

Como educar el movimiento en niños de 6 a 12 años

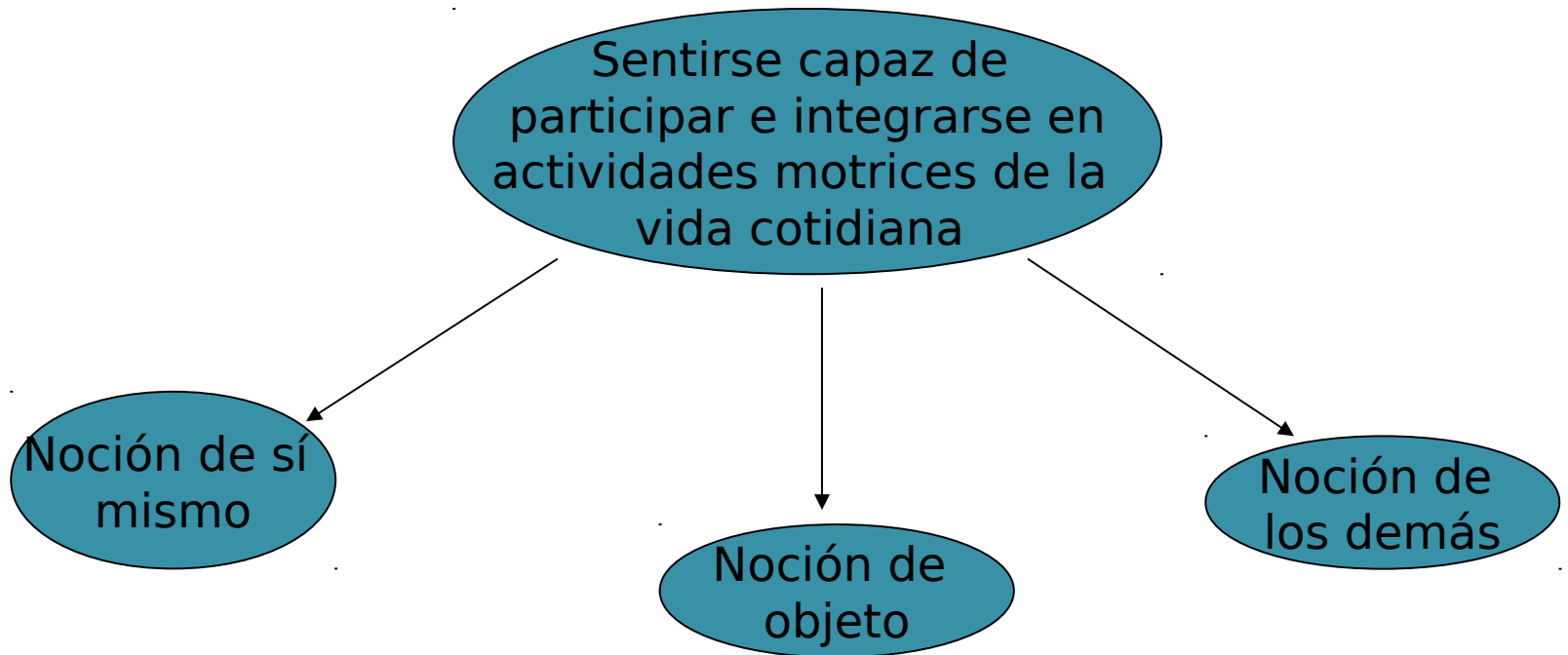
TEMARIO

1. Objetivo y función del movimiento en niños y niñas de 6 a 11 años
2. El desarrollo motor en los niños de 6 a 12 años
 - patrones motores: locomoción, equilibrio y manipulación - del patrón motor a la habilidad motriz
3. Relación Actividad Física y Crecimiento
 - Cualidades físicas en el niño y niña:
 - adaptación orgánica
 - antropométricas en escolares
 - Medidas

OBJETIVO Y FUNCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL PRIMER CICLO BÁSICO



Desarrollo de la competencia motriz



Se refiere a como es el comportamiento de los escolares cuando llevan a cabo una tarea motriz compleja.

Definiciones

```
graph TD; A[Definiciones] --> B["capacidad de un organismo para interactuar con su medio de manera eficaz"]; A --> C["proceso dinámico y complejo caracterizado por una progresión de cambio en el control de uno mismo y de sus acciones con otros o con los objetos del medio"]; style B fill:#4682b4,stroke:#000,stroke-width:1px; style C fill:#4682b4,stroke:#000,stroke-width:1px;
```

“capacidad de un organismo para interactuar con su medio de manera eficaz”
White (1959)

“proceso dinámico y complejo caracterizado por una progresión de cambio en el control de uno mismo y de sus acciones con otros o con los objetos del medio”
Keogh (1981)

Desarrollo Motor

Proceso que implica

motricidad elemental y básica

común a todos los individuos

donde lo cultural hace que los aprendizajes motores sean diferentes.



ANTES DE LOS 6 AÑOS

Se adquieren las habilidades motrices básicas o movimientos fundamentales

relacionado con factores

La maduración neurológica (movimientos más complejos).

El crecimiento corporal (sistema muscular) mayor posibilidad de ejercitación.

Disponibilidad de mayor tiempo en realizar actividades motrices muy diversas, donde resalta su carácter expresivo.

PERÍODO DE LOS 6 AÑOS A LA ADOLESCENCIA

Etapa gran importancia para el desarrollo motor y para la adquisición de habilidades motrices nuevas.

crecimiento físico

una mejora motriz regular

Los niños logran aprendizajes prácticos con gran rapidez

aprenden

la motivación

la experiencia

maduración del neocórtex

mejora el control motor

Mejora control motor

```
graph TD; A([Mejora control motor]) --> B[aumenta la precisión de los movimientos con control visual]; A --> C[aprenden algunas técnicas]; A --> D[práctica es importante en la mejora y refinamiento de la motricidad.]
```

aumenta la precisión de los movimientos con control visual

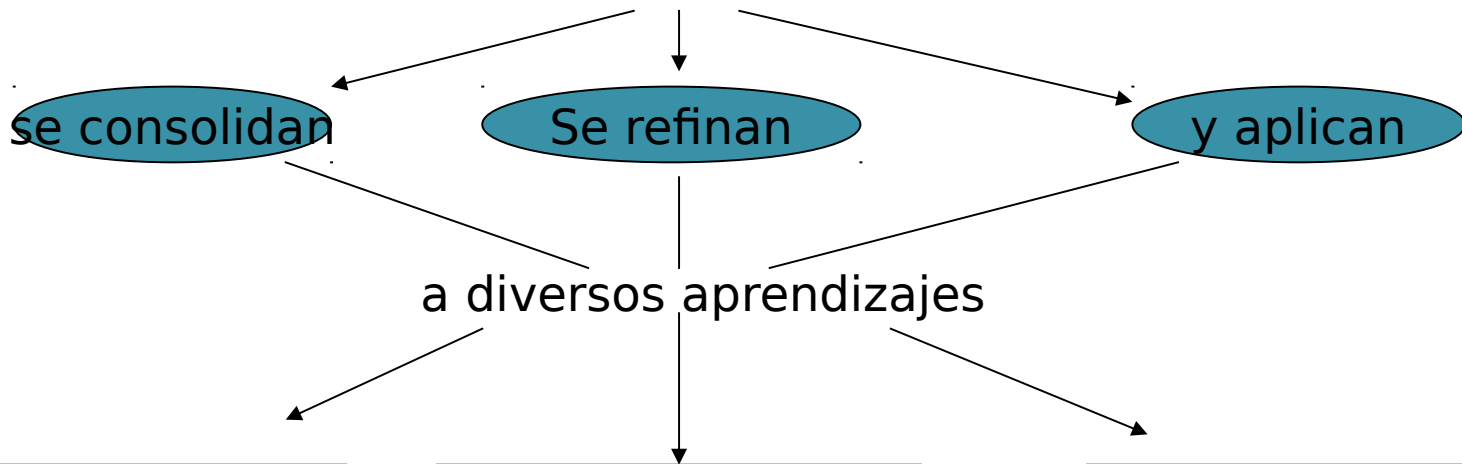
aprenden algunas técnicas

práctica es importante en la mejora y refinamiento de la motricidad.

Lo cuantitativo de las conductas motrices se va haciendo evidente (rendimiento) en estas edades: corren más, saltan más, lanzan con mayor precisión, tiene mayor resistencia.

CAMBIOS QUE SE APRECIAN EN LOS JÓVENES

HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS



Mejora el rendimiento en tareas de fuerza, velocidad, resistencia, agilidad, equilibrio y coordinación

Muestran madurez y eficacia en tareas de lanzamiento, salto, recepción, golpeo, pateo

Los factores de la aptitud física se manifiestan progresivamente más diferenciados

Se evidencian las diferencias entre hombres y mujeres

CRECIMIENTO FÍSICO

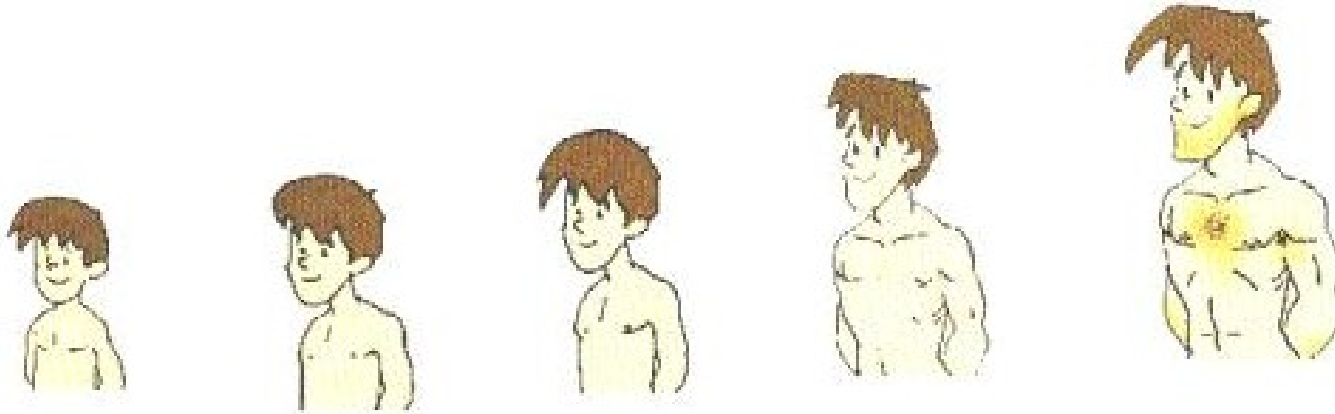
- **Aumento del tamaño corporal**
- **Cambios en las proporciones corporales**
- **Cambios en la composición corporal**
- **Cambios en la complejidad funcional**
- **Consecución de la plenitud física**



FASES DEL CRECIMIENTO

| EDAD | FASE | CARACTERÍSTICAS |
|--|------------------------|---|
| 2 – 4 años | Primer ensanchamiento | Desproporción entre estatura y peso. Tendencia a engordar (aumento depósitos adiposos) |
| 5 – 7 años | Primer estirón | Tendencia opuesta, mayor esbeltez |
| 8 – 11 años | Segundo ensanchamiento | Acumulo grasa antes de la pubertad |
| 12 – 14 años Mujeres / 13 – 16 años Hombres | Segundo estirón | Aumento de la estatura |
| Juventud / adulto | Tercer ensanchamiento | proporcionalidad |

CRECIMIENTO



Factores endógenos

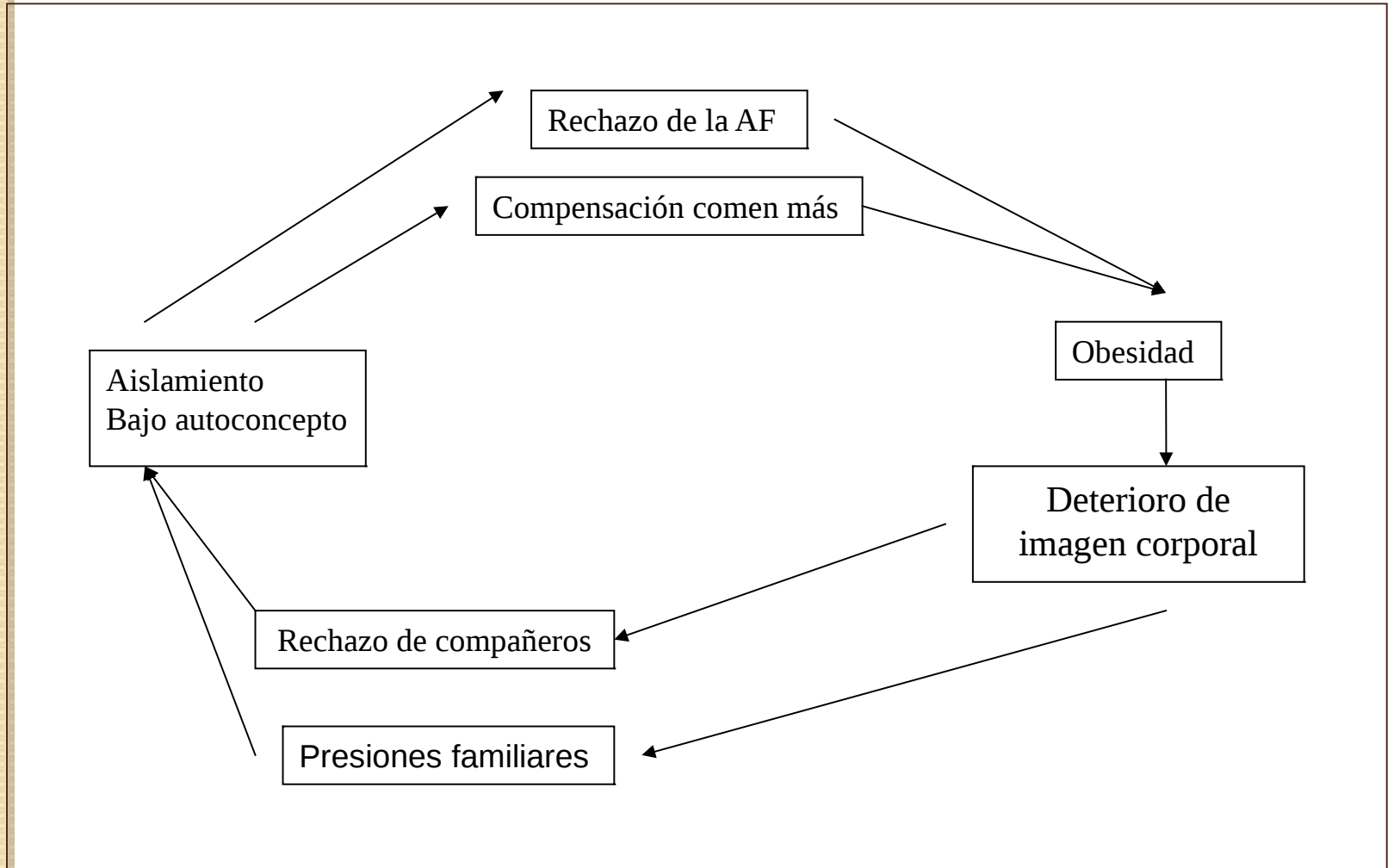
- peso en el nacimiento
- herencia,
- raza
- sexo,
- Función endocrina

Factores externos

- ejercicio,
- nutrición,
- enfermedades,
- entorno social.

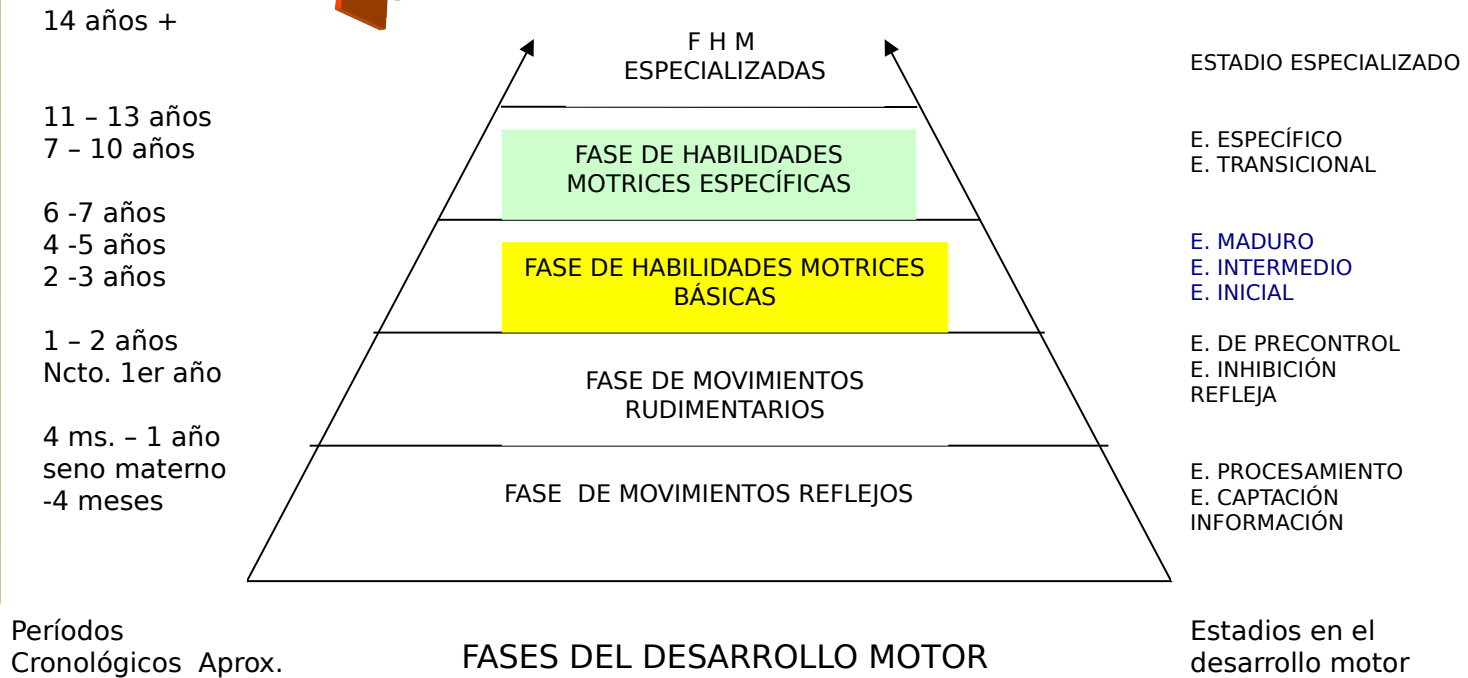
INCIDENCIA EN EL CRECIMIENTO

Ciclo de la obesidad (Scheider, 1985)

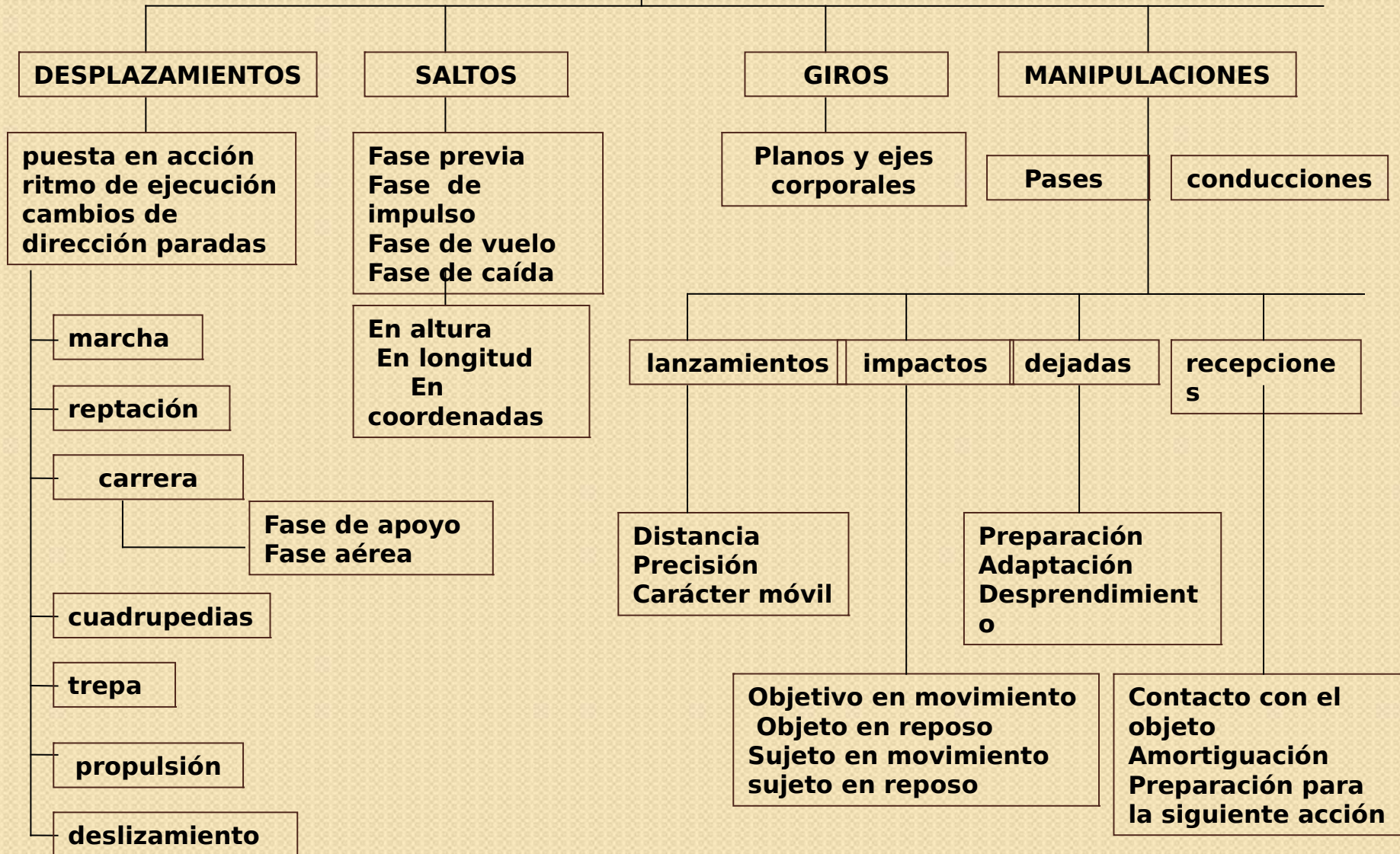




patrones motores básicos



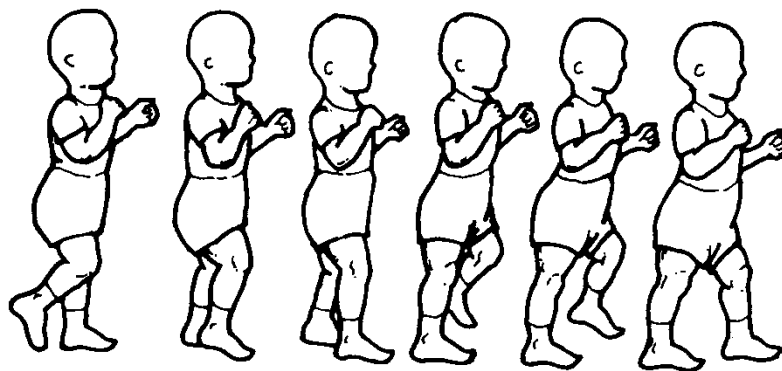
PATRONES MOTORES BÁSICOS



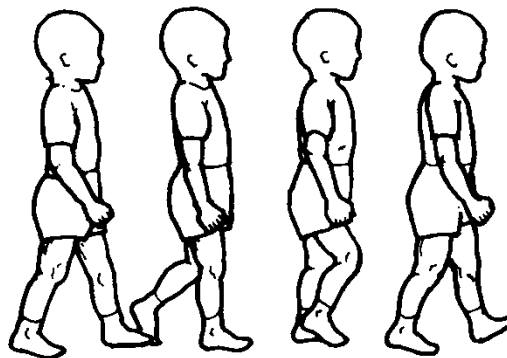
(Contreras,
1998)

PATRÓN
MOTOR
CAMINA
R

INITIAL



ELEMENTARY



MATURE

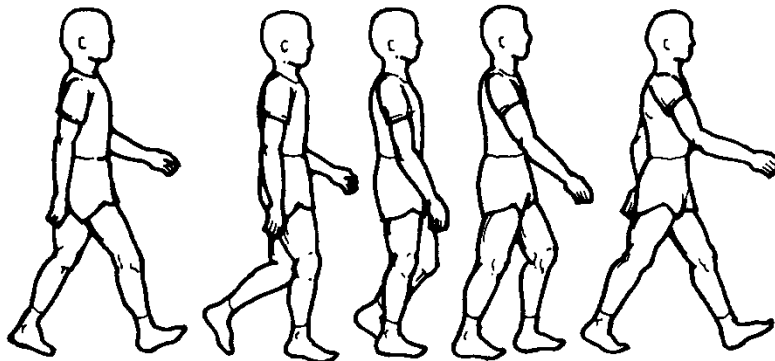
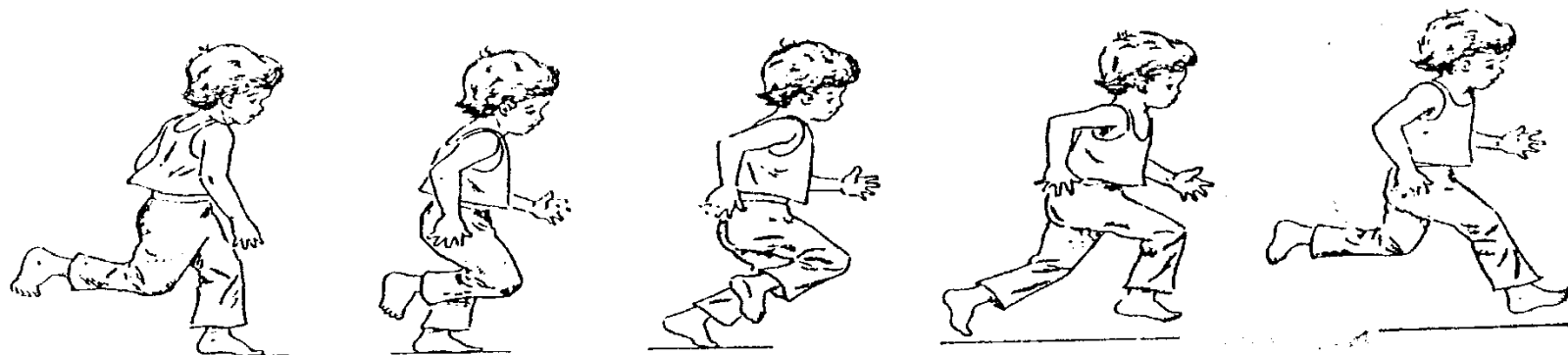


Figure 11.2. Stages of the walking pattern

CARRERA
Estadio inicial

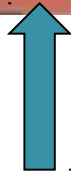


CARRERA
Estadio elemental



CARRERA
Estadio maduro

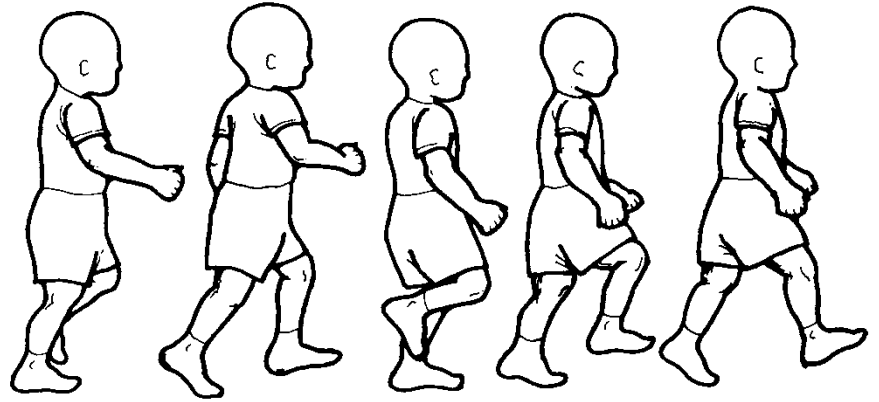




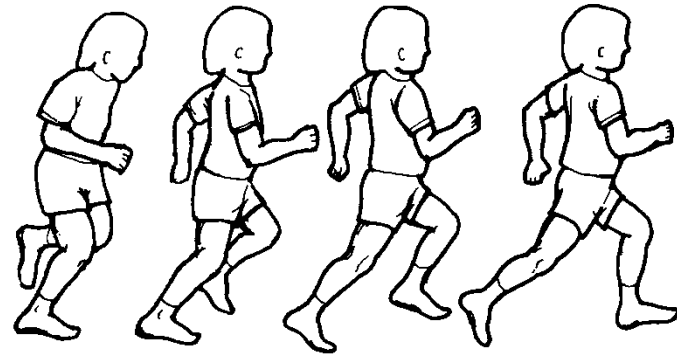
SEMEJANZA DE LA
ESTRUCTURA
DEL PATRÓN MOTOR



INITIAL



ELEMENTARY



MATURE

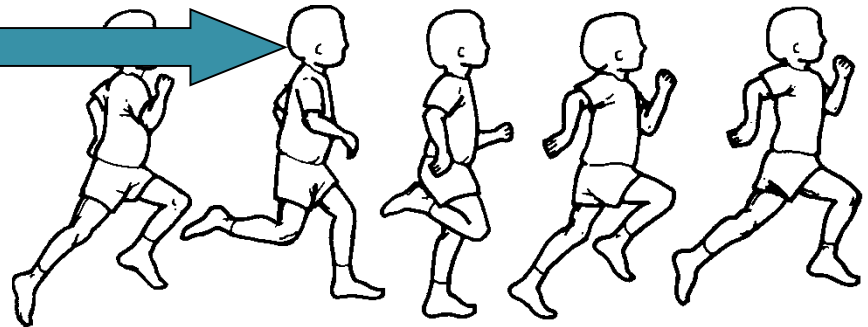
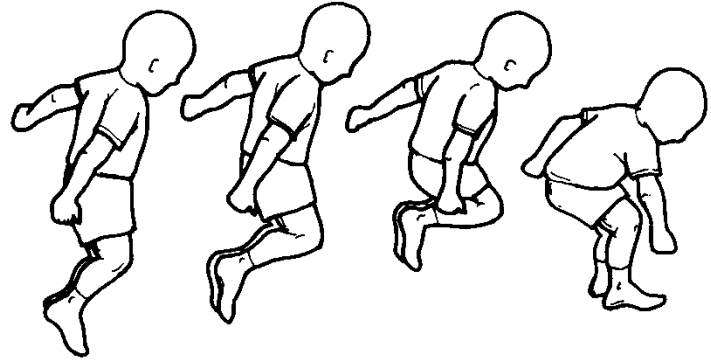


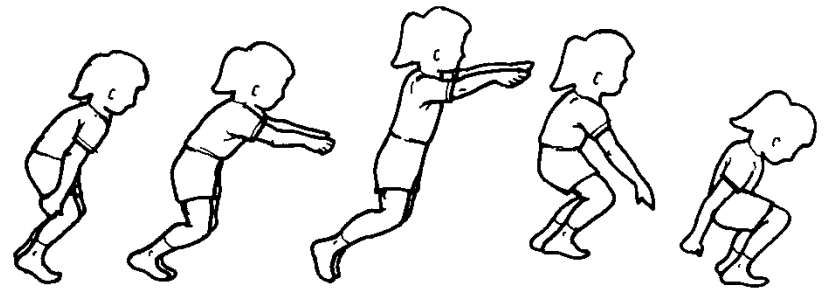
Figure 11.3. Stages of running pattern

PATRÓN
MOTOR SALTO

INITIAL



ELEMENTARY



MATURE

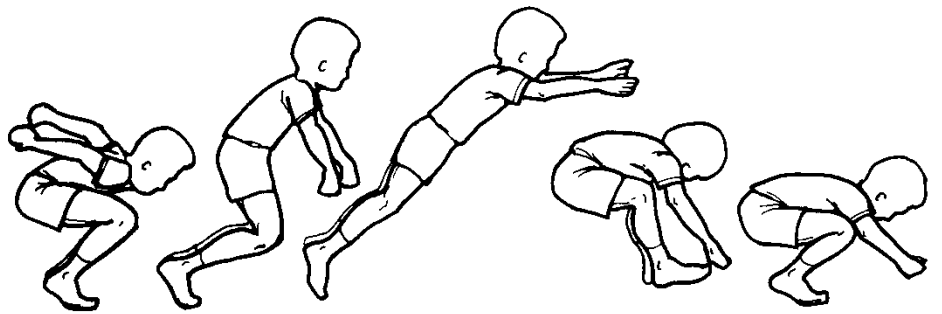
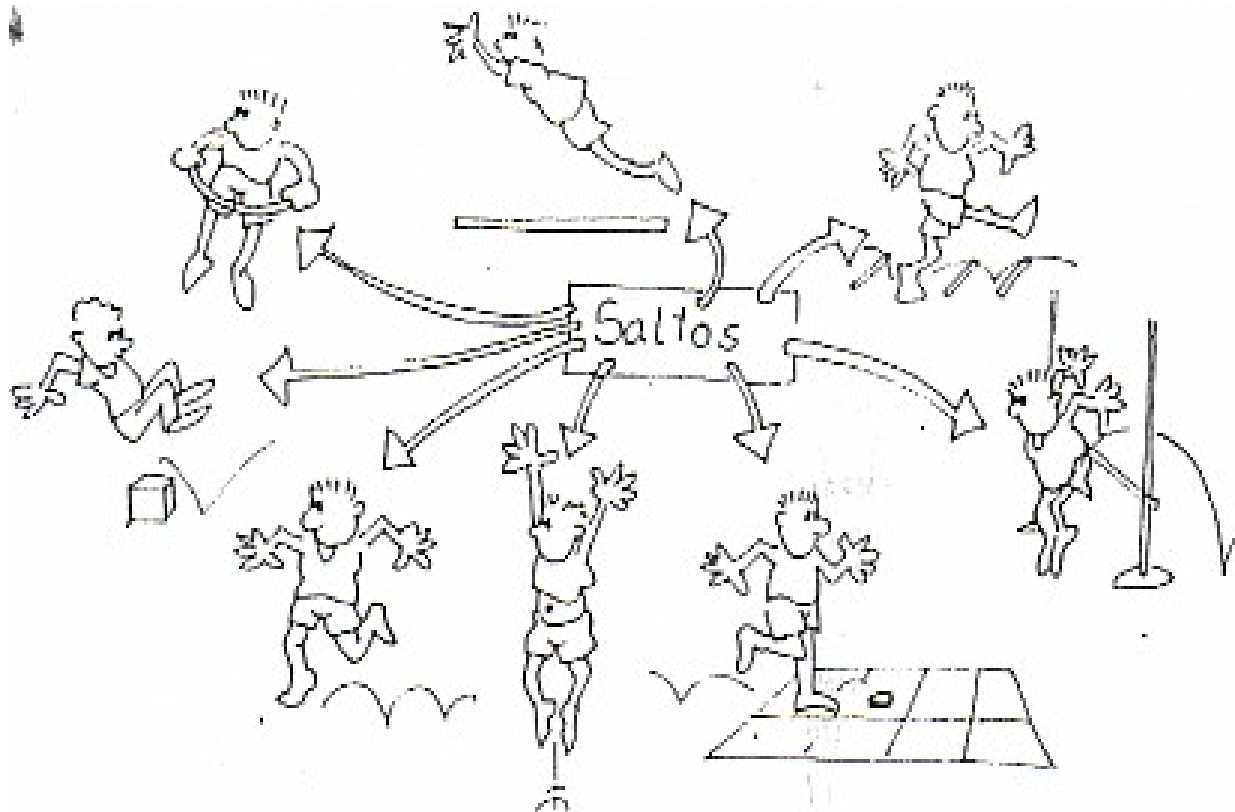


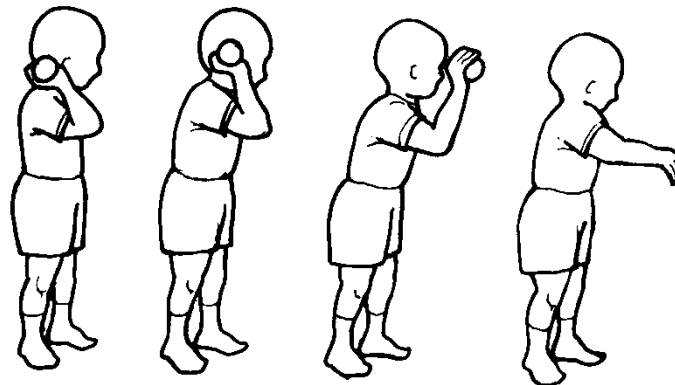
Figure 11.4. Stages of the horizontal jumping pattern

VARIACIONES EN EL SALTO

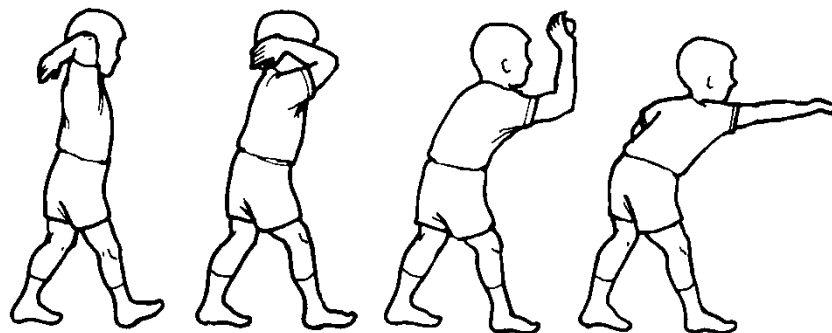


PATRÓN
MOTOR
LANZAMIENT
O

INITIAL



ELEMENTARY



MATURE

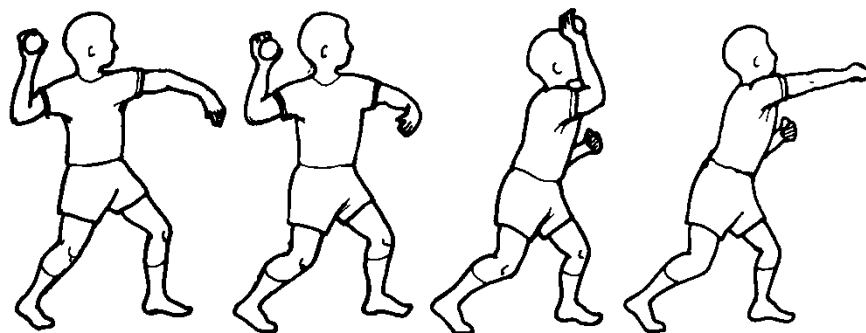


Figure 11.11. Stages of the overhand throwing pattern

ESTADIO 1
(2-3 años)



ESTADIO 2
(3 1/2 años)



ESTADIO 3
(5-6 años)



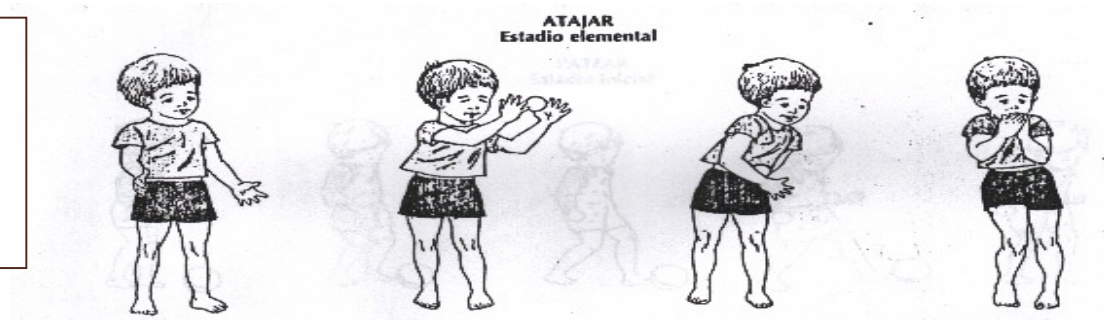
ESTADIO 4
(5-6 años)



ESTADIO 5
(6-7 años)



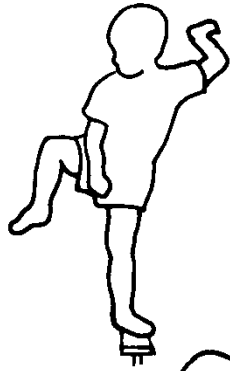
DESARROLLO DEL PATRÓN DE LANZAMIENTO



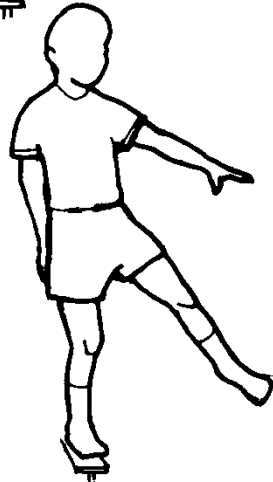
del atrapar al golpear



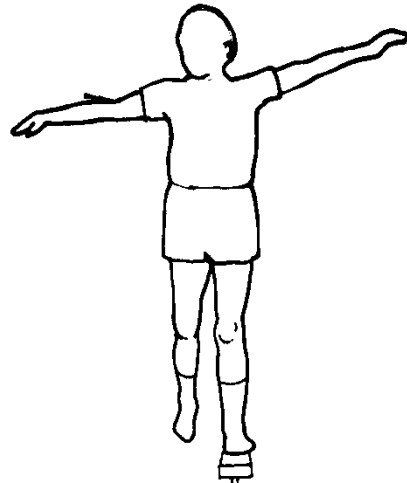
INITIAL



ELEMENTARY



MATURE

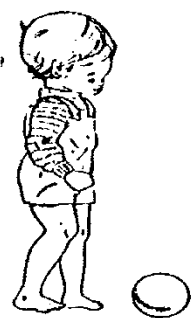


EQUILIBRIO EN UN
PIE

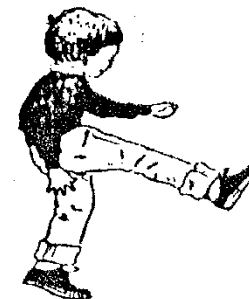


Figure 11.23. Stages of the one-foot balance

PATEAR
Estadio inicial

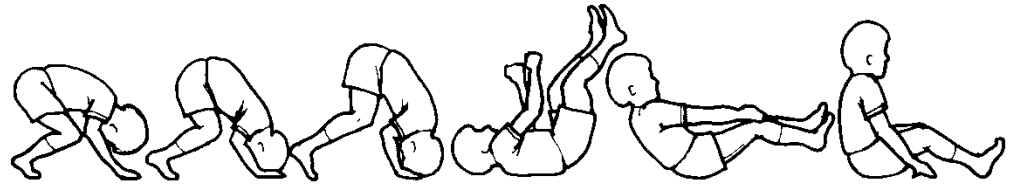


PATEAR
Estadio maduro

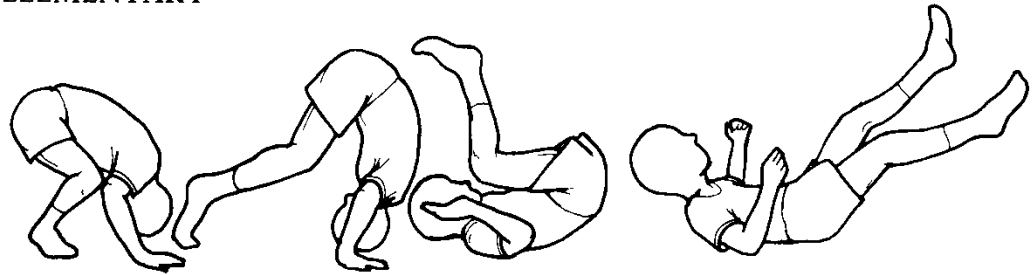


**VOLTERETA
ADELANTE**

INITIAL



ELEMENTARY



MATURE

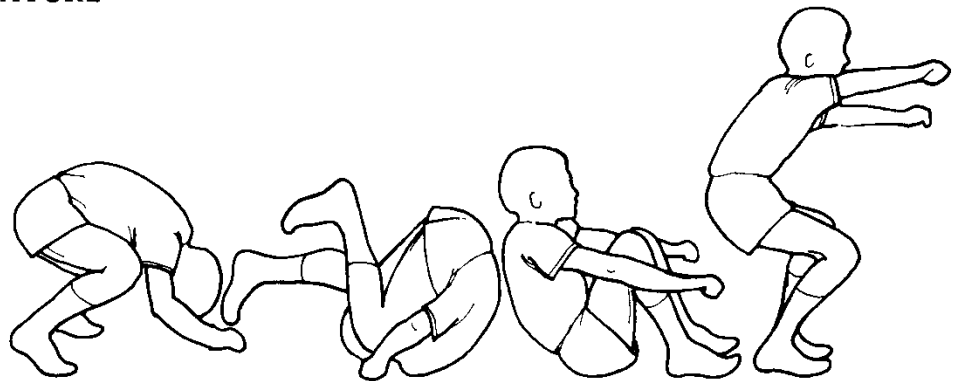
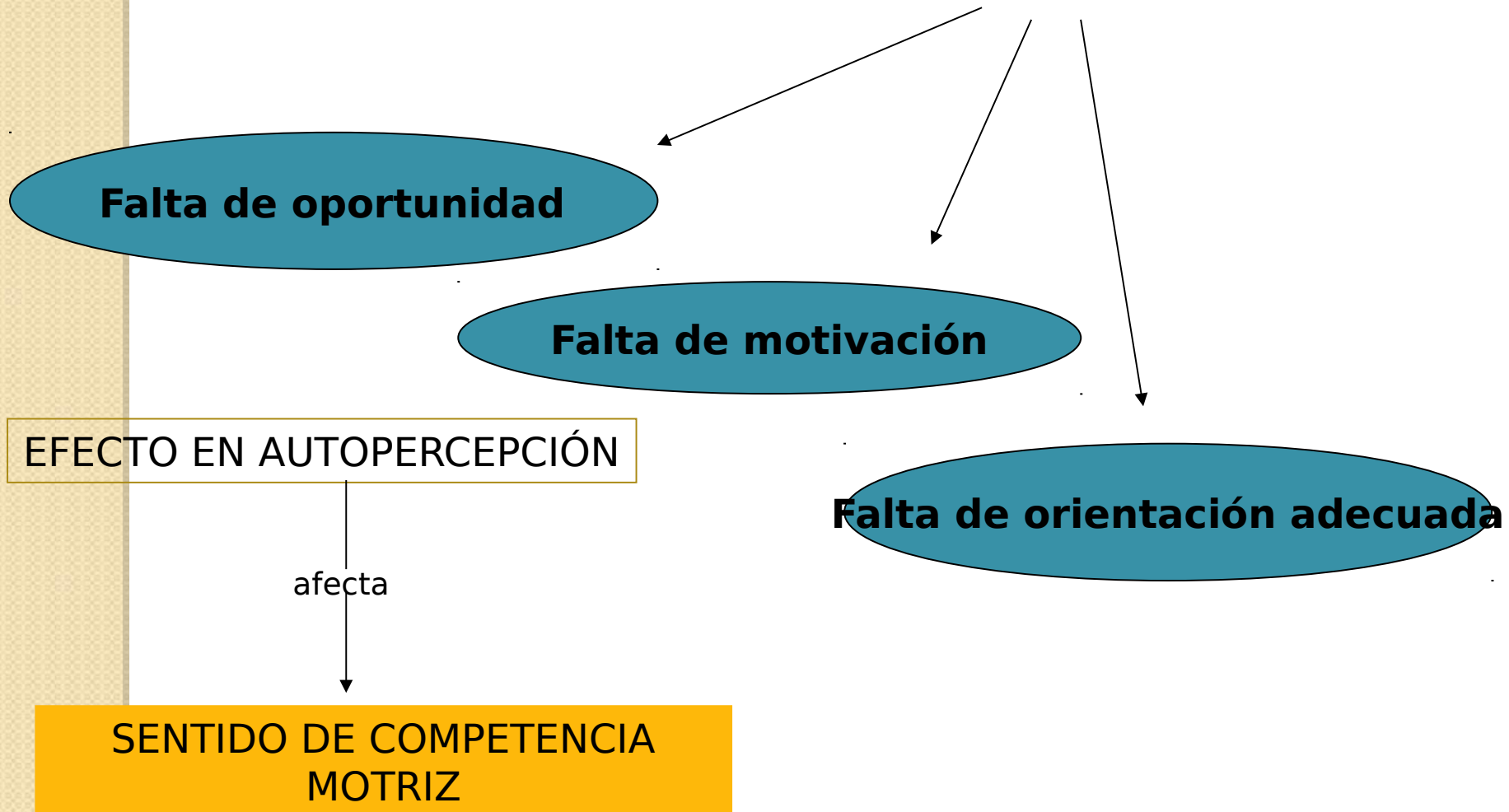


Figure 11.21. Stages of body rolling development

Los niños a los 7 años no puedan lograr patrones maduros para pasar al estadio de transición, cuando se presenta:



ACTIVIDAD FÍSICA Y CRECIMIENTO

Las actividades físicas y deportivas favorecen el crecimiento óseo y muscular, estimulando los órganos internos, pero el exceso puede provocar:

problemas articulares
y en las zonas de
crecimiento

estrés competitivo
elevado

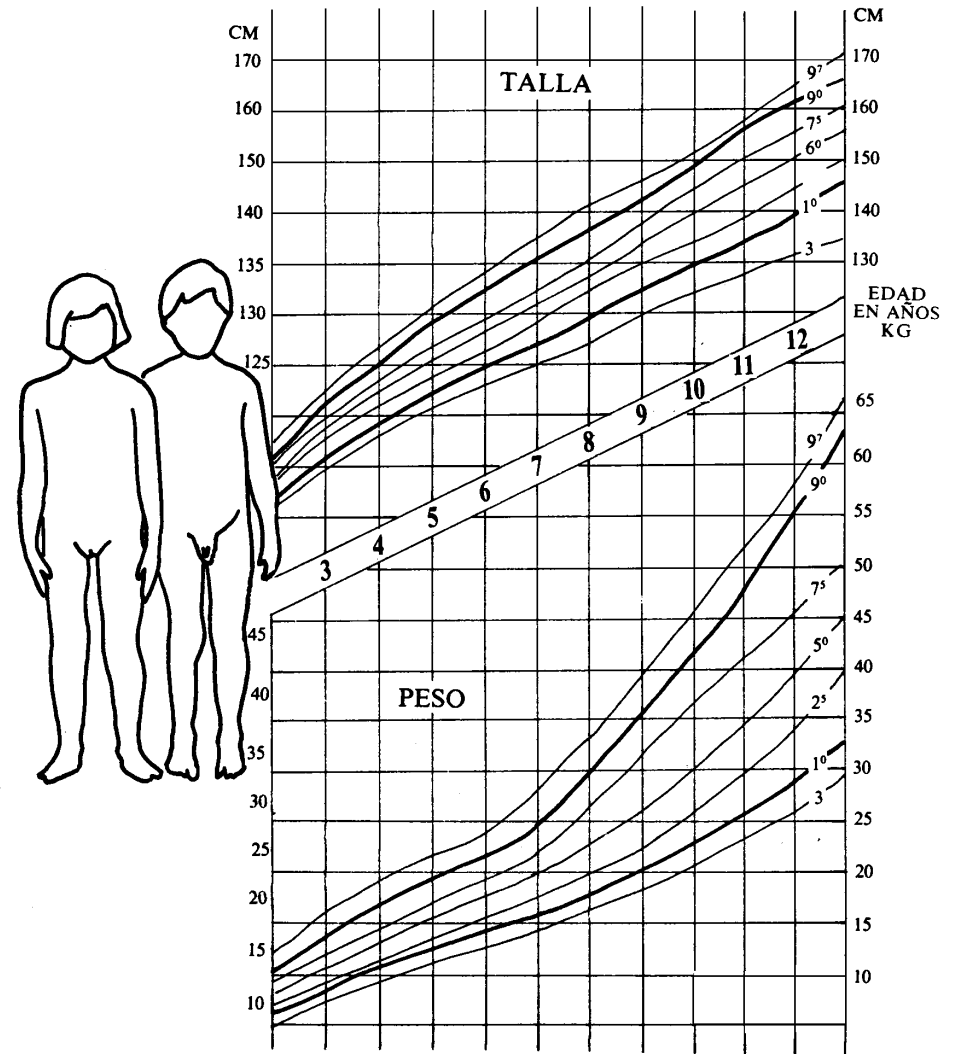
conductas no educativas que se
generan alrededor de los eventos
deportivos

susceptibilidad a la fatiga

Aumento de peso y talla, Tanner (1966)

TABLAS CRECIMIENTO

En general, la talla media al nacer es de 50 cms. y en los tres primeros meses el menor crece una media de 3 cms. por mes; después en el 2º trimestre la media es de 2 cms. por mes y, por último, en el segundo semestre es de 1 cm. por mes.

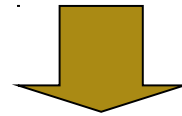


ASPECTOS BÁSICOS DE LA MOTRICIDAD

| | | |
|---------------------------|--|--|
| Capacidades Condicionales | Velocidad de reacción capacidad de reaccionar en el menor tiempo posible ante la aparición de un estímulo | Tiempo de reacción táctil, auditivo y visual |
| | Flexibilidad capacidad de extensión máxima de un movimiento en una articulación determinada | Movilidad articular y extensibilidad músculo - tendinoso |
| | Fuerza capacidad que tiene el músculo de crear tensión al activarse | Concéntrica, isométrica, excéntrica |
| | Resistencia capacidad del ser humano para obtener y utilizar energía | Aeróbica - anaeróbica |
| | Velocidad capacidad de realizar acciones motrices de la manera más rápida posible | Velocidad de desplazamiento y velocidad segmentaria |

Cualidades físicas en el niño y niña: adaptación orgánica

Los componentes de la condición física relacionados con la salud más aceptados por los expertos incluyen:



**Figura 1.- Componentes de la condición física y la salud.
Tomado de Pate (1988)**

| Condición física | Condición física relacionada con la salud |
|---------------------------------|--|
| Agilidad | Resistencia cardio-respiratoria |
| Potencia | Fuerza y resistencia muscular |
| Resistencia cardio-respiratoria | Flexibilidad |
| Fuerza y resistencia muscular | Composición corporal |
| Composición corporal | |
| Flexibilidad | |
| Velocidad | |
| Equilibrio | |

(Caspersen y cols, 1985; Pate, 1988; Pate y Shepard, 1989; Simons-Morton y cols, 1990, Devís y Peiró, 1992)



**Facultad de Comunicación, Educación y
Humanidades
Escuela Académico Profesional de
Educación**

Curso: Creatividad y Expresión Corporal

Nivel: Primaria

Ciclo: VI

Docente: María del Carmen Cárdenas

Estudiante: Clara Salas Pardo Figueroa

Arequipa, 30 de agosto del 2014