeños e infantiles en educación física organizados, programas con fines de lucro y actividad física desde una gama de perspectivas temporales, geográficas, metodológicas y temáticas. Algunas preguntas interesantes para los trabajos presentados pueden ser: ¿Pueden los niños ser demasiado pequeños para hacer deporte? ¿Quién se favorece de la colaboración adelantada en el deporte? ¿La participación deportiva temprana viola los derechos del niño? ¿Cómo influye la digitalización de la infancia en la participación de los niños en los juegos y actividades físicas? ¿Es el reclutamiento temprano de niños el primer paso hacia el desarrollo de futuros atletas? ¿Cómo influye la construcción social de género en nuestra comprensión del deporte infantil? (Gunner, 2019)

3.7. Efectos del ejercicio en la competencia motora, la competencia percibida y la actividad física en niños en edad preescolar

La prevalencia de la gordura excesiva infantil ha crecido del 6.5% al 16.9% en el mundo en las últimas 3 décadas, lo que se debe en parte a la baja actividad física (Saldivar, 2018). La baja actividad física conduce a una baja condición cardiovascular, que, junto con la gordura excesiva, aumenta el riesgo de hipertensión e hipercolesterolemia durante la infancia y contribuye al desarrollo de padecimientos crónicos, como la hipertensión y la diabetes, cuando este sea mayor.

La participación en actividades físicas tiene un rol clave en la desconfianza y disminución de la gordura excesiva y la baja condición cardiovascular entre los niños pequeños y los infantes de nivel socioeconómico de nivel bajo son particularmente más propensos a ser sedentarios. Además, los años infantiles (de 4 a 5 años) se han identificado como un momento crucial para promover hábitos de vida saludables, lo que podría ayudar en la prevención de la gordura excesiva y la enfermedad crónica, enfermedades a medida que los niños envejecen. Por otro lado, algunas investigaciones se centran en las consecuencias de las intervenciones de acción física en esta población en general y en las poblaciones desatendidas en particular.

Los estudios de intervención disponibles de los cambios curriculares que promueven las actividades relacionadas con los deportes en los infantes de edad

preescolar han arrojado observaciones no concluyentes, y algunos indican un aumento significativo de la actividad física entre los conjuntos de mediación y inspección, mientras que otros no hallaron discrepancias entre los grupos. Han surgido intervenciones tradicionales de actividad física, intervenciones habilitadas por la tecnología como los juegos de ejercicios, que demuestran influencias positivas iniciales en algunos componentes de la competencia motora (MSC).

La investigación también ha sugerido que el nivel bajo de acción física en infantes en edad preescolar podría estar relacionado con la adquisición tardía de MSC en la primera infancia. Aunque los entornos escolares ofrecen oportunidades para promover su salud, muchas de las investigaciones empíricas hasta la fecha se realizaron en guarderías. Por lo tanto, la implementación de intervenciones de actividad física apropiadas para el desarrollo y atractivas para niños en edad preescolar en entornos escolares ha sido una alta prioridad de investigación.

Es probable que su hijo muestre preferencias naturales por cierta educación física o actividades. Comience allí, en consideración se tiene su edad, la madurez y capacidades de su progenitor.

Los infantes que tienen de 2 a 5 años, los pequeños están comenzando a someter varios movimientos primordiales, sin embargo, son bien jóvenes para la mayoría de la educación física constituidos. Los que tienen que participar en educación física organizados generalmente no logran ninguna superioridad en un largo plazo en expresiones de rendimiento deportivo.

Para los infantes de este grupo de edad, el juego libre no estructurado suele ser lo mejor. Esto puede incluir: corriendo, saltando, saltando y saltando, lanzar y atrapar, nadando.

3.8. Deporte y desarrollo infantil

Lo trascendental de sus capacidades cognitivas de los individuos, como su interés en la institución para exponer el triunfo socioeconómico, es muy reconocida. Últimamente, las capacidades no cognitivas como las conductas o la potencia apasionada, recibió un gran cuidado al analizarse los establecidos del éxito

socioeconómico. La salud también es exigencia previa para diferente logro en lo profesional y escolar. Según lo determinado sobre el progreso en la economía, los fundamentos para el bienestar de la salud y el éxito socioeconómico se exponen temprano en la vida. Sin embargo, si bien una gran cantidad de literatura examina el papel del sistema de educación y salud para la formación de la salud, la formación y la conducta de los niños para una descripción general, consulte, la excelencia de las acciones extracurriculares para el progreso de los niños, no se entiende bien.

Una de las acciones extracurriculares más públicas entre los infantes es el deporte. Según (Alianza Nacional para el Deporte Juvenil, 2017), cerca del 65% de los infantes en todo el mundo participan en actividades deportivas. Si bien el 55% de los infantes participan en educación física juvenil, entre infantes alemanes que son la finalidad del estudio, es algo mayor: un aproximado del 70% de todos los infantes de 6 a 14 años participan en actividades deportivas. Además, diversas naciones apoyan tales acciones con considerables contribuciones públicas.

Pese a la fama del deporte como actividad, hay poca certeza empírica sobre la relación entre participar y el progreso del niño. Estudios previos, esencialmente que son derivados de la pediatría o la psicología, han mostrado suficiente atención a ser deportista en la salud física y mental de los infantes. (Strong, 2015), proporciona un resumen de la gran literatura en este campo. Algunos ejemplos de investigaciones más nuevos son (Morrow, 2016) realizó una investigación de manera de observación las que están y se tienen que acatar los niveles de actividades que son favorecidas por las directrices en el ámbito internacional y nacional estos brindan buenos beneficios para su salud. Si bien este estudio se concentró en los resultados de aptitud física, también tenemos otro ejemplo de la literatura es la investigación experimental de la intervención de la EF en la institución donde se encuentren consecuencias positivas. (Meyer, 2017). El estudio relacionado sobre la relación del deporte con la formación didáctica, ha sido mostrado entre los alumnos de nivel secundario. La excepción está en un estudio reciente de (Sabia, 2016), que estudia lo que genera el receso y la EF cuando este se encuentra en aprendizaje de los infantes de nivel primario. Un vínculo de manera positiva cuando se forma parte de la EF en la escuela. Por otro lado, su mecanismo no se logra entender bien. (Rees, 2018), por ejemplo, escasamente se detecta un progreso en las calificaciones generales de los alumnos universitarios y solo

un impacto sencillo en las codicias pedagógicas de los alumnos. Por lo tanto, queda abierto el asunto de cuándo y a través de qué mecanismos el deporte ejerce su influencia en el éxito pedagógico y profesional de los individuos.

Al abordar esta cuestión, es decisivo poseer en cuenta que el bienestar de la salud, la formación educativa, las capacidades conductuales y emocionales obtenidas temprano en la vida fortifican su progreso más adelante en la vida y, por lo tanto, pueden explicar parcialmente el éxito socioeconómico posterior. Por ello, es interesante pensar su participación en los juegos bien temprana que pueda ayudar a moldear la salud, la formación y la conducta de los niños. Por eso, examinamos el impacto de la colaboración competitiva durante la formación en inicial y en nivel primaria en las consecuencias relacionadas con estas dimensiones.

Para ser más exactos, nos centramos en la colaboración en clubes deportivos entre infantes de 3 a 10 años. Los clubes son las instituciones clave que constituyen acciones competitivas para niños. El juego juvenil está muy constituido en las escuelas, por otro lado, la mayoría de la educación física infantil y juvenil, tanto de ocio como de competición, se organizan en clubes.

Las escuelas desempeñan solo un papel menor en la oferta de acciones competitivas extracurriculares. La EF en el nivel inicial está regulada por la ley y está en el plan de estudios necesario, pero el suministro de otras acciones competitivas que ofrece la institución es inaudito. Centrarse en la colaboración competitiva en clubes en vez de la acción física en general, que también puede incluir educación física o juegos no guiados, tiene la superioridad de que su comprendido y sus fines alcanzan definirse más claramente. Comprensiblemente, la colaboración en clubes deportivos aún puede dominar una gran variación en el tipo de actividades que los niños realizan y en el entorno que enfrentan. Como tal, la colaboración en clubes deportivos actúa como una "dirección social" como se describe en (Gunner, 2019). Sin embargo, abordar esta variación está más allá de la trascendencia de este documento. Además, la participación auto informada en clubes atléticos puede ser menos propensa a informar sesgos que la acción física autoinformada en general. El sesgo de informe para la actividad física autoinformada en general puede ocurrir en específico, si los padres que responden estas cuestiones desean ser estimados como 'responsables y afectuosos' y,

por lo tanto, informan niveles socialmente ansiados de acción física. Igualmente es significativo tener en cuenta que el nivel logrado de acción física fuera de los clubes es confortable entre los infantes que notifican en clubes y los que no participan en clubes deportivos.

Esta parte aclara lo que entendemos por las consecuencias casuales del club deportivo en el desarrollo de los niños, discute los supuestos que subyacen a nuestras destrezas de caracterización y embute las diferentes tácticas empíricas.

Se define el efecto causal de la participación del club deportivo en la salud, educación y comportamiento (resultado) de un niño como la diferencia del resultado en caso de que el niño participe en un club deportivo de forma regular y el resultado que tendría el mismo niño, si ella no participa en un club deportivo de forma regular. Obviamente, la participación en clubes deportivos puede abarcar una variedad de actividades y el efecto de la participación en clubes deportivos puede funcionar a través de diferentes mecanismos. Si bien la distinción entre los mecanismos subyacentes está más allá del alcance de este documento, dedicamos un poco de tiempo a discutir las actividades que acompañan al ejercicio deportivo en un club, así como a actividades contra factuales, actividades en las que los niños pasan menos tiempo cuando participan en un club deportivo.

La participación en la actividad física desempeña un papel importante en la promoción de la salud física, psicológica y cognitiva. Además, el establecimiento de hábitos robustos de actividad física en la infancia tiene efectos positivos a largo plazo en el estilo de vida que persisten en la edad adulta, incluida la reducción del riesgo de enfermedades crónicas, como la enfermedad de las arterias coronarias, la diabetes, el accidente cerebrovascular y la hipertensión. En consecuencia, la directriz canadiense de AP para niños en edad preescolar sugiere que, para lograr beneficios para la salud, los niños de 3 a 6 años deben participar en al menos 180 minutos de actividad física con cualquier intensidad y progresión hacia al menos 60 min PA moderada a vigorosa (MVPA) por día, acumulativamente.

Los investigadores y los profesionales de la salud pública están interesados en establecer qué porcentaje de niños en edad preescolar cumple con las recomendaciones de actividad física mencionadas anteriormente. Los acelerómetros

pueden usarse como una herramienta objetiva para facilitar y mejorar la precisión del monitoreo de actividad física, superando las limitaciones de los datos autoinformados de los niños y el potencial de sesgo de memoria en los informes indirectos de padres o maestros. En comparación con el podómetro, el acelerómetro puede proporcionar los datos sobre la cantidad total de actividades diarias y el patrón de actividades diarias, que se consideraron más importantes para lograr beneficios para la salud basados en la directriz actual de actividad física. Por lo tanto, los acelerómetros se han vuelto cada vez más populares como una estrategia factible para capturar el comportamiento de los niños en edad preescolar. Además, la actividad física basada en acelerómetro se ha convertido en una importante fuente de datos para examinar la asociación entre la actividad física y los resultados relacionados con la salud en los últimos años, incluso en la encuesta nacional de salud con un gran tamaño de muestra.

Por lo tanto, corresponde gestionar la actividad física, deportiva o deporte preescolar. La gestión deportiva básica en infantil es un área en la que se ha centrado especialmente las instituciones educativas. Introducir educación física básicos en infantil es dirigido al desarrollo físico adecuado de los niños y para hacer una base desde la cual los niños más talentosos serán seleccionados y dirigidos hacia educación física en los que puedan practicar el nivel profesional, aficionado o recreativo (González, 2018)

Históricamente hablando, los niños en edad preescolar tenían mucha más actividad física en el pasado en comparación con los niños de hoy. No hubo elementos que distraigan, como teléfonos inteligentes, tabletas o computadoras que quitan la atención y la mayor parte del tiempo libre de los niños de hoy. los

El desarrollo de nuevas tecnologías ha contribuido al funcionamiento más eficaz de personas, pero al mismo tiempo ha reducido la actividad física y, por lo tanto, ha contribuido a la disminución del estado de salud de la nación, especialmente de los niños (Daza, 2018)

Cabe señalar que la salud muestra que la falta de actividad física de la gente ha reducido su esperanza de vida. Niños que no son físicamente activos son más susceptibles a deformidades posteriores, como pies planos, columna vertebral hiper curvada columna (mala postura escoliótica, cifótica y lordótica) y gordura excesiva.

La actividad mejora la salud general y reduce el riesgo de enfermedad y la progresión de enfermedades crónicas, cardiovasculares, diabetes tipo 2 y gordura excesiva. (Pérez, 2019)

3.9. Aspectos centrales de la educación física

La estructura corporal, en la clase de EF se ejecutan una serie de acciones motrices que incitan las sensaciones y percepciones relativas a su cuerpo relacionado con datos recibidos del ambiente fuera, de forma gradual estos le consentirán tener una representación mental de su propio cuerpo, el infante tiene uno de los primeros conocimientos de su realidad corporal que se logra gracias al movimiento, partiendo de que el infante se mueve y tiene participación se va instituyendo relación con el mundo de objetos y con el mundo de los sujetos (otros). (rarchivoszona33, 2018)

La revelación progresiva del cuerpo se produce a partir de la intencionalidad de las acciones, las acciones motrices están concedidas de intención, que lo hace consiente de sí, porque está operando sobre la naturaleza, aquí el niño preescolar se halla en el estadio del cuerpo percibido. (rarchivoszona33, 2018)

El lenguaje corporal partimos de una idea, los organismos platican, se muestran, enuncian alegría, toda una extensa escala de gestos, estos tiene un propósito, un sentido, intenta comunicarse, los infantes desde sus inicios de vida se irán adecuando de este mecanismo de comunicación, el infante los asimiló de cualquiera, el lenguaje corporal es un lenguaje social sus referencias se encumbran al diálogo tónico, cuando el niño o la niña se comunica con el otro, en ese se involucra la palabra y los gestos corporales. (rarchivoszona33, 2018)

La EF en este nivel tiene como una de sus intenciones la mejora de las capacidades perceptivo-motrices donde se integran: la espacialidad, la temporalidad, la lateralidad, el ritmo, el equilibrio y la combinación. En estas capacidades el aparato perceptivo del infante tiene un papel notable, al recoger la indagación del medio y

enjuiciar para manifestar de la mejor forma con una acción motriz voluntaria a esa motivación.

Las capacidades socio-motrices las cuales se relacionan; por la interacción, las comunicaciones, en el ámbito de la EF las cuales han sido menos consideradas. A pesar de ello su presencia en la clase es muy evidente, todo el acto educativo es atributo de un acto demostrativo en el que interceden dos o más actores: el estudiante y el profesor entre ellos se instituye una relación dialógica, lo que les permite instaurar una interacción los diálogos corporales que se determinan en la sesión de educación física están llenos de contenidos y significados que ambos introyectan de acuerdo a su particularidad. (rarchivoszona33, 2018)

En cuanto el progreso motor el infante está ubicado en el estadio de las destrezas motrices básicas, desde el nacimiento hasta los 2 o 3 años él ha pasado de los movimientos reflejos a los movimientos primarios y de los 3 a los 7 años se ubica en el estadio de las destrezas motrices básicas que es una etapa decisiva en el progreso motor del preescolar, estas son básicas porque son comunes a todos los individuos y son base para la adquisición de otros aprendizajes motrices más complicados. (rarchivoszona33, 2018)

Se puede destacar 8 habilidades básicas: correr, saltar, lanzar, conducir, golpear, equilibrar, recibir y botar. Para distinguirlos se ubican en tres grandes bloques: locomotrices; no-locomotrices (balancearse, girar, colgarse) y de influencia admisión (atrapar, lanzar), estimular estos bloques son decisivos para un mejor desarrollo motor del preescolar, que le permitirá mejorar sus acciones motrices y ampliar de manera significativa su memoria motriz. (rarchivoszona33, 2018)

CONCLUSIONES

- PRIMERO. -** La educación física es un curso orientado a desarrollar habilidades básicas en los estudiantes del nivel inicial, por lo tanto, se convierte en el eje esencial ni de otras actividades.
- SEGUNDO. -** La educación física debió estar planificado actual de la realidad de cada uno de los estudiantes, considerando las circunstancias familiares, sociales, comunales y que educativas.
- TERCERO. -** La educación física busca esencialmente el desarrollo integral de lo l niño a través de diversos juegos, estos juegos deben ser aplicados de modo concreto y singular a cada uno de los niños, considerando su tamaño, edad y peso.

RECOMENDACIONES

- Se sugiere profundizar la investigación sobre las ventajas de la educación física.
- Se recomienda ampliar las investigaciones teóricas en su ámbito de la educación física.
- La formación física debe ser analizada y aplicada en diversas instituciones educativas.

REFERENCIAS CITADAS

- Anderson, L. (2017). *Deporte preescolar*. España: DS.
- Bustamante, A., & Maia, J. (2013). Estatus ponderal y aptitud cardiorrespiratoria en escolares de la región central del Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 30, 399-407.
- Castillo, I., Balaguer, I., & García-Merita, M. (2007). Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 201-210.
- Daza, J. (2018). *El juego y el juguete en el desarrollo el niño*. España: Trillas.
- Escalante, Y., Backx, K., Saavedra, J.M., García-Hermoso, A., & Domínguez, A.M. (2011). Relación entre actividad física diaria, actividad física en el patio escolar, edad y sexo en escolares de educación primaria. *Revista Española de Salud Pública*, 85, 481-489. doi: 10.1590/S1135-57272011000500007
- Fraiser, T. (2018). *El deporte preescolar en el mundo*. Estados Unidos: NY.
- Giso, F (2016) Relación del estado nutricional y actividad física de los escolares. Universidad de Los Andes-Facultad de Medicina-Escuela de Nutrición y Dietética. 2016. Recuperado de <http://bdigital.ula.ve/index.php/principal/archivosdoc/31832>
- González, C. (2018). *Educación física en preescolar*. España: INDE.
- Godard, C., Román, M., Rodríguez, M. P., Leyton, B., & Salazar, G. (2012). Variabilidad de la actividad física en niños chilenos de 4 a 10 años: Estudio por acelerometría. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 110(5), 388-393. doi: 10.5546/aap.2012.388
- Gunner, K. (2019). *Estrategias de promoción de la salud para fomentar la actividad física en bebés, niños pequeños y preescolares*. EEUU: Health Care.
- Meyer, U. (2017). *El deporte preescolar*. Mexico: UNAM.

- Morrow, J. (2016). *Cumplimiento de las pautas de actividad física y aptitud física relacionada con la salud en la juventud*. EE.UU: American Journal.
- Pérez, V. (2019). La promoción de la actividad física relacionada con la salud. La perspectiva de proceso y de resultado. *Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 69-74.
- Rees, D. (2018). *El deporte infantil y sus beneficios*. España: Universidad de Navarra.
- Rivera, A. (2018). *Educación Física En Preescolar. Una Propuesta Desde La Perspectiva Crítica*. Mexico: UNAM.
- Rubio, M. (2019). *El sedentarismo del siglo XXI*. Chiclayo: UNPRG.
- Sabia, M. (2016). *El deporte de los niños*. Chile: UNiversidad Católica de Chile.
- Saldívar, R. (2018). *La actividad física y la salud en preescolares*. España: Universidad de Navarra.
- Strong, M. (2015). *Actividad física basada en evidencia para jóvenes en edad escolar*. EEUU: Journal Medic.
- Timmons, M. (2018). *Beneficios de la actividad deportivo en niños*. Chile: UNCH.