

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Importancia de la educación física en la etapa pre escolar

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

Autor:

Rolin Willan Gutiérrez Luján

TRUJILLO – PERÚ

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Importancia de la educación física en la etapa pre escolar

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

Rolin Willan Gutiérrez Luján (Autor)

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

TRUJILLO – PERÚ

2019



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

ACTA DE SUSTENTACION DE TRABAJO ACADEMICO

En Trujillo, a un día del mes de febrero del dos mil diecinueve, se reunieron en la I.E. Víctor Raúl Haya de la Torre, 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 Alburquerque 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: *"Importancia de la educación física en la etapa pre escolar"*, para optar el título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física al señor, **ROLIN WILLAN GUTIÉRREZ LUJÁN**.

A las OCHO horas CUARENTA 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 del jurado lo declararon APROBADO por UNANIMIDAD con el calificativo DIECISEIS.

Por tanto, **ROLIN WILLAN GUTIÉRREZ LUJÁN**, 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 NOVE horas con SESO 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 Alburquerque Silva
Presidente del Jurado

Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado

Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

DEDICATORIA

A DIOS, quién inspiró mi espíritu para
la conclusión de este trabajo.

A mis padres quienes me dieron
vida, educación, apoyo y
consejos.

A mi compañera Azucena, a mis maestros
y amigos, quienes sin su ayuda nunca
hubiera podido hacer este trabajo.

ÍNDICE

DEDICATORIA	3
ÍNDICE	5
RESUMEN.....	6
INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO I.....	11
LA EDUCACIÓN FÍSICA	11
1.1 Breve Reseña Histórica	11
1.2 Concepciones Actuales	11
1.3 Corrientes	12
1.4 Importancia de la Educación Física en los Sistemas Educativos.....	14
1.5 Fundamentos de la Clase de Educación Física	15
1.6 Características	16
CAPÍTULO II	18
IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA	18
ETAPA PRE ESCOLAR	18
2.1 La Etapa Pre Escolar	18
2.1.1 Definición	18
2.1.2 Objetivos.....	18
2.2 Desarrollo motor y primera infancia	19
2.3 Importancia de la educación física en la primera infancia.....	21
2.4 Campos temáticos de educación física en el nivel preescolar.....	21
2.5 Importancia de la educación física en el nivel preescolar.....	22
2.6 Importancia del material en la clase de Educación Física.....	23
2.7 Función del profesor de educación física.....	24
CONCLUSIONES	27
REFERENCIAS CITADAS	28

RESUMEN

Los docentes tienen que cumplir con elementos considerados indispensables para realizarse, por lo tanto, los conocimientos que adquiere siempre tendrán que ver con lo pedagógico. Así las actividades físicas en la etapa pre escolar son muy importantes, porque si no se realizan, no sería posible que el niño adquiriera una evolución integral armónico.

La educación física dentro de su desarrollo implica al contexto pedagógico en el sentido rutinario, sin buscar nuevas y diversas alternativas que posibilitarían un mejor aprendizaje y mayor deseo participativo del escolar. Todo esto influenciaría en mejorar el desarrollo global del estudiante porque “Una educación coherente abarca como una finalidad fundamental la práctica motriz”. Esto quiere decir, que el niño disfrute la motricidad, la expresión corporal fina y gruesa; porque la actividad motriz posibilita que el alumno se desarrolle armónicamente.

Palabras clave: Docente, Educación Física, Actividad Psicomotriz

INTRODUCCIÓN

Para que la familia y la sociedad se sientan realizadas es muy importante que sus integrantes hayan realizado su educación inicial y primaria al menos; porque éstas son las etapas fundamentales en las que el niño(a) inician y adquieren su proceso integral. Se conoce que la falta de esta etapa educacional ocasiona diversidad de problemas, entre ellos el desarrollo de la inteligencia en un 80%, porque esta se logra durante los primeros cinco años de existencia del ser humano. Es ahí donde se valora la práctica de la educación física y de las habilidades motrices, porque son un medio de la realización de ejercicios, que no hacen más que incentivar el aprendizaje a temprana edad.

Una buena base conceptual formativa se plasma en los estudios primarios, por lo que en el transcurrir del tiempo no hace más que expresar la base formativa, que ayuda directamente en el fortalecimiento del ser humano en su desarrollo. Una característica de esta etapa escolar, es la poca importancia que se le presta a la Educación Física en trabajarla, siendo una de las causas la no existencia en muchos de ellos del profesional deportivo respectivo, por lo que los profesores de cada sección muchas veces desempeñan esta función, por lo que su función no es aplicada adecuadamente.

El objetivo del trabajo es conocer todo lo concerniente al tema. El Capítulo I, trata todos los ítems importantes referentes a la Educación Física y el Capítulo II, la importancia que desarrolla la Educación Física en la Etapa Pre escolar; acentuando los conocimientos esenciales los cuales permitirán conocer el tema en forma sustancial. Mi agradecimiento imperecedero a todas aquellas personas que creen en mí, por su apoyo constante.

Planteamiento del Problema

El estilo de vida se adquiere en muchas etapas, pero las consideradas claves vienen a ser la infancia y la adolescencia. A la vez los hábitos de conducta respecto a su formación tienen mucho que ver en forma fundamental las relaciones y los agentes de socialización, todo esto sucede en los niños y adolescentes que se ven enfrentados a conductas y experiencias propias de su edad. (Carrero, 2005)

Practicar cualquier actividad de tipo física, proporciona al ser humano muchos beneficios fisiológicos y psicológicos; siempre y cuando sea realizada regularmente (Márquez et al., 2006). Conociendo que hace mucho daño la práctica de hábitos sedentarios así como la ingesta de alimentos en forma desordenada, en la salud. Todo esto llevó, por ejemplo, en España a realizar campañas de salud pública como: Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad. (Fernández San Juan, 2006). Por todo lo expresado, la actividad deportiva realizada en las Instituciones Educativas, constituye un rol fundamental para la salud de los estudiantes. (Shen, et al., 2007).

Must y Tybor (2005) expresan que según su experiencia adquirida, el desarrollo de la persona implica el cambio en la actividad física. Por eso, es preferible conocer las actividades que prefieren realizar los niños, tomando en cuenta siempre el sexo y la edad.

y el sexo o, en qué actividades son más activos. El estudio de la relación entre práctica deportiva y salud por parte de diferentes autores ha puesto de manifiesto que en los niños y adolescentes es importante considerar la práctica deportiva extraescolar, pues la actividad realizada en la escuela es generalmente insuficiente para generar efectos beneficiosos sobre la salud (Castillo, et al., 1997).

Se conoce que el ejercicio físico no es hábito practicado mayormente en las etapas infantil y adolescente en los conocidos como países desarrollados, además, existen estudios que han llegado a concluir que continúa en descenso su práctica, descenso que se nota más en la adolescencia (Batero, Certuche, Bados y Pinillos, 2012). Actualmente los niños y adolescentes mayormente gustan de practicar hábitos

de lectura o de ocio sentados, es el caso de estar frente al computador o el televisor, derivando muchas veces a tener incidencia en problemas cardiovasculares o del sueño.

Es imprescindible la realización de acciones para que conozca como afecta la salud la falta de actividad física en las etapas ya mencionadas, siendo la realización de campañas educativas y programas de intervención, las que ayudarán mucho a dar a conocerlas y que los actores involucrados puedan mejorar su estado de salud y así la disminución de la aparición de patologías crónicas se haga presente. (Molinero, et al., 2010)

Mucho tiene que ver, también la condición física que es inherente a cada persona y por lo tanto en el acto de hacer deporte y ejercicios físicos, es decir; es función de sus diferentes actores, mencionando al aparato músculo-esquelético, al respiratorio, al cardíaco, etc.

Por ese motivo, si el individuo posee buena condición física tendrá mejor respuesta, pero si se presenta lo contrario, todos los elementos integrantes de su cuerpo no responderán adecuadamente, incidiendo fundamentalmente en las funciones que desarrolle. Muchos estudios realizados, dan a conocer que realizar actividad física, ayuda en la prevención de muchas enfermedades, mayormente las cardiovasculares. Siendo las Instituciones Educativas, los actores fundamentales en esta práctica, porque también influye en su comportamiento. (Ruiz, et al., 2010).

Son numerosas las investigaciones que han constatado la influencia positiva que el deporte ejerce sobre la personalidad y la sensación de bienestar de los que disfrutan de esta actividad, tanto referido a los espectadores como a sus practicantes. La asunción de responsabilidades, roles, la disciplina y solidaridad implícitas en el hecho deportivo, así como el refuerzo de la autoestima, favorecen la construcción de la personalidad. Igualmente, es un hecho comprobado el importante factor socializador del deporte. Este constituye el marco adecuado para que niños y adolescentes vayan adquiriendo responsabilidades que contribuyan a mejorar su conciencia ética y social, así como a trasladar a otros aspectos integrantes los valores culturales, las actitudes

personales y sociales y los comportamientos tomados en cuenta inherentes a la práctica física.

Objetivos

Objetivo general

Conocer el importante rol que desempeña la educación física en la etapa pre escolar del alumno.

Objetivos específicos

Conocer la importancia de la educación física en el ser humano.

Investigar como en la etapa pre escolar se incide en conseguir una buena formación integral basándose en la educación física.

CAPÍTULO I

LA EDUCACIÓN FÍSICA

1.1 Breve Reseña Histórica

El hombre desde su aparición, prácticamente ha hecho actividad física, pero es en el siglo XVII, donde se podría decir, la educación física se moderniza, y en el siglo XIX hace su aparición la denominada “gimnástica”. Ya empezado el siglo XX, se hacen presentes dos tendencias, siendo recién en los setenta, donde la educación física se reconceptualiza y se renueva. A continuación en años posteriores, la danza, música, el ritmo, la psicomotricidad, etc., hacen sus respectivos aportes.

1.2 Concepciones Actuales

Tamos (2010) expresa que conceptualizar a la educación física no es nada fácil y menos aun esbozar lo que desea expresar, debido a su enfoque científico, que prioriza el conocimiento y de las leyes, teorías, hipótesis y principios.

El aspecto heurístico también es considerado como enfoque en este tema, debido a que integra teorías y los esquemas conceptuales, prosiguiendo con el aspecto de netamente de la concepción (disciplinaria). (Baena, 2005)

Para Castejón (2001), los conocimientos que se dirigen directamente a la observación y la prácticamente, viene a ser la educación física, abarcando también el aspecto cultural.

De acuerdo a Martínez y Victoria (2010) la educación física, es una ciencia en la que se aplican métodos científicos. Asimismo, González (1993); la define como:

“como la ciencia y el arte de fomentar en el individuo el desarrollo armónico, natural y progresivo, respecto al movimiento, y sus facultades inherentes” (p.56).

Valderrama (2001); refiere que es una disciplina formativa imprescindible a ser practicada por el individuo para su desarrollo integral y armónico, posibilitando un crecimiento adecuado.

Hernangil, Lastres y Valcárcel (2011); apelando al enfoque praxiológico, la educación física no constituye una ciencia, sino simplemente es una actividad pedagógica, sustentada en lo científico.

Según Baena (2005), la educación física es una actividad sustentada en ciencias diversas relacionadas entre sí, citando a algunas de ellas, como la pedagogía, la psicología, la fisiología, etc.

1.3 Corrientes

Se podría afirmar que la educación física es una actividad que continuamente está en proceso de aprendizaje, eso sí, siempre adecuándose a los tiempo y las necesidades educacionales, pero basándose en las teorías filosóficas (paradigmas).

Benjumea (s/a) considera las siguientes corrientes (contemporáneas):

1.3.1 La Corriente Deportivista

Podría afirmarse que la obra de Thomas Arnold, es considerada como la introducción de los deportes cuando es publicada en el “Public School” de Rugby (Inglaterra, 1828), siendo considerada como el inicio del mundo moderno del deporte. Porque integra los factores antropológicos, sociológicos, políticos y educativos; aspectos fundamentales en la práctica deportiva.

Ya en el siglo XIX, se produce el “enfrentamiento” de la diversidad metodística en la disciplina de la gimnasia, basándose en el aspecto biológico y mecánico respecto

a los movimientos, siendo el objetivo perenne elevar el rendimiento y ser más competitivos. En el momento actual, son reconocidos tres aspectos elementales: el formativo, recreativo y competitivo.

1.3.2 Corriente de la educación psicomotriz

Hace su aparición en los años sesenta, aportando aunque no significativamente diversas ciencias como el psicoanálisis, fenomenología, la psicología y la sociología, se la considera como antepuesta a la concepción biológica y mecánica, siendo valiosos los aportes de científicos como Le Boulch, La Pierre y Acurrier y Picq y Vayer.

Se ubica como un antecesor y un predecesor respecto al aspecto educación del cuerpo y de su movimiento, considerándolo como psicósomática, debido a que todo el andamiaje motriz basa su desenvolvimiento en la evolución natural de los procesos de maduración, en el andamiaje espacio-temporal, en el aspecto motivacional y la estructura interna de los procesos motrices. Finalmente, da a conocer que el individuo alberga tres dimensiones: el aspecto motriz, cognitivo y el socioafectivo.

1.3.3 Corriente de la expresión corporal

Tuvo su inicio en USA y Europa, siendo influenciado por el marxismo y el psicoanálisis, siendo la Escuela de Francfort el representativo, lo mismo que los teutones Marcuse y Reich. Se sustenta en la antropología y la psicología, ambas integrantes de las ciencias sociales.

1.3.4 Corriente de la Sociomotricidad o Praxiología Motriz

Fundada por Piere Parleba (1967-1985), siendo su principio básico el conocimiento humano aplicado a la actividad física; resaltando el aspecto motriz, a través de conductas pedagógicas; donde se pueda realizar un adecuado análisis, observación, comprensión y manipulación. En resumen, a la motricidad humana la analiza con la finalidad de elaborar esquemas novedosos respecto al movimiento en situaciones poco conocidas.

1.3.5 Las Corrientes Integracionista (Gangey) y la Educación Física de Base

(Martha Castañer y Oleguer Camerino):

Corrientes que a veces se contradicen en sus postulados, siendo el objetivo de estos autores el de unir sus planteamientos dados respecto a lo que significa la educación física, resaltando su oposición a analizarla desde el punto de vista analítico y utilitario.

Martine y Victoria (2010) expresa su idea central a través de un enfoque total respecto a la motricidad y como es comprendida por cada individuo; brindando tres conceptos del “hacer”, dimensionándolo así: la primera denominada introyectiva-reconocerse; la segunda conocida como extensiva del ser- interactuar y la tercera proyectiva del ser-comunicar”.

En sí, su idea principal se basa en la búsqueda de un medio correcto de permitir que la parte pedagógica se involucre, sustentada en fases de evolución; enfocadas en la formación básica del ser humano.

1.4 Importancia de la Educación Física en los Sistemas Educativos

Según Cuesta (s/a), enfoca su pensamiento en lo que el individuo basa su desarrollo a través de realizar actividades, especialmente aquellas relacionadas a la Educación Física. Por lo tanto, esto implica la formación y desarrollo de las habilidades motrices, psicológicas y psicosociales; para que así la salud se mantenga en buen estado y el individuo tenga sentido de la vida.

La asignatura de Educación Física, hoy en día en nuestro país está presente en todos los niveles educativos, a través de planes educacionales adecuadamente integrados, pero a pesar de todo esto, su aplicación muchas veces no es la adecuada, siendo tomada por muchos estudiantes, como algo rutinario y no le prestan la debida atención, dificultando al profesor que no puede desarrollar su labor como debe ser. Siendo su habilidad la que debe ser aplicada para que así la Educación Física alcance los objetivos que se ha trazado.

1.5 Fundamentos de la Clase de Educación Física

Zamora (2012), expresa que la Educación Física, a través de su fundamentación que es considerada elemental, abarca lo siguiente:

1.5.1 Fundamentos fisiológicos

En las Instituciones Educativas de nuestro país, hoy en día dedican al menos una hora diaria a la práctica de la Educación Física, considerando este tiempo como óptimo para que los niños y niñas que como mínimo la realizan tres días a la semana, se sientan bien con su aparato psicocomotor, sucediendo lo contrario cuando es practicado en menor tiempo, porque sencillamente, no se desarrolla adecuadamente las diferentes funciones orgánicas, como son la cardio-respiratoria y la neuromotora.

1.5.2 Fundamentos fisiológicos

Toda actividad física que se desarrolle o aplique desde diferentes ámbitos, son asimiladas de diferente manera por los niños y niñas, ya sea en su comportamiento o en su conducta psicosocial; produciendo placer o disgusto.

La práctica de la educación física, siempre debe ser motivadora para que así el niño o niña comience a sentir algo por el deporte, a expresar su aceptación y que a través de la aplicación de actividades sienta que todo es en beneficio de la fomentación de hábitos de salud. Por lo que, una participación positiva del niño(a) significa que libremente acepten formar parte de este aprendizaje.

1.5.3 Fundamentos pedagógicos

El niño(a) para lograr un buen aprendizaje de la actividad física debe realizar las denominadas rutinas de repetición, porque éstas no se aprenden solamente en una clase, sino en diferentes clases, donde son explicadas y practicadas bajo la supervisión del profesor; de no realizarse así, todo quedará en la etapa de semi-aprendido. Por lo que, es indispensable que los infantes aprendan a disfrutar de los ejercicios; porque sólo así, repetirán su práctica en el resto de sus días.

1.6 Características

Zamora (2012) expresa que un desarrollo adecuado de la Educación Física, implica un desarrollo de las siguientes características:

1.6.1 Finalidad

La enseñanza educativa debe ser la más adecuada para que así los niños aprendan y comprendan de la mejor forma posible todo lo referente a los hábitos de salud, para que así tengan una calidad de vida buena, referidas al aspecto físico y mental.

1.6.2 Integralidad

Educación Física, significa prácticas de ejercicios destinados a que ayude en la formación del aspecto psicológico del infante, que conduce a que la asimilación de conocimientos sean unitario.

1.6.3 Individualidad

Cada niño proviene de diferentes realidades, ya sean sociales o ambientales; por lo que es indispensable una comunicación con características propias, donde las individualidades sean los principales actores.

1.6.4 Diferencialidad

Significa esta característica que se debe realizar el respectivo análisis, tomando en cuenta la posibilidad de cada estudiante, porque cada uno tiene sus características, siendo posible trabajarlo en forma individual o grupal; siempre y cuando afecte el aprendizaje.

1.6.5 Objetivación

La Educación Física es una asignatura, que principalmente está enfocada en el adecuado funcionamiento del aparato psico-motor, siendo claro sus objetivos que persigue clase a clase. Por lo que el estudiante, debe participar activamente en su aprendizaje, para que éste sea óptimo.

Participa aquí, también el educador, donde su función es indispensable en los objetivos trazados, siendo el propósito pedagógico el fundamental en el aprendizaje de los estudiantes.

1.6.6 Planificación

El conocimiento del estudiante es un proceso, que comienza al momento que se evalúa los resultados obtenidos en la clase anterior y termina en la preparación de la clase a dictarse, propiciando que el éxito sea posible, tanto en los aspectos pedagógicos como psicológicos y psicomotores. Todo esto es posible, siempre y cuando la planificación sea la adecuada, realizada con los métodos y procedimientos respectivos, correlacionados con los objetivos ya establecidos.

1.6.7 Sistematicidad

Cada clase integra una especie de sistema, que lleve al establecimiento de la calidad en el aprendizaje y en la enseñanza, lo cual no es posible alcanzar en clases diarias repetitivas, donde ninguna guarda relación con la otra; por lo que una adecuada sistematización del contenido de cada clase permite que el estudiante comprenda los objetivos trazados.

CAPÍTULO II

IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA PRE ESCOLAR

2.1 La Etapa Pre Escolar

2.1.1 Definición

Los aspectos pedagógicos y recreativos, en su experimentación permite que la educación infantil sea la adecuada y cumpla con el desarrollo integral de los estudiantes en los aspectos biológicos, cognoscitivo, psicomotriz y socio-afectivo, espiritual.

2.1.2 Objetivos

- a. Que el estudiante conozca su cuerpo y cuanto puede accionar, a través de una buena identidad y principalmente dentro de un ambiente autónomo.
- b. Lograr un crecimiento en armonía del niño, aparte del equilibrio dinámico respectivo, con la finalidad que el aparato psicomotor contribuya junto con el aprestamiento en la lecto-escritura y en la resolución de operaciones matemáticas.
- c. Desarrollar el aprendizaje, empleando herramientas fundamentales como la creatividad, la habilidad y destrezas inherentes a la edad del niño.
- d. Ejercitar a la memoria y su lugar en el espacio-temporal.
- e. La capacidad debe ser desarrollada y utilizada como medio para que la expresión, relación y comunicación, establezcan interacciones recíprocas y participativas; siempre bajo la normatividad del respeto, solidaridad y convivencia.
- f. Que participen junto con otros niños y adultos, en las diferentes actividades lúdicas.
- g. Inclinação a conocer nuevos medios, por el estímulo de la curiosidad, a explorar en el medio natural, familiar y social.

- h. Los criterios de comportamiento deben ser fundamentados a través de su reconocimiento dimensional.
- i. Todo proceso educativo está vinculado a la familia y la comunidad en general, para que así el niño, mejore su calidad de vida, y
- j. Todo lo referente a la salud en su necesidad, necesita una práctica de hábitos de formación tanto alimenticias, en la higiene personal y en el orden.

2.2 Desarrollo motor y primera infancia

Gutiérrez (2014) expresa, que en los inicios del siglo XX aparecieron los conceptos unicidad cuerpo-mente (aspecto psicofísico) y referidos a la actividad psicométrica, fundamentales en el desarrollo evolutivo del niño. Teorías como la de Piaget, se identificaron con el aspecto físico, principalmente en la etapa inicial del conocimiento. Donde las interacciones iniciales con los objetos, son llevadas a cabo por acciones, las denominadas intuitivas, basándose en procesos abstractos; todos enfocados para la coordinación e la inteligencia.

La integración sensorial es básica en la coordinación mente y cuerpo, realizada por el Sistema Nervioso Central (SNC), ya que permite actuar y responder en forma significativa a las diversas experiencias presentadas. Intervienen también el cerebro y la médula espinal, principalmente el cerebro que almacena diversas informaciones tanto visuales, auditivas, perceptivas y emocionales.

El aparato fonético también se ve beneficiado en su funcionamiento y desarrollo, por la tarea integrada de los sistemas integrantes del cuerpo humano, por lo que el lenguaje articulado permite que el ser humano verbalmente se exprese a través del habla.

De igual para que el individuo crezca emocionalmente deberá tener establecida su aspecto afectivo, enfocada a la psicomotricidad y al juego corpóreo. Por todo esto, es necesario evitar el sedentarismo y la obesidad infantil, dándole la debida

importancia a la psicomotricidad infantil (Goetz y LeCompte, 2008). El sistema nervioso es el encargado de la parte sensorial del cuerpo humano, el cual permite que el individuo conozca su estructura corpórea, dividiéndose en Sistema Nervioso Periférico (SNP) y Sistema Nervioso Central (SNC)”.

Piaget (1969) expresa que el movimiento desempeña múltiples funciones tales como mejora del conocimiento, evolución del lenguaje y afianzamiento de la inteligencia. Asimismo Parlebas (1976), respecto a este último elemento, sostiene que mucho tiene que ver en la motricidad del infante, además señala que el rango preciso para que el niño afiance su lenguaje está comprendido entre los 4 a los 8 años de edad.

Wilson (1977) expresa que la motricidad tiene participación desde los primeros años del ser humano, porque permite realizar diversidad de funciones como: el diálogo, comunicación madre-hijo y explorar el mundo; además mucho tiene que ver en el acompañamiento de los procesos mentales respectivos. Precizando que es a los 4 años donde mucho tiene que ver en el desarrollo psicológico a través del estado personalístico.

Gallo (2013) expresa que para posibilitar una buena comunicación en el aspecto social, el aspecto motriz desarrolla una labor importante, porque ayuda al enfoque cognitivo, por ejemplo el lenguaje expresivo.

Según Renzo (2009), sostiene respecto a la Educación Física, que es fundamental para que las capacidades corporales y la psicomotricidad se desarrollen adecuadamente en los infantes desde temprana edad. Asimismo la competencia motriz evoluciona favorablemente como consecuencia de la enseñanza-aprendizaje de saberes corporales, lúdicos y motores, además de la evolución de las respectivas capacidades.

De acuerdo a Renzi (2009) se conoce, que el infante es competente en su motricidad luego que reacciona adecuadamente ante cualquier situación que amerita intervenir en forma eficaz motrizmente para atender lo que la situación demanda.

Además para Renzi (2009) la Educación Física es fundamental en todo aspecto, como se mencionó líneas arriba, todo esto para propiciar un adecuado movimiento corporal desde temprana edad. Asimismo, prosigue citando: “para que los niños logren un control postural, mucho tiene que ver la labor del profesor” (p. 45).

Prosiguiendo con la Educación Física, interviene también en el juego, la imaginación y su imaginaria, problemas motrices, el aspecto de la salud y la higiene; en fin a todos estos factores les favorece, además del cuidado del ambiente. Incita al niño a ser cooperativo y recíproco, a enriquecer su autoestima, respeto; es decir, integra y enriquece su imagen proveyéndola de una actitud positiva y pleno conocimiento de lo que es posible realizar o no.

Hoy en día es fundamental que se practique la Educación Física desde la etapa infantil, porque ésta participa fundamentalmente en el aspecto formativo, integrando los factores del hacer, pensar, sentir y querer, por lo que las instituciones educativas, están en la obligación de integrarlas en su currículo académico, enfocadas a enriquecer la parte motriz y lúdica del cuerpo, posibilitando que se desenvuelva el niño adecuadamente en sus diversas actividades que desarrolla.

2.3 Importancia de la educación física en la primera infancia

Pero actualmente, la Educación Física no es enfocada con el valor e importancia que se merece, es más ni siquiera existe un docente específico para esta asignatura, siendo la función del docente de aula, simplemente llevarlos al patio para que jueguen a su libre albedrío; enfocándose más en las asignaturas de informática e inglés, donde existe un docente específico para cada asignatura.

2.4 Campos temáticos de educación física en el nivel preescolar

Yang (2007), en su obra describe la currícula para el curso de Educación Física, especificando ítem por ítem.

2.4.1 Básicas

Las actividades motrices, como son correr, saltar, etc. son ejercicios que ayudan al niño a establecer sus bases motrices, las cuales se suman a las siguientes etapas que involucran otros elementos como son: balanceo, reptar, lanzar, etc.

2.4.2 Destrezas

Este factor provee al infante de actividades fundamentales que exigen precisiones fundamentales como precisión, coordinación y rapidez; las mismas que propician que el niño sienta mayor confianza cuando se traslada a cualquier campo.

2.4.3 Ejercicios contruidos

El profesor es el que los delinea y da las instrucciones respectivas que los practiquen, con la finalidad de que la parte motriz (integrada por músculos, tendones, etc.) se desarrolle de acuerdo al movimiento desarrollo, siendo bastante diferenciables de las que espontáneamente realiza el niño.

2.4.4 Actividades rítmicas y expresivas

Estas actividades tienen por finalidad enfocarse en el desarrollo de la ilusión, elemento fundamental para que niño adquiere una complacencia de la imaginación fantástica, siendo también los cantos y las rondas, partícipes. Todo este íntegro está enfocado para que el niño desarrolle su ilusión.

2.4.5 Juegos

Son los juegos elementos importantes en la formación de una adecuada autoexpresión, relajación y progreso de la fuerza. Asimismo permite que la coordinación motora mejore notablemente, contribuyendo en el aspecto de la salud (física y mental), además que propicia que las habilidades se las dominen.

2.5 Importancia de la educación física en el nivel preescolar

Según Pérez (2011) el niño tiene todas la instancia de desarrollarse, madurar y compenetrarse con la sociedad en su conjunto, todo esto mediante la satisfacción de acudir a la actividad motriz, es decir implicando el movimiento.

- La salud se mantiene mediante el ejercicio.

- La salud se necesita conservarla.
- El sistema cardio-respiratorio hay que optimizar su actividad.
- Se tiene que estimular el desarrollo.
- Permite que los hábitos, destrezas y habilidades se integren.
- Ayuda a la formación de su propia identidad, conociendo su cuerpo.
- Mejorar la autoestima, evaluándose y valorándose a sí mismo.
- Practicar la reflexión, respeto, responsabilidad, solidaridad, buen humor e integridad, como medios de mejorar el control emocional.
- Ayuda al pensamiento para explorar sus estadios en forma apropiada.

2.6 Importancia del material en la clase de Educación Física

Ramos (2014), expresa respecto a la Educación Física “En el nivel inicial, es de suma importancia aplicarla porque es el medio que va a permitir que el niño experimente y diversas actividades, todo esto le permitirá ir explorando y conocer la realidad que lo implica” (p. 31). Además de reforzar y poder aplicar su conocimiento en forma tal, que le permita crear y transformarlo, en bien suyo y de los demás. El niño tendrá que demostrar su progreso en diferentes aspectos, ya sea en lo físico, intelectual, social y psicomotor; para que así el docente pueda seguir brindándole las herramientas didácticas necesarias.

Al niño se le debe proporcionar el material conveniente con todas las seguridades del caso para que no les lesione, implicando las características siguientes: irrompibles, que no sean tóxicos, deben ser lavables y que no contengan elementos que afecten el organismo. Y lo principal deben ser de colores vivos para que el alumno sienta curiosidad.

Respecto al material pedagógico utilizado en la educación física, durante mucho tiempo involucrado con la psicomotricidad en su desarrollo, no ha sido el más conveniente por ser inestable debido a los cambios educacionales producto de los cambios sociales y políticos; por lo que sus objetivos educativos y curriculares constantemente han estado en entredicho.

El docente siempre realiza su actividad de la mano del material didáctico que está disponible, siendo éstos el complemento necesario para que el niño o niña fortalezcan la actividad que se les plantea, siendo el objetivo que su aprendizaje progrese continuamente y sea el mejor. Es necesario recalcar, la importancia que éstos tienen en un aprendizaje-enseñanza, siendo una más vez el docente, quien debe tener la suficiente capacidad y potencia para aplicarlo y guiarlo adecuadamente.

Por lo tanto, los recursos materiales, deben cumplir su función real, teniendo en cuenta sus características físicas y el que objetivo que se desea lograr; es decir, debe ser convenientemente analizado, porque todo ayudará en la decisión del docente cuando éste las aplique para el fin didáctico que dese lograr en cada uno de los niños y niñas.

2.7 Función del profesor de educación física

Santos (200, p. 52) expresa que la educación física desarrollada en el nivel inicial, permite que el estudiante explore y descubra su cuerpo, siendo estimulado previa observación y repetición de las diversas acciones motrices. Siendo el docente el principal responsable de realizarlo, para que su cumplimiento sea fundamental. Así se basará en las siguientes características:

a. Individualidad

Esto quiere decir, que cuando el niño o niña tenga que hallar las respuestas necesarias para los problemas que le afectan, recurra a la investigación y a la controversia del hacer.

b. Sociabilización

La relación social debe ser mejorada en todos los aspectos, siendo de capital importancia el trabajo que desarrolla con sus compañeros, por lo que se les debe proveer de las herramientas necesarias para el infante pierda el miedo a relacionarse con su entorno.

c. Funcionalidad

Respecto a este punto, se tiene que reconocer que el niño da a conocer la necesidad que tiene de indagar y concentrarse. Así, se propone que desarrolle las siguientes actividades:

a. Variadas

Esto implica que la variedad es muy importante para evitar el estrés y la no variedad; es decir las repeticiones deben ser evitadas, para que así el niño se sienta motivado o emocionado por los conocimientos nuevos a adquirir en clase.

b. Autónomas

El niño debe conocer lo que hace, pero todo esto a través de un aprendizaje fundado en la experimentación.

c. Significativas

Esto quiere decir, que el niño sienta que lo que realiza significa mucho para él, es decir mediante la realización de actividades nuevas, va a experimentar nuevas emociones que le satisfagan el aprendizaje de nuevas cosas, evitando así las cosas que no le interesan.

d. Abiertas

Prescindir con los modelos adultos, las estereotipaciones y la imitación permanente, si no que a la vez el niño pueda tener la oportunidad de realizar espontáneamente una actividad, sin llevar un protocolo.

e. Prudentes

Evadir los cosas o aparatos poco seguros, espacios comprometidos y sobre las exigencias que el niño no puede realizar.

Es preciso que el docente tome en cuenta las siguientes cuantificaciones del perfeccionamiento físico del niño para la realización de las actividades:

a. Huesos

Se debe evitar las grandiosas tensiones, colisiones violentos, apoyos agotadores y reiterados en las extremidades y las tracciones a los niños de las muñecas.

b. Músculos

Se debe realizar la actividad física de forma global para evitar lesiones, se debe de iniciar desde el calentamiento e ir en aumento poco a poco.

c. Sistema Endocrino

Se deben evitar los cambios violentos de temperatura, como la extremada exhibición al sol y energías agotadoras sin reposo.

d. Articulaciones

Se debe ejercitar siempre la elasticidad para que no se desaproveche a lo largo de los años, y evitar cierto daño en las mismas.

e. Aparato Cardiovascular y Pulmonar

Se deben realizar movimientos que estimulen la circulación se deben realizar pausas y descansos.

f. Aparato Digestivo

Se deben impedir ejecutar movimientos después de merendar; se debe evitar la deshidratación, en lo cual se debe permitir de ésta manera que niño beba agua antes de que tenga sed.

CONCLUSIONES

- Primero:** La práctica de la educación física en el nivel inicial proporciona beneficios múltiples, entre ellos se pueden mencionar: descubrir el interés por la psicomotricidad e inteligencia, para que así mejore en muchos aspectos su cuerpo, a través de la mejora de su postura, el correcto caminar, rapidez, mejora de sus emociones; y lo más importante el infante tanto mental como físicamente se siente mejor; finalmente se comienza a identificar con el deporte.
- Segundo:** La educación física debe ser un área que debe ser aplicada necesariamente en todas las instituciones educativas de educación inicial, pero con el profesional del ramo; pero lamentablemente la mayoría de estas no cuentan con el área correspondiente o adecuada para su práctica. Así el profesional especializado permitirá que el niño acceda a un aprendizaje lúdico correcto.
- Tercero:** Para que la salud física sea mantenida, el profesional de la salud recomienda que se debe realizar actividad física en forma diaria; porque además permitirá que la autoestima mejore y se combate el estrés. Es decir, finalmente todo esto influirá en el mejoramiento del estilo de vida de los individuos.
- Cuarto:** Los niños y niñas, mediante la práctica de la educación física van a desarrollar sus habilidades motrices, esto quiere decir, potenciarán sus músculos, que son importantes en el desarrollo del cuerpo, llevándolos a mejorar en la carrera, el salto, la caminata, el trepamiento, subir y bajar gradas, treparse, rodar, gatear, sentarse, escribir, cortar con tijeras, usar cubiertos, dibujar, armar rompecabezas, entre otros. Además el niño y niña conseguirá un mejor equilibrio y coordinación.

REFERENCIAS CITADAS

- Alberto, L. (2013). *Actividad Física y Enseñanza: Algunos conceptos afines y diversos*. *Revista Electrónica de Ciencias Aplicadas al Deporte*. La Habana: Libertad.
- Baena, E. (2005). *Análisis del concepto de educación física escolar en primaria y secundaria*. (Material Docente). Consultado el 2.01.2019. Disponible en: <http://digitum.um.es/xm/ui/bitstrem/10201/22.51/1/11.conceptoEF.pdef>.
- Batero, C., Certuche, G., Bados, R. y Pinillos, G. (2012). *Cultura física y necesidad de formación*. *Revista Digital*, 16(165), 3-4.
- Castejón, F. (2001). *Iniciación deportiva: Aprendizaje y enseñanza*. Madrid: Pila Teleña.
- Gallo, L.H. (2010). *Los discursos de la educación física contemporánea*. Bogotá: Editorial Kinesis.
- Goetz, J. y LeCompte, M. (2008). *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Madrid: Morata.
- Gutiérrez, E., Castillo, J.A. (2014). *Reflexiones sobre la concepción del cuerpo y del movimiento para una educación integral de la primera infancia*. *Praxis Pedagógica*, Recuperado de [http://991-2701-1-SM%20\(1\).pdf](http://991-2701-1-SM%20(1).pdf)
- Hernangil, E., Lastres, J. y Valcárcel, P. (2011). *Actividad físico-deportiva en el tratamiento de las drogodependencias*. Madrid: ADI. Consultado el 2.02.2019. Disponible en: <http://digitum.um.es/xm/ui/bitstrem/10201/22.51/1/11.conceptoEF.pdef>.
- Martínez, J. y Victoria, S. (2010). *La alimentación y su relación con el rendimiento físico*. *Revista digital Efdeportes.com*. 15(144). s.p.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deportes y sociedades. Léxico de praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Ramos, A. (2010). *Educación física, currículum y práctica escolar*. (Tesis de Doctorado). Universidad de León. Castilla y León.
- Renzi, G. (2009). *Educación Física y su contribución al desarrollo integral de los niños en la primera infancia*. *Revista Iberoamericana de Educación*. (50).

Consultado el 02.02.2019. Disponible en:

<http://www.rieoei.org/deloslectores/2663Renzi.pdf>

Valderrama, M. (2001). *Pasos para elaborar proyectos y tesis de investigación científica*. Lima: San Marcos

Wilson, S. (1977). *The use of ethnographic techniques in educational research*, *Review of Educational Research*, 47, 245-265.