

**Jiu Jitsu para el desarrollo Perceptivo Motriz con niños del
Centro Pedagógico Mándala en tiempos de Covid-19**



Jersson Steven Valencia Lara

Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia

Facultad Ciencias de la Educación

Maestría en Pedagogía de

la Cultura Física

Tunja-Boyacá

2020

**Jiu Jitsu para el desarrollo Perceptivo Motriz con niños del
Centro Pedagógico Mándala en tiempos de Covid-19**



Directora. Mg Edith Cristina Martínez

Camargo

**Universidad Pedagógica y Tecnológica de
Colombia Facultad Ciencias de la Educación**

Maestría en Pedagogía de

la Cultura Física

Tunja Boyacá

2020

Contenido

| | |
|-----------------------------------------|----|
| RESUMEN | IX |
| Introducción..... | 10 |
| 1. Problema..... | 13 |
| 1.1 Planteamiento del problema..... | 13 |
| 1.2 Formulación del problema..... | 15 |
| 1.3 Objetivos..... | 15 |
| 1.3.1 Objetivo general..... | 15 |
| 1.3.2 Objetivos específicos..... | 15 |
| 2. Categorías..... | 16 |
| 2.1 Jiu Jitsu..... | 16 |
| 2.1.2. Estilos de vida saludable | 16 |
| 2.1.3 Desarrollo Perceptivo Motriz..... | 16 |
| 3. Justificación | 16 |
| 3.1 Marco Referencial..... | 20 |
| 3.1.1 Antecedentes..... | 20 |
| 3.1.2 Internacionales..... | 20 |
| 3.1.3 Nacionales..... | 23 |
| 3.1.4 Regionales..... | 27 |
| 3.2 Marco conceptual | 31 |

| | |
|------------------------------------------------------|----|
| 3.2.1 Artes marciales | 36 |
| Jiu Jitsu | 37 |
| Técnicas del Jiu Jitsu | 37 |
| Beneficios del Jiu Jitsu | 38 |
| 3.2.2 Desarrollo Perceptivo Motriz..... | 38 |
| Psicomotricidad..... | 39 |
| Corporalidad o esquema corporal..... | 40 |
| Espacialidad | 40 |
| Lateralidad..... | 40 |
| 3.2.3 Coordinación óculo-pedial y óculo manual | 41 |
| Estilos de vida..... | 42 |
| Estilos de vida en la infancia..... | 42 |
| 4. Marco Contextual | 45 |
| 5. Metodología..... | 46 |
| 5.1 Paradigma Cualitativo | 46 |
| 5.2 Enfoque Mixto..... | 46 |
| 5.3 Diseño de la Investigación | 47 |
| 5.4 Unidad de análisis | 48 |
| 5.4.1 Unidad de trabajo..... | 48 |
| Criterios de selección en tiempos de Covid 19 | 48 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------|-----|
| 5.5 Instrumentos para la recolección de información | 49 |
| 5.5.1 Test Fantástico..... | 49 |
| 5.5.2 Test Ktk..... | 52 |
| 5.5.3 Grabaciones de audio y video | 54 |
| 5.5.4 Diario de campo | 55 |
| 5.5.5 Validación de la información | 55 |
| Análisis estadístico..... | 55 |
| 5.5.6 Procedimiento | 56 |
| Taller | 56 |
| Implementación..... | 58 |
| 6. Programa de Jiu Jitsu..... | 60 |
| Evaluación..... | 65 |
| 6.1 Matriz de análisis de diario de campo..... | 66 |
| 6.2 Análisis e interpretación de resultados cuantitativos | 69 |
| 7. Triangulación de la información..... | 84 |
| 8. Conclusiones..... | 87 |
| 8.1 Recomendaciones..... | 88 |
| Anexos | 89 |
| Bibliografía..... | 161 |

Lista de Figuras

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Figura 1 Jiu Jitsu para el desarrollo perceptivo motriz de los niños y niñas | 34 |
| Figura 2. Cuadrantes sensoriales del niño... .. | 35 |
| Figura 3. Fases de la Investigación Acción | 47 |
| Figura 4. Test Fantástico..... | 51 |
| Figura 5. Test Ktk... .. | 53 |
| Figura 6. Prueba Piloto | 70 |
| Figura 7. Resultados de la fase inicial | 74 |
| Figura 8. Resultados fase intermedia... .. | 80 |
| Figura 9. Resultados de la fase final... .. | 82 |

Lista de Anexos

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Anexo a. Autorizaciones para la aplicación del proyecto | 90 |
| Anexo b. Diarios de Campo..... | 91 |
| Anexo c. Evidencias fotográficas..... | 131 |
| Anexo d. Evidencia de vídeo..... | 132 |
| Anexo e. Programa de Jiu Jitsu para el desarrollo perceptivo motriz | 133 |

Lista de Tablas

| | |
|-------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1. Unidad de trabajo..... | 49 |
| Tabla 2. Programa de Jiu Jitsu (12 sesiones) | 60 |
| Tabla 3. Matriz de análisis de diario de campo | 66 |
| Tabla 4. Resultados Test Ktk Prueba Piloto | 70 |
| Tabla 5. Ficha de observación..... | 71 |
| Tabla 6. Test Fantástico inicial | 76 |
| Tabla 7. Resultados Test Ktk Inicial..... | 77 |
| Tabla 8. Categorización Test Ktk | 77 |
| Tabla 9. Resultados Test Ktk intermedio..... | 79 |
| Tabla 10. Resultados Test fantástico final..... | 81 |
| Tabla 11. Resultados Test Ktk Final..... | 82 |
| Tabla 12. Resultados generales test Ktk | 83 |
| Tabla 13. Triangulación..... | 84 |

RESUMEN

Este proyecto, busca según su **Objetivo:** contribuir en el desarrollo perceptivo motriz de los niños del Centro Pedagógico Mándala a partir del Jiu Jitsu. Al desarrollar una prueba piloto se observó que un 50 % se ubicó en la categoría insuficiencia en la coordinación y el otro 50 % en perturbación de la coordinación, evidenciando que presentaban dificultades en cuanto a la capacidad y manejo de la corporalidad o esquema corporal, espacialidad, coordinación, manejo de lateralidad y equilibrio. Con ayuda de esta indagación, se aplicó el test Ktk (ver figura 5) dado que, presenta un alto nivel de veracidad demostrado en diferentes estudios, además este test permite correlacionar y establecer escalas de referencia para la población infantil. En cuanto a la **Metodología:** se utilizó un enfoque mixto que maneja los dos paradigmas, pero contempla las ventajas de cada uno. El diseño se enmarca dentro de la investigación acción reconocida por ser un método efectivo para elaborar diagnósticos concretos en torno a problemas específicos, con base en; diagnosticar, planificar, actuar y reflexionar. Como instrumentos de recolección de datos se usó el test Ktk, test fantástico grabaciones y diario de campo. **Resultados:** arrojaron que la práctica del Jiu Jitsu en estas edades genera aportes significativos en el desarrollo perceptivo motriz, físico, social y mental, mostrando que una cantidad importante de los participantes (83%) obtuvo mejoras significativas en estos aspectos.

Palabras clave: Jiu Jitsu, Desarrollo perceptivo motriz, coordinación, lateralidad, equilibrio.

ABSTRACT

This project seeks according to your **Objective:** to contribute to the perceptive motor development of children belong to the Mandala Pedagogical Center from Jiu Jitsu. In the development of a pilot test was observed that 50% were located in the category of insufficiency in coordination and the other 50% in coordination disturbance, showing that they presented difficulties in terms of the ability and management of corporality or body scheme, spatiality, coordination, management of laterality and balance. Indeed, with the aid of this inquiry, the Ktk test was applied (see figure 5) since, that it has a high level of veracity demonstrated in different studies, in addition this test allows correlational and establish reference scales for the child population. Regarding the **Methodology**, a mixed approach was used that handles the two paradigms, but considers the advantages of each one. The design is part of the action research recognized for being an effective method to elaborate concrete diagnoses around specific problems, based on; diagnose, plan, act and reflect. As data collection instruments, the Ktk test, fantastic test recordings and field diary were used. **Results:** showed that the practice of Jiu Jitsu at these ages generates significant contributions in the perceptual-motor, physical, social and mental development, showing that a significant number of the participants (83%) obtained significant improvements in these aspects.

Key words: Jiu Jitsu, Perceptual motor development, coordination, laterality, balance.

Introducción

Este proyecto de investigación busca contribuir en el desarrollo perceptivo motriz de los niños del Centro Pedagógico Mándala, a partir del Jiu Jitsu, dado que al desarrollar una prueba piloto (Ver figura 5) se observó que un 50 % se categorizó en insuficiencia de la coordinación al presentar dificultades en cuanto a la capacidad y manejo de la corporalidad o esquema corporal, el otro 50% mostraba tener perturbación en la coordinación, referida a su espacialidad, manejo de lateralidad y equilibrio. A partir de esta indagación, se determina el estado inicial de los niños para posteriormente aplicar una prueba inicial, intermedia y final.

De igual forma, mediante observación directa se determina que los hábitos de vida no están en las mejores condiciones, por lo que se opta por aplicar el test fantástico en el que se evalúa de forma inicial y final los distintos componentes físicos, sociales y psicológicos del niño al tener en cuenta la participación de sus padres de familia.

A partir de este diagnóstico, se determinó una problemática real de esta población que incide en su desarrollo perceptivo motriz, capacidad de control corporal, ritmización entre otras problemáticas. Además, por factores relacionados al confinamiento, no se encuentran asistiendo de forma habitual a la escuela a causa del COVID-19 lo que genera que no se impulse una rutina de ejercicios en casa que les permita mejorar dichas falencias. Por lo que se hace necesario dar una respuesta a través de 12 sesiones pedagógicas de un programa de Jiu Jitsu que de forma estratégica permitieron favorecer el desarrollo de capacidades y habilidades perceptivo motoras.

Pues además de concebir un pensamiento diferente acerca de las artes marciales mixtas

como disciplinas formativas, el Jiu Jitsu facilita actuar en defensa propia y le brinda comodidad al cuerpo, permitiendo determinar las transformaciones dentro del desarrollo perceptivo motriz de los niños. También, al adoptar estas actividades, como herramienta principal de aprendizaje, se complementan otros aspectos, tales como; un desarrollo saludable del sistema cardiorrespiratorio y músculo- esquelético, liberación de toxinas, mayor rendimiento corporal y mantenimiento de un peso adecuado.

A grandes rasgos, el proyecto se desarrolla teniendo como objetivo general contribuir en el desarrollo perceptivo motriz de los niños del Grado Forjadores del Centro Pedagógico Mándala, a partir del Jiu Jitsu, del cual se generan objetivos específicos orientados a desarrollar las 4 fases del diseño metodológico enmarcadas en diagnosticar, planear, implementar y evaluar los aportes del proyecto de manera puntual.

Con respecto a la metodología, se usó la investigación- acción, de acuerdo con Jaimes & otros (2018) “detecta el análisis del problema a conveniencia del investigador. Posteriormente, mejora y transforma la problemática con el fin de buscar una solución de la misma. Se busca, ante todo, profundidad y calidad, más no cantidad, usualmente, se seleccionan pocos casos, en forma intencionada, para profundizar en la problemática específica”

Desde esta perspectiva, se utilizó un enfoque mixto con predominancia cualitativa, que como acota Sampieri (2003) “requiere de un manejo completo de los dos enfoques y una mentalidad abierta. Agrega complejidad al diseño de estudio; pero contempla todas las ventajas de cada uno de los enfoques” p.21 cabe aclarar que se lleva a cabo bajo la

perspectiva de alguno de los dos enfoques, conservando componentes del otro De igual forma, la línea a la cual se inscribe el proyecto es la Línea de Investigación, Actividad Física pertinente a la Maestría en Pedagogía de la Cultura Física.

Con base en los resultados se establece que, la ejecución de este proyecto contribuyó al desarrollo de habilidades perceptivo motrices de los niños, al favorecer un buen estado de salud, aumentando las habilidades coordinativas, de equilibrio, laterales y de espacialidad. Evidenciando que un 90% de la unidad de trabajo se posicionó en la categoría de; muy buena coordinación mientras que en la fase inicial un 63% se posicionaba dentro de la categoría de insuficiencia en la coordinación y un 37 % en perturbación de la coordinación.

A manera de síntesis, se señala que el proyecto tuvo una secuencia de pasos en su desarrollo iniciando por la formulación del objetivo inicial y los específicos, el desarrollo metodológico se enmarcó en un tipo de investigación acción dando paso a los instrumentos de medición por los que se dieron a conocer los resultados.

1. Problema

1.1 Planteamiento del problema

La idea subyace de una práctica pedagógica, en la que como profesor del área de Educación Física al aplicar el Test KTK (ver figura 5) como prueba piloto se observa que un 50 % de los participantes se categorizaron en insuficiencia en la coordinación y un 50 % en perturbación de la coordinación, lo que evidenció que tenían problemas en su percepción, control corporal y espacial elementos que derivan del desarrollo perceptivo motriz, además de demostrar que no lograban seguir un ritmo y no poseían buenas habilidades coordinativas además de dificultades en su lateralidad.

Adicional a esto, se evidencia una falta de consistencia en los hábitos de vida saludable, razón por la cual se toma en cuenta el Test Fantástico como instrumento de medición para relacionar los campos sociales, físicos, nutricionales, deportivos, personales y psicológicos con dicho diagnóstico.

Ahora, tal como indica Villa (2019) “los problemas perceptivo motrices en la infancia tienen una prevalencia de un 5-8% de la población infantil. Afectando a niños que no presentan ningún déficit cognitivo aparente, pero que muestran un desarrollo motriz deficiente para su edad con limitaciones y dificultades para la realización de actividades cotidianas” adjunto a esto como afirma Correa & Otros (2011) “un bajo nivel de desarrollo perceptivo indica dificultad en la percepción del mundo que rodea al niño”.

También, los niños presentan dificultades en su entorno, poseen malos hábitos nutricionales y pocas horas de ejercicio en casa, en cuanto a la capacidad y manejo de la corporalidad o esquema corporal, espacialidad, coordinación, manejo de lateralidad y equilibrio se evidencian grandes falencias, con respecto a esto Martín (2014) afirma que “los problemas motrices, si no se atienden a tiempo, son generadores de otros problemas que se van acumulando y que van limitando las oportunidades de un desarrollo saludable” bien se entiende que, aunque los niños están en un proceso natural de acoplamiento, es importante concebir que las etapas educativas de Infantil y Primaria, son fases sensibles para estimular dichos aspectos.

Tal como afirma Farreny (2017) “es a través del movimiento, de la acción, de la experiencia, de la organización espacio-temporal, del contacto del propio cuerpo con otros cuerpos y objetos como el niño aprende a interiorizar el aprendizaje” (p. 9) de allí, que asimile de mejor forma los conocimientos por medio del movimiento, optando en este caso por el Jiu Jitsu como un deporte formativo visto como algo placentero y no como algo obligatorio y permitiendo que sea partir del cuerpo e interacción con el movimiento que el niño se vincule al mundo y a la realidad recreando la cotidianidad, relacionándola con su desarrollo y mejorándola en una forma crítica en donde el niño no es un actor pasivo.

1.2 Formulación del problema

¿Cómo evaluar los aportes en el desarrollo perceptivo motriz de los niños del Grado Forjador del Centro Pedagógico Mándala a partir de un programa de Jiu Jitsu?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Evaluar los aportes en el desarrollo perceptivo motriz de los niños del Grado Forjador del Centro Pedagógico Mándala a partir de un programa de Jiu Jitsu.

1.3.2 Objetivos específicos

- Medir el nivel de desarrollo de las capacidades perceptivo motrices de los niños del Grado Forjador del Centro Pedagógico Mándala.
- Diseñar e implementar un programa basado en el Jiu Jitsu para el desarrollo de las capacidades perceptivo motrices de los niños del Grado Forjadores del Centro Pedagógico Mándala.
- Verificar los aportes del programa de Jiu Jitsu en el desarrollo perceptivo motriz de los niños del Grado Forjador Centro Pedagógico Mándala.

2. Categorías

2.1 Jiu Jitsu

2.1.2 Estilos de vida saludable

2.1.3 Desarrollo perceptivo motriz

3. Justificación

En la propuesta se busca tomar el Jiu Jitsu más como un juego que como un deporte, para que los niños y niñas estén siempre dispuestos a su práctica y sea motivante por sí sólo, Llorente (2000) constata que “el proceso de iniciación deportiva debe hacerse de forma paulatina y acorde con las posibilidades y necesidades de los individuos” para los niños es importante trabajar de forma gradual y sencilla para adquirir un aprendizaje significativo.

Se toma al Jiu Jitsu como estrategia principal, para que poco a poco el niño cree conciencia acerca de las capacidades de su cuerpo y tenga en cuenta los obstáculos que genera en su desarrollo perceptivo motriz y saludable el no mejorar sus habilidades de coordinación, espacialidad, equilibrio y ritmo.

El Jiu Jitsu emprendería una mejora en las capacidades perceptivo motrices, porque al estar inmerso en la auto - disciplina y auto – concepción los niños logran adquirir una mejor condición en su desarrollo, tal como lo confirma Castelli (2015) en su estudio Scientific Study about Positive Effects Of BJJ On Children in UAE Schools “los resultados ofrecieron una fuerte evidencia de que la práctica de BJJ en niños tuvo una influencia positiva en el desarrollo de las funciones sensoriales y neuronales, específicamente el control corporal” es

decir que desde esta práctica, en el niño se mejoran diversos aspectos de su vida, principalmente físicos y a su vez sociales y familiares al infundir en ellos la importancia de practicar un deporte que les permita aprender de forma autónoma y sea significativo para su desarrollo.

Por medio de esta práctica se impulsa el desarrollo perceptivo motriz del niño, tal como expresa Camerino (2010) “se refiere al conjunto de capacidades directamente derivadas y dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central” P.1 es decir la corporalidad o esquema corporal, espacialidad, temporalidad y derivados de estas como la coordinación, lateralidad, ritmo y equilibrio los cuales, no se enfocan adecuadamente en el ambiente escolar, debido a la poca importancia que se les da dentro del desarrollo integral del niño.

Es por esto que, la realización de talleres de Jiu Jitsu siguiendo a Castelli (2015) “ayudaría a los niños a tener más control de sí mismos además de ser mucho más capaces de concentrarse en la tarea en cuestión, sin olvidar lo que está en su entorno” también este autor afirma que “se encontró que en el BJJ para niños las ganancias en el tamaño del efecto cognitivo eran superiores al promedio de otras formas de ejercicio físico”

Bien se entiende que a partir de esta práctica se potenciaría el desarrollo perceptivo motriz del niño, la motricidad gruesa y las habilidades sensoriales, corporales y de expresión, por medio de ejercicios, que de igual forma influyen en su entorno al permitirles mejorar sus condiciones de vida, encaminándolas a ser más saludables, creando conciencia sobre su cuerpo como instrumento armonioso y propiciando vínculos de amistad con sus familias y amigos al impulsar dicha iniciación deportiva, en medio de la pandemia y brindar una sensación de seguridad en su ser y persistencia para lograr obtener de la derrota un

aprendizaje y seguir experimentando hasta la victoria.

Añadido a lo anterior, es pertinente no desvalorizar las emociones del niño en medio de esta práctica debido a que entrelazan lo cotidiano entre razón y emoción, como afirma Maturana (2011) “son disposiciones corporales dinámicas que definen los distintos dominios de acción en que los niños y niñas se mueven; cuando un niño o niña cambia de emoción, cambia de dominio de acción” (p.36) esto permite que el niño se haga partícipe de un vínculo social y se muestre como actor, constructor y participante de su propio aprendizaje en relación con su entorno y consigo mismo.

Por lo anterior, el Jiu Jitsu abordado como deporte formativo para la infancia, desde la experiencia como docente y deportista, busca que el niño logre un buen desarrollo perceptivo motriz unido a su identidad y autonomía; al generar reflexión frente a los momentos del descubrimiento del saber, por medio de su perspectiva motriz corpórea, lo que genera una preocupación de ellos mismos y de los otros a su alrededor.

También, es significativo trabajar mancomunadamente habilidades corporales, físicas y sociales, para determinar a través de que procesos físico- pedagógicos se puede aportar a que los niños mejoren su capacidad de adoptar una disciplina diferente y a su vez crear lazos sociales y éticos con sus pares. La escuela es el lugar propicio para generar de manera agradable y dinámica acciones conducentes a dicho desarrollo.

Ahora bien, las actividades propias del programa de Jiu Jitsu son lúdicas y están enfocadas

a desarrollar la disciplina, coordinación, estabilidad y preparar la mente y el cuerpo del niño para las etapas posteriores al entrenamiento, entendido como un espacio en donde los niños logran retarse constantemente y adquieren habilidades para resolver problemas dentro el ámbito educativo y familiar.

Añadido a lo anterior, según Cox (1993) “se ha informado de una variedad de estudios sobre el impacto positivo de la práctica de las artes marciales tradicionales en la salud psicológica y el desarrollo personal de los participantes” por ejemplo en el Jiu Jitsu no existe un límite entre ganador y perdedor, lo ideal es llegar a una auto superación y autocontrol al seguir luchando y a su vez poder en este caso estimular el desarrollo y control perceptivo motor, desde una actividad dinámica y entretenida que le brinda comodidad y capacidad de propiocepción, interocepción y exterocepción al niño denotando las habilidades recíprocas que se adquieren a través de este deporte, pues la mayoría de deportes que se trabajan en la infancia son tradicionales y se manejan de una forma competitiva, contrario a lo que pretende esta disciplina, pues allí se busca priorizar el trabajo en equipo e interés por las otras personas al realzar valores y mejorar la convivencia entre quienes lo practican.

Así mismo, es en estas edades (8-9 años de edad) en las que los niños están más propensos a adquirir una serie de patrones y conductas que no son favorables para su desarrollo motriz, tales como, sedentarismo, agresividad, ejecución incorrecta de movimientos durante la actividad física. Lo cual al no ser resuelto a futuro puede proyectar en el niño desmotivación por su desarrollo perceptivo, espiritual, psicológico y social, posicionándolo en situaciones difíciles que traerán consecuencias al desarrollo normal de su vida.

3.1 Marco Referencial

3.1.1 Antecedentes

Estos proyectos, se enfatizan en la formación de habilidades perceptivo motrices, estrategias y prácticas del Jiu Jitsu, desde el punto de vista educativo y pedagógico, además de algunos artículos, proyectos de grado, documentos y tesis relacionados con estilos de vida saludables en niños, tales como;

3.1.2 Internacionales

El proyecto de Pozo (2010) “Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices en la edad escolar” desarrollado en la ciudad de España y cuyo objetivo es reunir opiniones de diferentes autores con la intención de desarrollar el marco teórico que rodea a las capacidades perceptivo- motrices en el ámbito de la Educación Física escolar, aporta en gran medida al desarrollo de este proyecto al permitir analizar y relacionar los diferentes conceptos y teorías que encierra el desarrollo perceptivo motriz en niños. Con respecto a su metodología este autor hace una recopilación de teorías direccionándolas desde 10 puntos importantes; capacidades perceptivo motrices, esquema corporal, espacialidad, temporalidad, lateralidad, ritmo, estructuración espacio- temporal, equilibrio y coordinación, incluyendo a autores como Le Bouch, Castañer, Camerino y Piaget entre otros, para construir un compilado apropiado de este tema, dentro de dichas definiciones se toman las siguientes:

Este autor afirma, que las capacidades perceptivo-motrices denominadas también capacidades perceptivas psicomotrices incluyen la corporalidad o esquema corporal, espacialidad, temporalidad y de estas básicas surgen, la lateralidad, el ritmo, la estructuración

espacio-temporal, el equilibrio y la coordinación. Con el análisis de esta investigación, se entiende que el desarrollo perceptivo motriz también incluye el reconocimiento y control del cuerpo, como afirma Picq y Vayer (1973) dentro de la misma investigación “la educación del conocimiento y control del propio cuerpo se realiza en torno a dos niveles; conciencia y conocimiento corporal: En el que el niño aprende a conocer las diferentes partes del cuerpo, a diferenciarlas y a sentir su papel y control corporal: en el que se le permite al niño llegar a la independización de sus movimientos y a la disponibilidad de su cuerpo con respecto a la acción”

Dentro de los resultados se asevera que en la infancia se debe prestar especial atención a el Cuerpo: imagen y percepción de Habilidades Motrices y perceptivo motrices, no sólo desde los docentes del área de educación física, en general se confirma que estos conceptos son de vital importancia para el desarrollo físico y saludable del niño por lo que se debe hacer una revisión y ampliación teórica constante.

Ahora bien, se toma la investigación de Theeboom (2009) “Experiencias de niños en artes marciales” cuyo objetivo es recopilar datos con respecto a las experiencias de los niños y la opinión de su propia participación en las artes marciales, motivos de participación, experiencias de entrenamiento, competición y efectos sobre el comportamiento. Utilizando un enfoque cualitativo bajo el consentimiento de los padres y participantes para analizar por medio de entrevistas semi estructuradas a 23 niños y 17 niñas de entre ocho y doce años el impacto que genera en su desarrollo físico, psicológico y emocional practicar y aprender a través de la práctica de un arte marcial.

Aplicando una prueba piloto, que consta de diez entrevistas con niños involucrados en las

artes marciales, en las que los resultados arrojan que la mayoría de los niños (29) indicó que ser capaz de defenderse de los demás es una razón importante para practicar un arte marcial.

Aunque algunos niños (4) se refirieron a la autodefensa real contra las agresiones físicas, (25) consideraron su participación en las artes marciales como una forma de resistir el acoso de sus compañeros en la escuela.

Este proyecto aporta al desarrollo de la propuesta, debido a que relaciona los efectos de un arte marcial sobre distintas áreas del desarrollo físico, perceptivo y social del niño, además de atribuirle a las diferentes artes marciales, dentro de ellas el Jiu Jitsu un potencial capaz de desplegar modificaciones positivas para los niños, así como promover aparte de condiciones físicas saludables, conductas positivas frente a los demás y a el mismo a través de su práctica.

Por otra parte, se toma el proyecto de Erasmus & otros (2012) “El efecto de un programa de intervención del desarrollo perceptivo motriz para mejorar la preparación para el aprendizaje de los estudiantes de grado r” llevado a cabo en Sudáfrica, el cual se plantea como objetivo general; medir el efecto de un programa de intervención del desarrollo perceptivo motriz en la preparación escolar.

Para la que se toma como muestra un total de 48 niños, de la escuela del quintil 1, 21 niños (10 niños y 11 niñas) y de la escuela del quintil 2 (11 niños y 16 niñas). Sus edades variaban de entre 5 y 9 años. Como instrumento de medición el autor, utiliza la prueba grupal de preparación escolar de Le Roux, la cual consta de ocho intentos con subdivisiones en las que se puede obtener puntuaciones de 0 a 5, el total máximo es 75 y según esta prueba los niños de entre cinco y nueve y medio años de edad deben alcanzar entre 54 y 59 puntos como nivel mínimo de preparación escolar. Los procedimientos seguidos fueron: Pre prueba, Intervención,

Prueba final.

Allí se obtiene como resultado que existe una conexión entre la estimulación que reciben los niños y el nivel de desarrollo perceptivo motriz y preparación escolar, por lo que los autores afirman que es fundamental que se aborden con urgencia dichas problemáticas.

Este proyecto, ayuda a entender el verdadero sentido de la percepción al definirla como “un principio básico en la motricidad consciente e inteligente” además de resaltar la relación que tiene con el entorno en el que se desenvuelve el niño, si bien afirma un mal ambiente imposibilita su adecuado desarrollo escolar, también resalta que el buen manejo, entendimiento y aplicación de actividades enfocadas en el desarrollo motriz en la escuela, es escaso, por lo que esta falta de estimulación de dichas habilidades relacionadas con el esquema corporal, la relación que tiene con el espacio, el tiempo, los objetos, la coordinación y el ritmo, no permite que se le brinde al niño una verdadera oportunidad de aprendizaje corporal.

3.1.3 Nacionales

La tesis de Correa & Otros (2011) “Herramientas Didácticas para potenciar las capacidades perceptivo motrices y socio motrices en niños en edad Escolar” que se desarrolla en la ciudad de Medellín-Colombia, se plantea como objetivo, potenciar las capacidades perceptivo motrices y socio motrices en niños de edad escolar entre los 9 y 12 años, a través de expresiones rítmico danzarías que amplíen su bagaje motriz y por ende enriquezcan su desarrollo integral.

Con respecto a la metodología, los autores siguen las técnicas de instrucción directa y las técnicas indirectas o de indagación; aclarando que ambas son compatibles e interesantes en la aplicación del contexto educativo. Además, recomiendan el método cariz no directivo para

aplicación educativa. Descrito dentro de la tesis como aquel que ofrece la oportunidad a los participantes tomar conciencia de su desempeño y encontrar por sí solos los caminos necesarios para el mejoramiento, por lo que los autores aplican una batería de talleres direccionados con esta forma de enseñanza, en los que obtienen como resultado, que la danza si aporta significativamente al desarrollo perceptivo motriz y socio motriz.

A pesar de enfocarse en la danza, esta tesis aporta al desarrollo del proyecto al destacar los beneficios en los niños de tener un buen desarrollo perceptivo motriz, afirmando que; se mejora el movimiento en el niño permitiéndole hacer diferentes acciones más fácil y rápido, ayuda a ordenar, armonizar y economiza el movimiento, contribuye a la capacidad neuromuscular logrando reacciones precisas y aporta al movimiento coordinado básico en la iniciación deportiva, además del reconocimiento y la representación mental de las acciones y habilidades.

También, permite entender la necesidad de explorar y mejorar en la infancia el campo perceptivo motriz y socio motriz, al ofrecer un amplio conocimiento acerca de las posibles herramientas o estrategias pertinentes que impulsarían este desarrollo.

Se resalta, que un bajo nivel de desarrollo perceptivo indica dificultad en la percepción del mundo que rodea al niño, al mencionar que “cuando se contamina o altera la percepción del mundo exterior se generan problemas emocionales como baja autoestima, comportamiento agresivo o desmotivante que se refleja en las acciones físicas y aprendizajes motrices y sociales del estudiante”

Es decir que el contexto del niño se ve estrictamente relacionado con sus acciones y aprendizajes, dado que un ambiente negativo que involucre malos hábitos de vida tales como

inactividad física, mala nutrición, malas relaciones familiares y personales influye directamente no solo en su desarrollo perceptivo motriz, también desestabiliza su desempeño social y personal.

Además, ayuda a comprender la importancia del sistema nervioso en el desarrollo perceptivo infantil y todo lo que esto implica, aseverando que para poder evaluar con propiedad la propiocepción y percepción se debe conocer a profundidad el desarrollo a través del ciclo vital humano del sistema nervioso y su relación con la respuesta funcional del organismo, en relación con el desarrollo coordinativo, el sistema vestibular, las características genéticas y habilidades o falencias que pueda presentar un niño en este aspecto.

Por otra parte, el proyecto de Campo (2017) “Estilos de vida saludables de niños, niñas y adolescentes” desarrollado en la ciudad de Barranquilla - Colombia tiene por objetivo describir los estilos de vida saludables de niños, niñas y adolescentes de Barranquilla, a partir de un estudio descriptivo de corte transversal en 991 niños y adolescentes con edades entre 7 y 17 años, provenientes de 16 escuelas públicas.

Los instrumentos de recolección de información fueron: el Cuestionario de Actividad Física para Adolescentes (PAQ-A) el Cuestionario de Actividad Física para niños escolares (PAQ-C) y el cuestionario de Geldhof, los resultados arrojan que el 65,4 % se categoriza como inactivos físicamente. Solo el 14,7% de los estudiantes reconoce que el peso máximo del bolso es el 10 % de su peso corporal; el 34,1 % cambia el cepillo de dientes cada 3 meses, como lo recomiendan los expertos, y 48,4 % se cepilla los dientes entre 2 y 3 veces al día. El 16,6 % no se lava las manos antes y después de ir al baño y 9,4 % no lo hace antes y después de las comidas; el 17,5 % no tiene un buen consumo de verduras y frutas y se encontró un

Índice de “bullying” en el 55,6% de los participantes.

Este proyecto permite analizar el estilo de vida de los niños, teniendo en cuenta aspectos físicos, sociales, de nutrición y relacionados con la actividad física, si bien la mayoría de la población escolar, en este estudio presenta niveles adecuados de las principales variables que conforman los estilos de vida, es fundamental enfocarse en las falencias marcadas principalmente por la falta de actividad física o adecuada iniciación deportiva lo que demuestra la necesidad de crear estrategias pertinentes que den respuesta a dichos problemas.

Por otra parte, es oportuno al relacionar la iniciación deportiva con los estilos de vida saludable para niños, describiendo la importancia de realizar actividad física contante que le permita al niño potenciar sus habilidades físicas y sociales.

También, se incluye el proyecto de López (2018) “Propuesta didáctica para la estimulación de las capacidades perceptivo-motrices a partir de actividades rítmicas en el grado 202 del colegio Nueva Constitución, en el área de educación física” desarrollado en la ciudad de Bogotá Colombia, que se propone; determinar cómo las actividades rítmicas intervienen en la estimulación de las capacidades perceptivo-motrices en los estudiantes del grado 202 del Colegio Nueva Constitución.

Dentro de su diseño metodológico se utiliza la investigación acción bajo un modelo constructivista, como instrumentos se aplican el Test de lateralidad, Prueba de equilibrio en T, Test de ritmo de Mira Stamback y Test de coordinación de forma inicial y final, además de una unidad didáctica de 12 sesiones en las que con base en el autor “se buscó que los estudiantes aprendieran y desarrollaran capacidades perceptivo motrices desde lo fácil a lo complejo, pasando por tres etapas; fase de adaptación, fase de afianzamiento y fase de

evaluación”

Finalmente, en sus resultados se evidencia que los participantes, aunque en un principio tenían fuertes dificultades en el aspecto de las capacidades perceptivo-motrices y se pudo concluir que la falta de espacios tanto en el colegio como en el hogar disminuía el avance y desarrollo de dichas capacidades, en las pruebas finales fueron capaces de reconocer todas las posibilidades de movimiento de su cuerpo y lograron comunicarse y mejorar su aprendizaje corporal.

Esta investigación, brinda un punto de vista diferente acerca del desarrollo perceptivo motriz infantil, pues permite ver que para el niño es necesario encaminarse a conseguir el dominio y control del propio cuerpo hasta lograr una interrelación entre mente, cuerpo, sensación y acción.

Además de resaltar el desarrollo perceptivo y el movimiento como un aspecto necesario en la vida infantil que aporta al descubrimiento del cuerpo como fuente de sensaciones, que le permite la exploración de las posibilidades de acción.

3.1.4 Regionales

Se toma la tesis de Chaparro (2020) “La educación física en básica Primaria” desarrollada en la ciudad de Tunja-Boyacá que propone como objetivo, identificar la presencia de una desvalorización de la asignatura de la Educación Física desde lo institucional. Dentro de su metodología reúne una serie de teorías y conceptos desde el plan de estudios y centralización de las instituciones, al cumplimiento de objetivos en esta asignatura, relacionando conceptos de educación física, actividad física, ejercicio y estilos de vida saludable al afirmar que falta

unificación de los mismos, debido a que se utilizan términos como; ejercicio físico, gimnasia, actividad física como sinónimos cuando en realidad no lo son.

Por último, concluye que las formas de ejercicio y las formas técnicas, que se practican en clase de educación física de primaria deben garantizar la formación hacia la individualidad, el compartir con otros y lo fundamental conocer a fondo capacidades y potencialidades en general.

Este estudio, brinda un aporte significativo a la tesis al diferenciar y hacer énfasis en los conceptos; ejercicio físico, actividad física y educación física reconociendo que en la infancia no deben ser entendidos como lo mismo, debido que para el niño es necesario trabajar desde una iniciación deportiva que le permita practicar un deporte formativo que no suponga para él un sobre esfuerzo, al convertirse en más que una actividad divertida y con sentido, una iniciación deportiva acorde a sus necesidades e intereses.

También, permite ver por qué es importante relacionar la actividad física infantil con; el esquema corporal, las conductas motrices base, las conductas perceptivo motrices, temporo espaciales y la formación social, aclarando que la educación física infantil se debe revalorizar y reestructurar, de tal forma que garantice constancia en la práctica física, en la educación en salud, en la alimentación y en la interacción social.

Ahora, el proyecto de grado de Saavedra (2017) “Caracterización de la coordinación dinámica general de los estudiantes de 5-12 años de las escuelas rurales pertenecientes a la Institución Educativa Técnica San Bartolomé del Municipio de Sutatenza – Boyacá” tiene por objetivo caracterizar la coordinación dinámica general de los estudiantes, al tomar como muestra 20 niños y niñas de entre de 5-12 años.

Dentro de los instrumentos de recolección se utiliza la técnica de observación directa al aplicar el Test Ktk y un cuestionario estructurado a los docentes, padres de familia y alumnos de las diferentes sedes rurales. La metodología que se aplica es la investigación no experimental ya que principalmente se observa y se evalúa el fenómeno tal y como se manifiesta en la aplicación del test Ktk, además de un enfoque mixto. A partir de esto, se obtiene en los resultados del Test ejecutado en 4 fases, que la mayoría de niños no posee buena coordinación posicionándose entre perturbación en la coordinación y coordinación normal para su edad.

Este proyecto brinda un aporte interesante a la tesis, debido a que permite evidenciar el alcance y confiabilidad del test Ktk para evaluar y mejorar procesos perceptivo motrices, tales como la coordinación, espacialidad, lateralidad y equilibrio, al afirmar que ayuda a identificar y diagnosticar a niños con dificultades de movimiento y coordinación entre los 5 y los 14 años.

Además, aclara que según Torralba (2014) “tiene un nivel de confiabilidad del 90% ($r=0,90$) a partir de la correlación test/re-test con la participación de 1.228 niños en edad escolar alemanes sin discapacidad

Por otro lado, permite ver que en los niños de estas edades son prevalentes los problemas en el sistema perceptivo motriz en especial en aspectos de coordinación, lateralidad y equilibrio. Por lo que es oportuno investigar esta área.

La tesis de Roncancio (2009) “La actividad física como juego en la educación inicial de los niños preescolares” tiene como objetivo describir como los programas de educación inicial incluyen el juego como actividad física en los niños en edad preescolar de Iberoamérica

durante 1997 – 2007. Su metodología se basa en una revisión teórica tipo monografía, principalmente literatura no indexada relacionada con programas educativos que valoran acciones educativas que contribuyen al cuidado de los niños y su desarrollo.

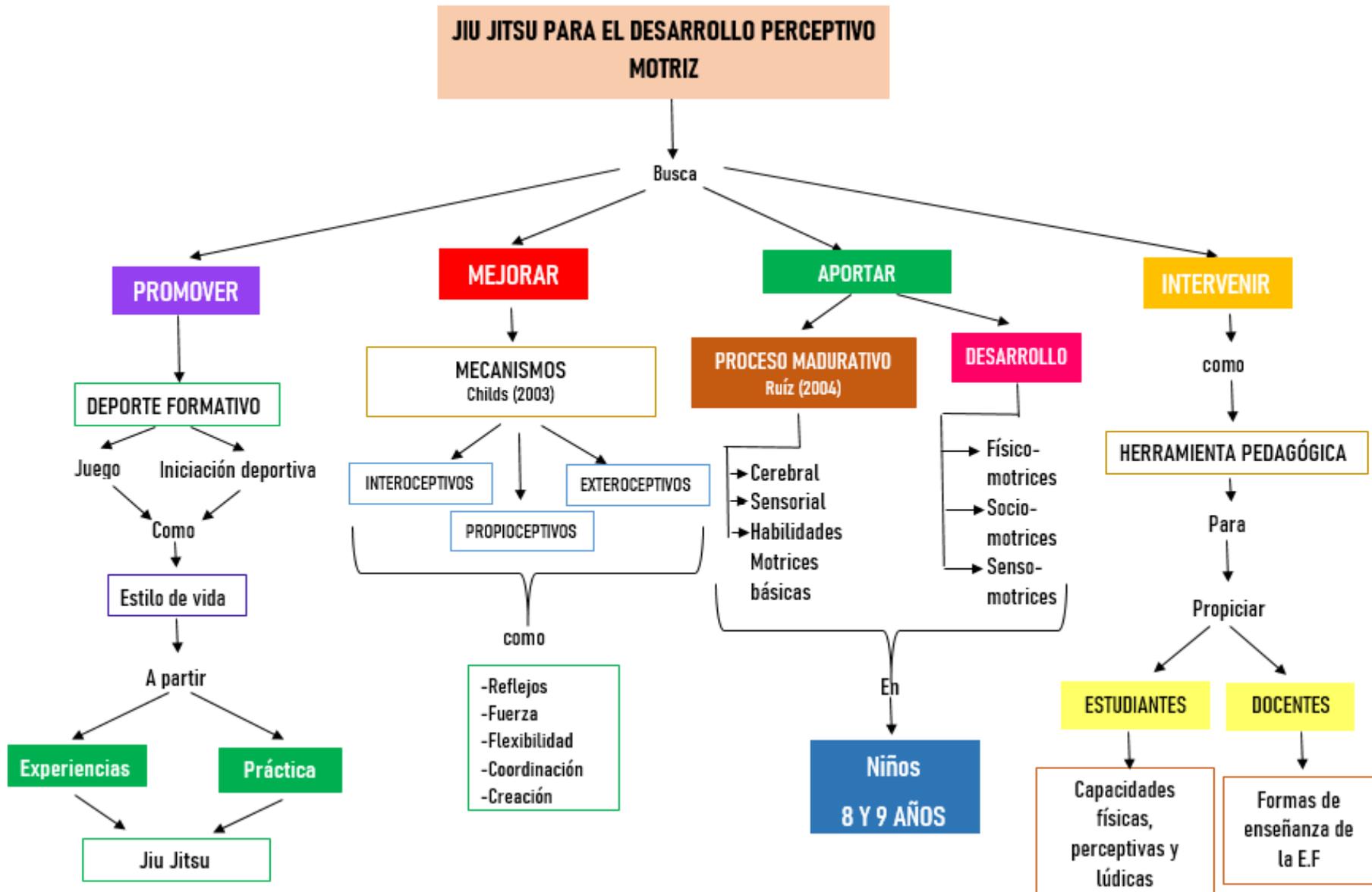
La búsqueda bibliográfica arroja un total de 203 artículos, de los cuales toma 40 artículos para la elaboración de resultados; en los que se establece que los proyectos pedagógicos de la educación inicial deben incluir de forma precisa la relación entre actividad física entendida como juego, describiendo puntualmente las acciones a desarrollar en los preescolares para la promoción del desarrollo integral.

Este proyecto permite entender que, el deporte como juego en la educación inicial, aborda aspectos como; desarrollo físico, desarrollo perceptivo motriz, desarrollo social, desarrollo psicológico, desarrollo de la inteligencia, desarrollo de la personalidad y desarrollo moral.

Además, dentro del proyecto se cita a Susan (2008) quien habla acerca de “las alteraciones en el niño, basadas en la conducta y percepción” convirtiéndose la iniciación deportiva en una herramienta imprescindible para su área de trabajo. Por lo que, esta tesis aporta una amplia comprensión acerca del uso y la importancia del deporte en la infancia, respondiendo a nuevas herramientas pedagógicas, para educar el cuerpo y la mente de los niños.

Figura 1. Jiu Jitsu para el desarrollo perceptivo motriz, este mapa representa las categorías y subcategorías a desarrollar en el proyecto, con base en lo que proponen; Childs (2003) Ruíz (2004)

3.2 Marco conceptual



Para fundamentar la teoría de este proyecto de investigación, se toman los siguientes autores; Vidal (2017) afirma que “el jiu-jitsu es un deporte de combate que tiene la intermitencia como elemento central; en otras palabras, las acciones de intensidad alta, moderada y baja se intercalan durante las sesiones de combate, lo que requiere un alto nivel de acondicionamiento para apoyar niveles óptimos de rendimiento durante el tiempo total de enfrentamiento”.

Además, Veccio (2007) acota que “los atletas de este deporte comienzan a pelear desde una posición de pie, pero la mayor parte del combate se lleva a cabo en el terreno. El objetivo es hacer que el oponente abandone el combate mediante rendición, al realizar (bloqueos de muñeca, codo, rodilla y tobillo) o técnicas de presión”

Ahora bien, Araiza (2015) menciona que “el Jiu Jitsu promueve el concepto que un individuo pequeño y ligero puede defenderse exitosamente de un oponente más grande y fuerte mediante el uso eficaz de la técnica, llevando el enfrentamiento al suelo aplicando sumisiones para someterle” (p.1) añadido a esto, en la infancia, es un deporte reciente en el que no prima la violencia física, sino se muestra como una práctica participativa en donde el niño y la niña se relaciona con los demás dentro de un espacio de juego de forma armónica y eficaz, por medio de ejercicios sencillos.

Para ello, sus técnicas permiten actuar en defensa propia y le brindan comodidad al cuerpo del niño y la niña a la hora de moverse; en este se trabajan agarres, derribes, giros y llaves de bloqueo, conociendo y respetando los límites del cuerpo del otro. Además, es reconocido a nivel mundial como arte suave. Según Corral (2008) “fue impuesto en Itaipava Brasil por, la familia Gracie, usado como defensa en las artes marciales mixtas inicialmente

por el maestro Gastón Gracie” precursor de la primera academia especializada en esta disciplina en Latinoamérica a finales del siglo XIX.

Unido a lo anterior, el Jiu Jitsu como deporte en la infancia, apoya el desarrollo perceptivo motriz del niño y la niña, el cual se da a través del contacto, la experimentación y el movimiento libre en el entorno dado que, el ser deportista de alto rendimiento, es un término que en la infancia todavía no se manifiesta, pues el cuerpo del niño está encaminado más hacia el aprendizaje y adquisición de habilidades de pensamiento por medio, de movimientos, actividades y juegos que desarrollen y potencien su esquema motor.

Aunque en el Jiu Jitsu los métodos y técnicas varían, lo que se busca es que los niños aprendan sin necesidad de seguir una norma estricta, sino guiándose más por la parte significativa del juego. Para lograr lo anterior, es necesario que el niño entienda la relación que existe entre cuerpo y mente y como se ve influenciada la interacción con los demás y el aprendizaje a partir del movimiento.

En este punto, es pertinente referirse al deporte como mucho más que la simple actividad física, si se enseña de una forma apropiada y acorde a los intereses del niño puede convertirse en un hábito vital y favorable. De allí que, se busque trabajar el Jiu Jitsu como deporte innovador, dinámico y enriquecedor en el proceso y desarrollo perceptivo e incluso para el buen desarrollo en la parte social del niño y la niña.

Con este deporte se busca estimular el desarrollo y control perceptivo motor del niño y la niña, quien es el encargado de cumplir la función de brindarle al cuerpo una buena integración sensorial, denotando habilidades recíprocas que se adquieren a través del juego, siguiendo a Díaz (1999) “esta relación entre aprendizaje, habilidades y destrezas motrices

básicas abarca un trabajo necesario de las capacidades sensitivas y perceptivas que construyen una base cultural y motriz para edificar la motricidad del individuo”

Ahora bien, con esta disciplina deportiva, no se quiere enfocar a los niños hacia una competencia insana, contrario a esto, se busca que reconozcan su cuerpo como instrumento de comunicación y de esta forma sean capaces de manifestar sus necesidades de manera natural.

Además, es a través del Jiu Jitsu como el niño adquiere un sentido colaborativo de participación al involucrar y desarrollar patrones básicos de movimiento, entendidos como un cambio de posición o de lugar, los cuales dentro de este deporte generan tipos de desplazamiento de forma natural en el niño, permitiendo potenciar su desarrollo perceptivo motriz y teniendo en cuenta algunas posturas, técnicas y movimientos de Jiu Jitsu.

Sin embargo, para trabajar este deporte es necesario tener en cuenta otros aspectos importantes en el desarrollo deportivo del individuo, los cuales emergen desde el ámbito afectivo, cognitivo, tónico-emocional y simbólico, dado que el deporte infantil, no solo contempla lo propiamente motor, también abarca el desarrollo humano.

Ahora, aunque es relevante entender el desarrollo perceptivo motriz de los niños, también es necesario conocer la parte interna del individuo, es decir su cerebro, así como el proceso de acción y reacción a la hora de practicar este deporte, dado que el Jiu Jitsu no solo trabaja el cuerpo, también es de vital importancia sincronizar la mente para un mejor desempeño y percepción de los movimientos.

A continuación, en la Ilustración 2 se representa la integración de los cuadrantes sensoriales, que brindan una comprensión más amplia acerca de la adquisición perceptivo motriz y el aprendizaje autónomo, que se produce dentro del niño a partir de la práctica de este deporte;



Figura 2 Cuadrantes sensoriales del niño Peña (2017) afirma que, estos cuadrantes sensoriales hacen parte del desarrollo humano manifestados a través de los sistemas sensoriales: Vestibular, auditivo, visual, gustativo, olfativo, táctil, y propioceptivo.

La interacción, y la síntesis de las distintas aferencias sensoriales, observadas allí, permiten al individuo adquirir el sentido del movimiento, para obtener estas habilidades, es necesario manejar una visibilidad general extrínseca e intrínseca, en la percepción del aprendizaje significativo que adquiere incursionando de forma experimental, a partir de la realización del Jiu Jitsu como deporte formativo en la escuela, que no es la simple

conexión de aprendizaje mecánico, sino la realización de actividades participativas, educativas y activas, comprendidas en la edad inicial, como una posibilidad de mejoramiento, que conduce al progresivo descubrimiento del cuerpo como fuente de sensaciones.

En resumen, según Gómez (2008) “la exploración de las posibilidades de acción y funciones corporales, constituyen experiencias significativas necesarias sobre las que se irá cimentando el pensamiento infantil” (p.1)

Entonces, es a través del movimiento, la experiencia y las sensaciones corporales que el niño y la niña logran entender y apropiarse de un proceso de formación inmerso en una actividad física innovadora, como lo es en este caso el Jiu Jitsu pues este deporte no solo debe valorar la parte perceptiva también debe crear una relación directamente humana.

3.2.1 Artes Marciales

Según Tadesse (2016) “son generalmente conceptualizadas como métodos de autodefensa que suelen incluir y combinar aspectos físicos, estratégicos, filosóficos o tradicionales. Su origen es diverso y son habitualmente deportes de combate modificados para practicarlos con fines de recreación, ocio, deporte y formación” bien se entiende que, las artes marciales poseen una organización de sus técnicas en un sistema coherente, lo que da paso a métodos efectivos de enseñanza.

Habitualmente su desarrollo se fundamenta, en una serie de rutinas o formas que pueden ser realizadas desde la infancia a partir, de movimientos y desplazamientos esenciales para ser utilizados en diversos escenarios. Dentro de ellos se encuentra el Jiu Jitsu.

– **Jiu Jitsu.**

Según Camacho (2017) “es un sistema de combate sin armas, en donde priman los desplazamientos que brindan comodidad, ventaja y percepción de la ubicación del cuerpo en el espacio-tiempo” es decir, este deporte trabajado en la infancia potencia el conocimiento del propio cuerpo, a través de ejercicios corporales sencillos, los cuales mejoran el desarrollo de las capacidades de coordinación, potencia, espacialidad, ritmización y equilibrio.

– **Técnicas del Jiu Jitsu**

Para Jones (2012) “el jiu-jitsu es un deporte de lucha que adopta técnicas propias específicas. Es una combinación de movimientos que se desarrollan principalmente en el suelo, logrando el control posicional”.

Los atletas se dividen según sexo, edad, peso y nivel de habilidad. Se llevan a cabo divisiones separadas para aquellos que compiten con un gi (chaqueta, cinturón y pantalón) y sin el gi (Camisa y pantaloneta) bien se entiende que permite la participación tanto de niños como niñas y más que una forma violenta de defenderse es una prueba personal contra un oponente capaz de defenderse.

En general, este deporte pretende que los niños aprendan sin necesidad de verse obligados a realizar acciones propias de un deporte tradicional, el propósito es mejorar su desarrollo corporal y perceptivo a través del contacto, la experimentación y el movimiento libre en el entorno encaminado hacia el aprendizaje y adquisición de habilidades de movimiento por medio de actividades y juegos que desarrollen y potencien su esquema motor.

– **Beneficios del Jiu Jitsu**

El estudio que realiza Theeboom (2009) indica que “desde la práctica de las artes marciales, tales como Jiu Jitsu, en la infancia, se experimentan cambios positivos que tienen un efecto en la forma en que se sienten y se comportan los niños. Los datos muestran que creen que su autoimagen se transforma de manera positiva desde este deporte”

Además, investigaciones como la de Rodríguez, Evans y Galatti (2019) informan cómo “la práctica de Jiu Jitsu puede fortalecer la identidad social, aumentar el funcionamiento físico corporal y promover la transferencia y la motivación del aprendizaje, así como el autocontrol y comportamiento pro social”

3.2.2 Desarrollo Perceptivo Motriz.

Para Camerino (2010) “es el conjunto de capacidades directamente derivadas y dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central” es decir comprende las habilidades del niño que se relacionan con la autoconcepción de movimiento en torno al reconocimiento de su ubicación, manejo y control kinestésico. También las capacidades perceptivas hacen alusión a la interpretación de las impresiones de los sentidos, al trabajar la imagen postural, la organización espacial, el ritmo y la estructuración temporal. Para Vera (2014) dentro de esta temática se incluyen algunos conceptos como;

– **Funciones de Interocepción**

Es un conjunto de mecanismos que se realizan para poder vivir, por lo tanto, no pueden dejar de realizarse en el transcurso de la vida, estos se ven afectados por el movimiento (ejemplo, la respiración, el pulso y la digestión)

– **Funciones de Exterocepción**

Es un conjunto de funciones que proceden del exterior o entorno que rodea al niño y la niña, se perciben a través de los sentidos y son procesadas para atribuirles un sentido.

– **Funciones propioceptivas**

Son aquellas que nos permiten conocer el estado, situación y posición del cuerpo a nivel muscular, articular, óseo y segmentario en general. El niño logra este reconocimiento a través de la práctica de un deporte, dinámicas de juego y actividades de movimiento.

– **Psicomotricidad**

De lo anterior se desprende, **la psicomotricidad** denominada por Rodríguez & otros (2017) como “la relación que se establece entre la actividad psíquica de la mente humana y la capacidad de movimiento o función motriz del cuerpo, además del desarrollo de los movimientos que depende de la maduración y del tono” es decir que a partir del desarrollo perceptivo motriz que cobija la lateralidad, espacialidad y corporalidad surge la psicomotricidad.

– **Propiocepción**

La propiocepción, hace referencia, según Sampietro (2013) “la información aferente derivada de propioceptores localizados en el campo propioceptivo, están específicamente definidos como el área del cuerpo detectada y separada del medio ambiente por células superficiales, que contienen receptores adaptados especialmente para detectar los cambios que ocurren dentro del organismo” además, Lephart (2003) aclara que la propiocepción, “la capacidad del cuerpo para detectar el movimiento y posición de las articulaciones” (p.24)

– **Corporalidad o esquema corporal**

Le Bouch (2010) la define como “el conocimiento que se tiene del cuerpo en estático o en movimiento, en relación con sus diferentes partes y el espacio que le rodea.

Añadido a esto, Pozo (2010) quien en su artículo “Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices en la educación física escolar” cita a Camerino (2010) afirma que “una mala o deficiente estructuración del esquema corporal puede manifestarse en tres planos”;

Perceptivo; dificultad en la percepción del mundo que lo rodea.

Motor; defectuosa coordinación y torpeza.

Social; dificultad en relaciones con el medio.

– **Espacialidad**

Le Bouch (1990) afirma que “es el proceso mediante el cual se perciben, reconocen e incluso se representan mentalmente una serie de relaciones espaciales que facilitarán la relación con el entorno” para el niño y la niña se comprende como la situación relativa entre dos objetos de tipo bidimensional y tridimensional al relacionar la capacidad de orientar y organizar los datos del mundo exterior y los de la imaginación.

Además, para Piaget (2010) “dentro de la “etapa de las operaciones concretas” (8-12 años) para los niños y niñas el espacio se utiliza con precisión gráfica, trasladando los conceptos de derecha e izquierda a otros objetos y sujetos, mejorando la estructuración espacial”.

– **Lateralidad**

Pérez (2011) la define como “el predominio funcional de un lado del cuerpo sobre el otro, que se manifiesta en la utilización preferente de mano, pie, ojo y oído por el sujeto” p.3 bien se entiende, que no es una capacidad que se dispone desde el nacimiento, a medida que el niño y la niña madura, se va estructurando la utilización selectiva de una parte u otra del cuerpo.

3.2.3 Coordinación óculo-pedial y óculo manual

Según Márquez (2012) “la coordinación óculo- pedial es la manipulación de objetos con los miembros inferiores. En este tipo de coordinación existen actividades en las que se fortalece las destrezas pédicas tales cómo, conducciones, golpesos, paradas o controles y manejo”.

Por otra parte, la coordinación óculo manual para el mismo autor, es comprendida como “la destreza indispensable para el aprendizaje de ciertas tareas escolares, los ejercicios de coordinación óculo-manual y de destreza segmentaria o por partes, con estímulo visual, se orientan hacia disociaciones cada vez más fina” es decir, la mano, el tronco, y el cuerpo, por otra parte. La independecia brazo-tronco es el factor más importante de la precisión en la coordinación óculo-manual, la cual trabaja ejercicios más localizados.

3.2.4 Equilibrio

Samaniego (2020) afirma que “el equilibrio es una de las capacidades motrices, fundamentales para las actividades diarias y el aprendizaje deportivo, por lo que su fortalecimiento desde las etapas tempranas del niño redunda en un mejor desempeño físico y favorece su gusto por involucrarse en actividades no sedentarias” (p.1) es decir que le proporciona al niño, un centro de gravedad para realizar ajustes o cambios en sus

movimientos.

3.2.5 Flexibilidad

Castro (1995) la define como “la capacidad máxima de elongar un segmento muscular alrededor de una articulación o capacidad de un cuerpo de ser doblado o curvado” (p.6) bien se entiende que es un factor importante que permite tener mayor proyección al cuerpo en los movimientos en que se requiere desarrollar fuerza reactiva, tales como los saltos en profundidad (pliométricos).

3.2.6 Estilos de vida

Según Reyes (2011) “son patrones de comportamiento de las personas, influenciados por factores internos: pensamientos, emociones, conocimientos, habilidad y actitudes.

Externos como condiciones familiares, sociales, culturales y medioambientales” es decir que estos factores trabajan de forma integrada en medio de la cotidianidad, haciendo que se determine un tipo de hábito o estilo de vida específico.

En conjunto con lo anterior, la OMS (2010) define los estilos de vida “como una forma general de vida, basada en la interacción entre las condiciones y los patrones individuales de conducta, determinados por factores socioculturales relacionados con el bienestar del individuo” en efecto al hablar de estilos de vida, es importante tener en cuenta sus componentes para Lema (2009) “los principales aspectos relacionados con los estilos de vida son el estrés, sueño, orden, tiempo libre y desde el punto de vista psicosocial, las relaciones interpersonales, la nutrición y consumo o exposición a sustancias tóxicas”

– **Estilos de vida en la infancia**

Para Vega (2015) “el estilo de vida infantil comprende actitudes y valores, que se expresan en el comportamiento del niño en diferentes áreas de la vida, entre ellas, la actividad física y la alimentación. De esta forma, el ambiente social, físico, cultural, y aspectos económicos se relacionan con el estilo de vida del niño, por lo que su salud puede verse afectada con base en su ambiente” bien se entiende que un estilo de vida en la infancia se atañe en gran medida con el contexto en el que vive el niño, es así que si su círculo familiar es negativo es posible que influya de la misma manera en él.

Pese a esto Vidarte (2011) afirma que “la actividad física como herramienta eficiente para optimizar los procesos relacionados con estilos de vida saludable y disminución de factores de riesgo inherentes al sedentarismo. Representa un proceso integral social y político, que no solo abarca acciones dirigidas a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos, sino también acciones dirigidas a las cambiantes condiciones sociales, ambientales y económicas, a fin de aliviar su impacto en la salud” es decir que para lograr un estilo de vida saludable en el niño, el punto clave radica en la cantidad y frecuencia adecuada de actividad física que realice, una buena opción es el juego o la iniciación en el deporte.

Con respecto a lo anterior Cigarroa (2016) acota que “el bajo tiempo dedicado a la actividad física, el exagerado tiempo dedicado a las actividades sedentarias los malos hábitos alimentarios son conductas que se están adoptando en gran parte de la población infantil” lo que supone una situación crítica para el estilo de vida de los niños aún más en la situación de confinamiento que se vive en la actualidad, pues se ven obligados a permanecer mucho tiempo inactivos, por lo que se aumenta el uso de aparatos electrónicos y malas prácticas

alimentarias.

– **Programas**

Para Calderón (2002) “corresponden a un campo de acción cuya disciplina fundante es la pedagogía, incluyendo en ella la didáctica, por cuanto constituye un ámbito de reflexión a partir del cual se genera conocimiento propio que se articula interdisciplinariamente” bien se entiende que es un espacio de interacción en el que se pueden manipular y crear ambientes de una manera tal que se maximice la probabilidad para que los niños tengan una verdadera experiencia significativa para su desarrollo.

4. Marco Contextual

La institución está ubicada en la Carrera 18 # 23-13 en el Centro de la ciudad de **Tunja**. Partiendo del P.E.I. **El Centro Pedagógico Mándala** busca propiciar en los niños y niñas esa motivación por asistir y participar de su propio proceso de formación, por medio de aventuras, donde cada día hay un misterio por resolver, un enigma que desentrañar y una experiencia por vivir.

Ahora bien, la misión del centro educativo es “brindar un espacio, generar un bello recuerdo que se proyectará en el tiempo del desarrollo del ser humano, se desea ser esa imagen multicolor que se configura en la memoria como espacio de felicidad, de hogar, de afecto, de encuentro e interacción desarrollada y agenciada mediante una educación basada en la aventura por descubrir, indagar, escudriñar los intereses particulares de un mundo que se abre por completo en cada etapa de la vida” Mándala (2014)

La visión que propone esta escuela es: “proyectarse como una organización que encaminara todos sus esfuerzos y recursos en brindar servicios de alta calidad en los planes, programas y proyectos de los diferentes procesos de formación de la educación preescolar y básica primaria quieren consolidarse como un centro educativo especializado en la atención personalizada mediante procesos de investigación sólidos y constantes, entablando los convenios pertinentes para lograr nuestras metas” Mándala (2014)

5. Metodología

5.1 Paradigma Cualitativo

Según Gutiérrez (1996) “este paradigma destaca elementos como variables (cuantitativas y cualitativas), confiabilidad (consistencia y estabilidad), validez (libre de distorsiones), hipótesis (formulación a ser probada por la comprobación de los hechos) y grado de significación estadística (nivel de aceptación o de rechazo y margen de error aceptado)” bien se entiende que en el paradigma cualitativo, la investigación hace énfasis en el significado, la interpretación que hace el autor de su realidad, aspectos que forman parte de la vida social, cultural, histórica, física y la perspectiva holística del escenario, los participantes y las actividades como un todo.

5.2 Enfoque Mixto

Este modelo representa el grado más de integración entre los enfoques cualitativo y cuantitativo, como acota Sampieri (2003) “ambos se entremezclan o combinan en todo el proceso de investigación, o al menos, en la mayoría de sus etapas. Requiere de un manejo completo de los dos enfoques y una mentalidad abierta. Agrega complejidad al diseño de estudio; pero contempla todas las ventajas de cada uno de los enfoques” p.21

Cabe aclarar que se lleva a cabo bajo la perspectiva de alguno de los dos enfoques, el cual prevalece, conservando componentes del otro, que para el presente estudio evidencia una predominancia cualitativa y a la vez conserva los componentes cuantitativos reflejados en los resultados numéricos y porcentuales de los test.

5.3 Diseño de la Investigación

Se pretende trabajar con la Investigación acción “porque detecta el análisis del problema a **conveniencia** del investigador. Posteriormente, mejora y transforma la problemática con el fin de buscar una solución de la misma. En este sentido y en cuanto a la muestra, el interés no es generar los resultados. Se busca, ante todo, profundidad y calidad, más no cantidad, usualmente, se seleccionan pocos casos, en forma intencionada, para profundizar en la problemática específica” Jaimes & otros (2018)

El proceso es flexible e interactivo en todas las fases del ciclo. Tal como se observa en la siguiente ilustración;



Figura 3 Fases de la Investigación acción

5.4 Unidad de análisis

El Centro Pedagógico Mándala está conformado por 110 niños y niñas, quienes constituyen los grados de educación preescolar y primaria, al trabajar en jornada completa de 7:00 am a 4:00 pm los niños y las niñas proceden de familias de estratos 2 y 4. Los tipos de familia son, monoparentales y extensas es decir se constituyen solo por un miembro de la familia ya sea padre o madre y extensas compuestas por abuelos o tíos.

5.4.1 Unidad de trabajo

De los cuales se toma una muestra para la aplicabilidad de los talleres pedagógicos con base al Jiu Jitsu diseñados, de 6 niños, 3 niñas y 3 niños, del grado Forjadores que corresponde al grado Tercero, los cuales oscilan entre las edades de 8 y 9 años de edad.

Criterios de selección en tiempos de Covid 19:

- Los participantes cumplieron con los siguientes criterios de inclusión;
- Ser alumnos regulares del grado Forjadores del Centro Pedagógico Mándala.
- Contar con conectividad, con computador.
- Cumplir con el diligenciamiento del consentimiento informado.

| NOMBRE | GÉNERO | EDAD |
|---------------|---------------|-------------|
| <i>Niño 1</i> | Masculino | 8 años |
| <i>Niño 2</i> | Masculino | 8 años |
| <i>Niña 1</i> | Femenino | 8 años |
| <i>Niño 3</i> | Masculino | 8 años |
| <i>Niña 2</i> | Femenino | 9 años |
| <i>Niña 3</i> | Femenino | 8 años |

Tabla 1 Unidad de Trabajo

5.5 Instrumentos para la recolección de la información

5.5.1 Test Fantástico

Este test se formula originalmente por Wilson & otros (1984) “como instrumento de autoevaluación del estilo de vida. En la Unidad de Práctica Familiar McMaster en el Centro de Ciencias de la Salud McMaster, de Canadá en la que se determina que, a partir de 10 puntos, familiares y amigos, actividad física, nutrición, toxicidad, alcohol, sueño y estrés, tipo de personalidad, imagen interior, control y orden, se aumenta la conciencia de los participantes sobre sus hábitos de vida negativos lo suficiente como para inducir a que realmente cambien algunos de sus comportamientos”

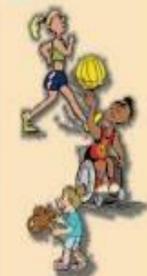
En relación con este primer modelo, se han hecho diferentes modificaciones y adaptaciones, incluso para aplicarlo en niños con supervisión y ayuda de sus padres, ese es el caso de Vélez (2012) quien afirma que este test permite “analizar la condición o estilo de vida de cada uno de los participantes” (p.228)

Además Betancourt (2015) acota que “se caracteriza por ser una herramienta breve y sencilla que cuenta con el menor número posible de preguntas y trata de ser representada en lo posible por aquellos interrogantes que implican una mayor objetividad en la respuesta; esta se ajusta a la población de estudio y por tanto se puede modificar según preferencias y lenguaje con una visión integradora que facilita conocer un panorama general” bien se comprende que instrumentos de este tipo, que tengan validez y fiabilidad, ayudan a identificar de forma rápida y objetiva los factores de riesgo y pronóstico del estilo de vida de los niños que pueden ser mejorados con la intervención. Tal como se observa en la imagen:

Figura 4 Test Fantástico

¿cómo es mi estilo de vida?

FANTÁSTICO

| FAMILIARES Y AMIGOS | ACTIVIDAD FÍSICA Y SOCIAL | NUTRICIÓN | TOXICIDAD | ALCOHOL | SUEÑO Y ESTRÉS | TIPO DE PERSONALIDAD Y SATISFACCIÓN ESCOLAR | IMAGEN INTERIOR | CONTROL DE SALUD Y SEXUALIDAD | ORDEN |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Tengo con quien hablar sobre cosas que son importantes para mí:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Yo doy cariño:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> <p>Yo recibo cariño:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  | <p>Asisto a un grupo conformado (grupos de scouts, cruz roja, deportivo, religioso, cultural o juvenil):</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>En los últimos 7 días he realizado ejercicio físico durante 30 minutos, tan intenso como para sentirme agitado/a y terminar fatigado (a):</p> <p>2 5 o más veces 1 Entre 2 y 4 veces 0 Entre 0 y 1 vez</p>  | <p>Mi alimentación diaria es balanceada* (ver hoja 2):</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> <p>Diariamente por lo menos desayuno, almuerzo y cena:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Casi Nunca</p>  <p>Con frecuencia consumo mucha azúcar, sal, grasas, mecató o comida chatarra:</p> <p>2 Ninguna de éstas 1 Algunas de éstas 0 Todas éstas</p> <p>Hago control periódico de mi peso:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> | <p> En algún momento he fumado un cigarrillo:</p> <p>2 Nunca 1 Alguna vez 0 Siempre</p> <p>Uso medicamentos sin fórmula médica:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas Veces 0 Siempre</p>  <p>Tomo bebidas que contengan cafeína: (Café, Coca Cola, pepsi, vive 100, red bull, cidan, Monster):</p> <p>2 Menos de 3 al día 1 De 3 a 6 al día 0 Más de 6 al día</p> | <p>He consumido licor en los últimos 6 meses: (cerveza, cocktail, conelazo, ron, aguardiente):</p> <p>2 0 veces 1 1 a 3 veces 0 Más de 3 veces</p>  <p>Considero que los efectos del licor son dañinos:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Las personas con quienes vivo toman licor:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p> | <p> Duermo bien y me siento descansado/a al levantarme:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> <p>Regularmente me duermo a las _____ y me levanto a las _____</p> <p>Me siento capaz de manejar situaciones estresantes y encontrar fácilmente alternativas de solución:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Me relajo y disfruto mi tiempo libre:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> | <p>Sin razón me siento molesto/a y/o enojado/a:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p> <p>Me siento de buen humor, alegre y activo/a:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> <p>Me siento contento/a con mi estudio:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Me he sentido presionado/a, agredido/a físicamente o maltratado verbalmente por parte de mis compañeros:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p> | <p> Tengo pensamientos positivos y optimistas:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Me siento tenso/a o estresado/a:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p> <p>Me siento deprimido/a o triste:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p> | <p>Asisto a consulta para vigilar mi estado de salud:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Converso con integrantes de mi familia temas de sexualidad:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Me acepto y me siento satisfecho/a con mi apariencia física o la forma cómo me veo:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> | <p>Soy organizado/a con las responsabilidades diarias:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Respeto las normas de tránsito (Cinturón de seguridad, paso por los cebras, puentes peatonales, semáforos):</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> |

(*Alimentación balanceada para mi edad:

Frutas : al menos 2 ó 3 porciones al día

Verduras: al menos 1 o 2 porciones al día

Calorías: 2 porciones con cada comida principal, arroz, papa, Plátano

Fuentes de proteínas: Al menos una porción de carnes al día como pollo o res o cerdo o pescado o sardinas o atún o huevo.

Leche y sus derivados: Al menos 4 al día cómo: leche o yogurt o queso o kumis. Entre 4 y 6 vasos de agua al día.)

Puntaje Final



x 2 :

Suma todos los resultados de las columnas y multiplica tu puntaje final por dos. Mira lo que significa tu puntaje y sigue las recomendaciones.

| | |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------|
| De 103 a 120 | Felicitaciones. Tienes un estilo de vida fantástico. |
| De 85 a 102 | Buen trabajo. Estás en el camino correcto. |
| De 73 a 84 | Adecuado, estás bien. |
| De 47 a 72 | Algo bajo, podrías mejorar. |
| De 0 a 46 | Estás en la zona de peligro, pero la honestidad es tu real valor. |

Nota: El puntaje total no significa que has fallado. Siempre es posible cambiar el estilo de vida, empezando ahora. Mira las áreas donde has tenido 0 ó 1 punto y decide por dónde quieres empezar a cambiar. ¡Buena suerte!

5.5.2 Test KTK

Este test, fue desarrollado por Kiphard y Schilling (1970) posteriormente revisado en el año (1974) su propósito es “detectar las dificultades motrices enfocadas en la coordinación, ritmo, control y percepción en niños de 5 y hasta los 14 años” por medio de 4 secciones de

trabajo, salto Monopedal (SM), salto lateral (SL), transposición (TRANS) retaguardia (RET) Vásquez (2017) acota que “este test permite valorar capacidades físicas básicas, coordinativas y habilidades perceptivas, es decir mide la dimensión motora del control global del cuerpo, también presenta un alto nivel de veracidad dado que arrojó un 0,98 de fiabilidad en relación a cada uno de los artículos revisados” además al ser aplicado en esta tesis mostró ser una fuente oportuna de recolección de la información. Tal como se observa en la imagen:

Figura 5 Test Ktk



Salto Mono pedales

El ejercicio consiste en saltar en un pie (primero con el pie hábil y luego con el no hábil) por encima de una o más placas de espuma superpuestas, colocadas transversalmente a la dirección del salto. El niño debe iniciar el salto de acuerdo con la altura recomendada para la edad de acuerdo con Schilling (1974).

6 años 5 centímetros (1 placa) 7 a 8 años 15 centímetros (3 placas) 9 a 10 años 25 centímetros (5 placas) 11 a 14 años 35 centímetros (7 placas)



Equilibrio de Retaguardia

La tarea consiste en caminar a la retaguardia sobre 3 tablas de madera con anchuras diferentes. Son válidas las 3 tentativas por cada tabla. Durante el desplazamiento (pasos), no es permitido tocar con los pies el suelo. Antes de las tentativas válidas, el niño hará un ejercicio previo para adaptarse, en la cual realiza un desplazamiento hacia delante y otro hacia atrás. Los desplazamientos se realizan por orden.

El profesor debe contar en voz alta la cantidad de apoyos hasta que un pie toque el suelo o hasta que sean realizados 8 puntos. Por ejercicio y por tabla sólo pueden ser realizados 8 puntos.



Salto Laterales

El ejercicio consiste en saltar lateralmente, con ambos pies, que deben mantenerse unidos, durante 15 segundos tan rápidamente como sea posible de un lado para otro del obstáculo sin tocar y dentro de un área delimitada. Son realizados 5 saltos como pre-ejercicio. Son permitidas 2 tentativas válidas, con 10 segundos de intervalos entre ellas. Si el estudiante toca el obstáculo, hace la recepción fuera del área delimitada y la duración de la prueba es interrumpida, el evaluador debe mandar proseguir. Si las fallas persisten, debe interrumpir la prueba y realizar una nueva demostración. Sólo son permitidas dos tentativas.

Puntuación: se cuenta el número de saltos realizados correctamente en 2 tentativas, siendo el resultado igual a su sumatoria.

Transposición lateral



Las plataformas están colocadas en el suelo, en paralelo, una al lado de la otra con una separación de 12,5 centímetros entre ellas. La tarea a cumplir consiste en la transposición lateral de las plataformas durante 20 segundos, cuantas veces sea posible. Son permitidas 2 tentativas válidas. Las indicaciones fundamentales son las siguientes: el sujeto se coloca sobre una de las plataformas, por ejemplo, a la de su lado derecho; a la señal de la partida, toma con ambas manos la plataforma que se encuentra a su lado izquierdo, para posteriormente colocarla al lado derecho; enseguida traslada su cuerpo a esa plataforma.

Se cuenta el número de transposiciones dentro del tiempo límite. El primer punto es contado cuando el alumno coloca la plataforma de la izquierda a su derecha y coloca encima de ésta los dos pies

Añadido a lo anterior, Méndez (2008) afirma que “los test pedagógicos y la realización de pruebas permite confrontar el resultado del entrenamiento” (p.1) resaltando aspectos como; datos preliminares, evidencia de avances y valoración cualitativa del resultado en correspondencia con los objetivos formulados, de forma general e individual.

5.5.3 Grabaciones de audio y vídeo

“Los medios audiovisuales, al igual que los sonoros, visuales y escritos, condicionan la visión que se tiene del mundo. Una adecuada formación audiovisual aporta a reforzar los lazos afectivos, significativos y de relación con los otros cercanos, en la medida en que los referentes que son transmitidos a través de las imágenes del vídeo serán apropiados en la vida cotidiana de muchos, desde una perspectiva crítica y selectiva, diferenciando entre la realidad y la ficción, entre sujetos, acciones y circunstancias reales” García (2011)

En este sentido se incluyen como evidencias (ver anexo c) algunas imágenes y links que redirigen a las clases realizadas (ver anexo d). Todo lo anterior con el debido consentimiento

tanto de los padres de familia como de los estudiantes. (Ver anexo a).

5.5.4 Diario de Campo

Según Ramos (2018) “el diario de campo es un instrumento que asemeja un cuaderno de navegación el cual es definido por una estructura, un registro descriptivo de lo observado y un análisis de lo registrado, se divide en generalidades, actividades relacionadas con el maestro, actividades relacionadas con el estudiante, manejo didáctico de la sesión, hecho significativo y propuestas de intervención”

Es decir que, es una anotación completa, ordenada y detallada que favorece una revisión posterior a la aplicación de los talleres. En este caso el análisis del diario de campo se hace de modo introspectivo para facilitar la observación de lo realizado en conjunto con el desarrollo de un sentido crítico. Para mejor comprensión de lo anterior, se anexan los diarios de campo en los que evidencia todo el proceso del proyecto (ver anexo b).

5.5.5 Validación de información:

Se realizará mediante triangulación de resultados, en la cual se cruza información obtenida en los test y diarios de campo, con miras a establecer recurrencia en la información y así corroborar y validar los resultados obtenidos (Ver tabla 13)

– Análisis estadístico

Se realizará de índole cuantitativo, mediante análisis de frecuencia básica y en términos porcentuales. Es de resaltar, que antes de la aplicación de los test Ktk y fantástico se llevó

a cabo el consentimiento informado agregado (ver anexo a) teniendo en cuenta que, además, se garantizó que todos los niños estuvieran en la misma capacidades y condiciones de participación y que contaran con los adecuados materiales y ropa de entrenamiento.

5.5.6 Procedimiento

– Diagnóstico

A partir de la aplicabilidad de una prueba piloto del Test Ktk, se evidencia que la mayoría de los estudiantes en un grupo de niños de entre 8-9 años del Grado Forjadores del Centro Pedagógico Mándala de la ciudad de Tunja demuestran tener insuficiencia en sus capacidades perceptivo-motrices, de igual forma, al aplicar el test fantástico se observa que no poseen buenos estilos de vida hecho que se relaciona con su bajo desarrollo perceptivo motriz. Por lo que se propone trabajar el Jiu Jitsu como herramienta que contribuya a mejorar dichas falencias.

– Planeación.

Se realiza la planeación mediante el diseño de talleres teniendo en cuenta aspectos como los que se relacionan a continuación,

– Taller.

Para realizar cada uno de los talleres (ver anexo e) se tendrán en cuenta los siguientes pasos, propuestos por Sosa (2014).

– **Presentación.**

Para empezar cada taller, siempre se debe hacer unas preguntas iniciales las cuales el docente se comprometen a resolver durante el proceso, luego se debe hacer una presentación previa de los objetivos que se buscan cumplir, la metodología para aclarar las reglas del taller y el proceso que se va a llevar

– **Ambiente.**

Para desarrollar un taller es adecuado contar con un buen espacio y crear el mejor ambiente de trabajo mediante dinámicas de integración o sensibilización dentro del grupo de participantes, es adecuado hacerlo al inicio del taller.

– **Distribución de grupos.**

Teniendo en cuenta que en el taller el saber se construye no solo haciendo, sino en grupo, es decir de manera cooperativa, es necesario organizar a los participantes en grupos facilitándoles la oportunidad de relacionarse con los demás compartiendo e intercambiando habilidades.

– **Síntesis.**

En este paso el coordinador después de haber terminado con el desarrollo temático hace un repaso o retroalimentación de la sesión sobre las actividades realizadas, con el fin de saber cuáles son las opiniones y percepciones que surgieron de los participantes y así darles la oportunidad de expresar las nuevas ideas que surgieron a través del desarrollo del taller.

– **Evaluación.**

La evaluación del taller debe hacerse sobre el contenido el cual se refiere, al aprendizaje

que adquirieron los participantes sobre el tema y la metodología se evalúa para establecer la calidad del proceso y los resultados del taller como estrategia educativa

De igual manera, a través de las planillas de las sesiones (Ver anexo e) con el siguiente modelo:

Taller Número 9: Vamos a meditar ¿Quién conoce más?

Intencionalidad: El niño y la niña construyen un concepto mental de cada acción que es de su gusto y realiza con frecuencia, más allá de las habilidades perceptivas, se hace necesario en el individuo aclarar sus dudas y focalice sus propósitos de esparcimiento cifrados. Este taller permite que el niño y la niña se vinculen con su entorno a partir de un ambiente de paz, aclarando la importancia de los valores y el manejo corporal dentro del Jiu Jitsu.

Presentación:

- Realización de ejercicios de respiración (imitar a una abeja, león, gorila, serpiente, sapo, todos en silencio)
- Practica de malabarismo (coordinación óculo-manual)
- Giro del reloj (técnica ya descrita anteriormente)
- Trabajo con un familiar

Ambiente:

- Movilidad articular de manera descendente.

Distribución de grupos y cargas:

- Juego “la lleva” (se realizará en familia a modo de calentamiento)
- Saltos laterales (de acuerdo a las indicaciones dadas por el maestro)
- Ejercicios perceptivo motores en familia

Síntesis:

- Drills de mejoramiento.

Evaluación:

- Práctica y muestra de técnicas anteriores en parejas y de forma individual.



- **Implementación**

La implementación de las estrategias desde el Jiu Jitsu se llevan a cabo mediante el

desarrollo de dos (2) sesiones semanales con una duración de dos (2) horas durante dos meses para lo cual se consolidan en el siguiente cuadro:

6. Programa de Jiu Jitsu

Objetivo general:

Desarrollar las habilidades perceptivo motrices de los niños a partir de un programa de estrategias pedagógicas del Jiu Jitsu.

Objetivos específicos:

- Fomentar el conocimiento teórico y el saber ser mediante ejercicios propios del Jiu Jitsu.
- Desde ejercicios específicos acentuar las habilidades perceptivo motrices.
- Fortalecer estilos de vida, mediante la realización de talleres y conversatorios con padres de familia y participantes.

Tabla 2. Programa de Jiu Jitsu

| Fecha | Tema | Aplicación específica | Categoría |
|------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 30/06/2020 | 1.Prueba Piloto | <p>A nivel perceptivo motriz, esta sesión se acentuó en observar las falencias de los niños en cuanto a coordinación, equilibrio, manejo de la lateralidad y ritmo, desde una prueba piloto del Test Ktk, que arrojó que un 63.3% de los niños se categorizaba dentro de una insuficiencia en la coordinación.</p> <p>En cuanto a estilos de vida saludable, se aplicó el test fantástico para identificar y relacionar aspectos negativos en actividad física, nutrición y desarrollo social con la insuficiencia perceptivo motriz detectada.</p> | <p>Desarrollo Perceptivo</p> <p>Motriz</p> <p>Estilos de vida saludables</p> |
| 13/08/2020 | 2.Descubriendo mis habilidades | <p>Con respecto al parte perceptivo motriz, durante este día en cada uno de los niños se vio reflejado interés en desarrollar actividades de movimiento, dejando un amplio campo para trabajar distintos compontes perceptivos y</p> | <p>Desarrollo Perceptivo</p> <p>Motriz</p> <p>Jiu Jitsu</p> |

| | | | |
|------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | <p>propioceptivos como lo son la fuerza, la flexibilidad y no menos importante el equilibrio, al desarrollar estaciones del test Ktk.</p> <p>Con respecto al Jiu Jitsu, se dieron las primeras pautas para realizar el drill Walks Walks, enfocándose en el trabajo con padres de familia al involucrarse en estas actividades y considerar mejorar el tiempo de actividad física en casa.</p> | <p>Estilos de vida saludables</p> |
| 17/08/2020 | <p>3.Camaroneando mi lateralidad voy mejorando</p> | <p>A nivel de Jiu Jitsu, se realizó el camaroneo, como ejercicio para el fortalecimiento de la lateralidad y la coordinación óculo- manual y óculo-pedial.</p> <p>Con respecto al desarrollo perceptivo motriz, se realizaron juegos y circuitos relacionados con cómo mantener el equilibrio sobre una pierna o en distintas posiciones, además de enseñar la técnica correcta de la ejecución de un rollo en el suelo hasta quedar de pie, todo esto en compañía de los padres.</p> | <p>Jiu Jitsu</p> <p>Desarrollo Perceptivo</p> <p>Motriz</p> |
| 20/08/2020 | <p>4.Estímulos coordinativos</p> | <p>En esa sesión, para seguir fortaleciendo el desarrollo perceptivo motriz se realizaron una serie de juegos coordinativos haciendo uso de pelotas y cajas de leche o de cartón, incitando a los niños a mejorar su coordinación óculo manual y óculo pedial, así como su capacidad de equilibrio y ritmización.</p> <p>En cuanto a estilos de vida saludables, se hizo énfasis a los padres de familia en la importancia del acompañamiento y mejoramientos de los aspectos valorados en el test fantástico inicial, resaltando temas</p> | <p>Desarrollo Perceptivo</p> <p>Motriz</p> <p>Estilos de vida saludables</p> |

| | | | |
|------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| | | como nutrición, orden, tipo de personalidad y actividad física. | |
| 24/08/2020 | 5.Rolando y reptando como la serpiente Boa | <p>En este punto, se hizo énfasis en algunas técnicas más complejas de Jiu Jitsu tales como Bridge to turtle (un ejercicio similar a realizar un rollo, pero con variaciones propias de este deporte) y se hizo un repaso del drill walks walks, que constaba de un giro con ayuda de la pared usando brazos y pies.</p> <p>En relación al desarrollo perceptivo motriz, se realizó una transición bipedal de equilibrio en la que el estudiante debía sentarse y ponerse de pie sin usar las manos, también se trabajó una nueva variación de rollo retando a los niños y niñas y un ejercicio con peso denominado Single leg stability, aportando a su equilibrio, desarrollo interoceptivo y exteroceptivo.</p> | <p>Jiu Jitsu</p> <p>Desarrollo Perceptivo</p> <p>Motriz</p> |
| 27/08/2020 | 6.Girando Ando | <p>Para este día se encontraba programada la realización de un circuito de ejercicios relacionados con rollos y emborques propios del Jitsu, por otra parte, se desarrolló el test KTK intermedio con el cual, se pudo obtener un registro del avance de cada uno de los estudiantes en cuanto a su desarrollo perceptivo motriz, en el que se procuró que las pruebas fueran realizadas en distintos horarios para tener mayor concentración y poder observar el rendimiento de forma individual</p> <p>Allí se evidencio una notoria mejora dado que un 33% de los participantes se posicionó en coordinación normal, un 33% en buena coordinación y un 16% en muy buena coordinación.</p> | <p>Desarrollo perceptivo</p> <p>motriz</p> |
| 31/08/2020 | 7.Mejorando mis habilidades | <p>Aquí, se propuso trabajar con un integrante de la familia con el objetivo de recrear un ambiente lúdico y generar</p> | <p>Desarrollo perceptivo</p> <p>motriz</p> |

| | | | |
|------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| | coordinativas y perceptivas | otro tipo de habilidades perceptivo motrices a partir del trabajo grupal, desarrollando juegos y ejercicios relacionados con el Jiu Jitsu que ponían a prueba la capacidad de coordinación, ritmo, equilibrio y concentración de los participantes y sus acompañantes. | Estilos de vida saludables Jiu Jitsu |
| 03/09/2020 | 8.Un, dos, tres saltemos otra vez | <p>Con respecto al Jiu Jitsu, fue necesario recordar y repetir la ejecución de algunos movimientos como bridge to turtle y el drill walks walks, debido a que algunos niños aún se les dificultaba realizarlos, además se enseñó la posición greco romana que posteriormente debían practicar en casa.</p> <p>A la par se realizaron ejercicios referentes a desplazamientos, saltos y recepción de los mismos, fortaleciendo la capacidad de control y manejo corporal en los niños.</p> | Jiu Jitsu Desarrollo Perceptivo Motriz |
| 10/09/2020 | 9.Jiu Jitsu Control | <p>En este taller se propuso adquirir mayor comprensión de los estudiantes con respecto a entender que este deporte tiene un control primario sobre la mente y posterior a ello, recurre a una fuerza que permite generar un movimiento reconocido.</p> <p>Por otra parte, en cuanto a estilos de vida saludables se evidenciaba que tanto los padres de familia como los niños eran más conscientes del valor que debían darle a una buena alimentación, actividad física e interacción social oportuna en casa.</p> | Jiu Jitsu Estilos de vida saludables |

| | | |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>10.Vamos a meditar ¿Quién conoce más?</p> | <p>En cuanto a estilos de vida saludables, los niños demostraban entender que practicar un deporte, es un componente fundamental en los buenos hábitos y estilos de vida del ser humano y que de la mano con buenas relaciones interpersonales e intrapersonales, buena alimentación constituye un estado saludable y oportuno para su desarrollo.</p> | <p>Estilos de vida saludables</p> |
| <p>11.Vamos a rolar</p> | <p>En relación a desarrollo perceptivo motriz, se enfatizó en recordar todos los movimientos aprendidos hasta el momento: Jumping Jacks, Posición greco romana, Monkey Walk, Drill Walk, Bridge to turtle, entre otros (Ver anexo e) y realizarlos con un acompañante haciendo más significativa la experiencia.</p> <p>Con respecto a Jiu Jitsu, los niños mostraban mayor facilidad al realizar los movimientos enseñados en clases anteriores, lo cual se reflejaba en un mejor nivel de desarrollo perceptivo motriz de cada participante, mayor control, mejor coordinación y ritmización.</p> | <p>Desarrollo Perceptivo</p> <p>Motriz</p> <p>Jiu Jitsu</p> |
| <p>12.Prueba Final</p> | <p>En esta fase con respecto a desarrollo perceptivo motriz un 83 % de los participantes se posicionó en la categoría de muy buena coordinación y un 16,6 % en la categoría de coordinación normal, lo que se evidenció en la notoria mejora de control corpóreo, ritmo, equilibrio, coordinación y manejo de la lateralidad que obtuvieron los participantes.</p> | <p>Desarrollo Perceptivo</p> <p>Motriz</p> <p>Estilos de vida saludable</p> |

| | | |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| | Referente a estilos de vida saludable y con base en la aplicación del test fantástico final, se incrementó el puntaje de los participantes demostrando subir los números de nutrición, actividad física, imagen interior y personalidad de 80 a 106, posicionándose la mayoría de participantes en la categoría de estilo de vida fantástico o buen estilo de vida | |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

– Evaluación

Esta fase se realiza mediante el análisis de los registros de diarios de campo (Ver anexo b) tal como se refleja en el siguiente modelo:

DIARIO DE CAMPO 1

Fecha: (30/06/2020)

Hora: (03:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala
Número de niños y niñas y edades: 2 niños – 9 años
 Jersson Steven Valencia Lara

Grado: Forjadores
Nombre del observador:

1. Contenido del día, generalidades:

Es posible afirmar que el rendimiento de la mayoría de los estudiantes se encuentra por debajo del percentil aceptable, y prueba directa es la aplicación de “TEST KTK” en la que la mayoría de los estudiantes no lograron coordinar sus movimientos, mostraron desestabilidad; bajo reconocimiento de su lateralidad y poco control

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

Trabajar a través de las redes sociales es complicado en diversos aspectos. Todo debe ser enunciado con antelación a los padres de familia, de forma tanto escrita como visual para que actividades que se plantean se realicen de la mejor forma posible. Los espacios de trabajo en casa son diversos y el docente debe adaptarse a ello y permitir que todos los niños trabajen de forma equitativa.

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

Durante este día, en cada uno de los niños se vio reflejado su interés, habilidades y debilidades físicas y motrices, lo que dio paso a amplio campo para trabajar desde los talleres de Jiu Jitsu componentes perceptivos y propioceptivos importantes como lo son la fuerza, la flexibilidad y el equilibrio.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización, didáctica)

Durante esta primera sesión se pueden desglosar varios aspectos didácticos y de comunicación entre docente-estudiante- padre de familia. En primera instancia, es oportuno abordar el manejo temático de cada una de las clases, las cuales, se ha llegado al acuerdo de ser comunicadas y explicadas previa a su realización para tener mayor claridad. Añadido a lo anterior, se realizaron algunos videos explicativos, con el fin de que tanto estudiantes como padres de familia conocieran el propósito de la realización y los materiales necesarios para participar durante esta sesión.

5. Hecho Pedagógico significativo

Los efectos positivos de las estrategias físico perceptivas del Jiu Jitsu se convierten en una herramienta fundamental en el ámbito escolar para la educación psicomotriz, la planificación motora y la consciencia corporal. Es así, como poco a poco los niños y niñas toman consciencia de su cuerpo en relación a su entorno

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- Concientizar a los padres de familia, para que tengan mayor acompañamiento con sus hijos durante la realización de los talleres, debido a que los espacios en casa en su mayoría son reducidos y pueden presentarse situaciones de riesgo.
- Mejorar aspectos comunicativos con los estudiantes tales como: mejorar el tono de voz durante las instrucciones, mayor claridad en las instrucciones de cada ejercicio.
- Mejorar la conexión de internet para fluir la comprensión temática

A nivel Cualitativo se relacionan los siguientes análisis desde el punto de vista cualitativo mediante matrices descriptivas de los mismos, de los cuales se tomarán para su análisis las dos primeras sesiones, las sesiones intermedias, y las dos finales con miras a una valoración global, de igual manera se lleva a cabo el análisis e interpretación de resultados de los test con miras a la validación final de la información mediante el método de triangulación.

6.1 Matriz de análisis del diario de campo

Tabla 3 Matriz de análisis del Diario de Campo

| Matriz de análisis del diario de campo | | |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sesión | Taller | Análisis e interpretación |
| 1 | Descubriendo mis habilidades | Durante esta primera sesión se pueden desglosar varios aspectos. Por un lado, en cada uno de los niños se vio reflejado su interés, habilidades y debilidades físicas y motrices, lo que dio paso a amplio campo para trabajar desde los talleres de Jiu Jitsu, test Ktk y test Fantástico componentes perceptivos y propioceptivos importantes como lo son la fuerza, la flexibilidad, el equilibrio y aspectos de salud relacionados con la nutrición, autoestima y actividad física. Por otro lado, surgió la necesidad de concientizar a los padres de familia, para que tengan mayor acompañamiento con sus hijos durante la realización de los talleres, debido a que los espacios en casa en su mayoría son reducidos y pueden presentarse situaciones de riesgo. |

| | | |
|---|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 | Camaroneando mi lateralidad voy mejorando | <p>Para la segunda sesión se buscó trabajar las habilidades Perceptivo motrices de cada estudiante, fortaleciendo movimientos claves como mantener el equilibrio sobre una pierna, ejecutar de forma correcta un rollo hasta quedar de pie, entre otros. Al aplicar la primera fase del test Ktk y Test Fantástico, lo cual permitió observar las dificultades de los niños que no solamente se atribuían a su desarrollo motriz, también demostraron tener inconvenientes en su entorno, en apoyo con lo que dice Correa & Otros (2011) “un bajo nivel de desarrollo perceptivo indica dificultad en la percepción del mundo que rodea al niño, dado que cuando se contamina o altera la percepción del mundo exterior se generan problemas emocionales como baja autoestima, comportamiento agresivo o desmotivante que se refleja en las acciones físicas y aprendizajes motrices y sociales del niño”</p> <p>Por lo que, dentro del ambiente de trabajo, además de involucrar a los padres de familia en el proceso se enfocó a los niños y niñas en mejorar las capacidades coordinativas básicas (viso pédica y viso manual) al trabajar ejercicios de reacción a situaciones de riesgo, movimientos como el camaronear y la parada técnica del Jiu Jitsu, generando más transiciones de ventaja en un contraataque.</p> |
| 5 | Girando ando | <p>Cabe resaltar, que dentro de esta sesión fue relevante el trabajo con giros y rollos propios del Jiu Jitsu, tales como como el drill walks walks, este trabajo permitió entender que para los niños y niñas es diferente el manejo y distribución de cargas físicas tal como acota Albornoz (2017) “es necesario que el niño se enfrente sistemáticamente a nuevos estímulos que provoquen adaptaciones” p.2 por lo que se entiende que el retar a los niños y niñas y aumentar el grado de dificultad de los ejercicios a medida que avanzan los talleres, les permite superar sus límites, aportar a su desarrollo perceptivo motriz y tener mejor conocimientos de las capacidades y habilidades de su cuerpo.</p> |
| 6 | Mejorando mis habilidades coordinativas y propioceptivas | <p>Los avances adquiridos de forma individual en este punto se reflejan, en los resultados de la fase intermedia del test Ktk, si bien hubo estudiantes que seguían mostrando debilidades respecto a su control sensorial y salto vertical, también se evidenció un porcentaje significativo de avance en cuanto a habilidades coordinativas, espaciales y de equilibrio.</p> |

| | | |
|-----------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | <p>Añadido a esto, se quiso inculcar en cada uno de los estudiantes el concepto del auto ejercicio y la disciplina para lograr percibir el equilibrio corporal y usarlo como instrumento. Al permitirle al niño ser partícipe y director de su propio proceso de aprendizaje.</p> |
| 11 | Jiu Jitsu control | <p>Para este punto los niños, mostraban mayor control, equilibrio y conciencia de su cuerpo, lo que permitió demostrar que, el deporte educativo es una gran composición de la iniciación deportiva que se entrelaza con un deporte que engrana reglas, competencia sana, aprendizaje y diversión para garantizar la formación. Además, desarrolla la capacidad de movimiento, habitúa a la relación con los demás y a la aceptación de las reglas, a la vez que estimula la superación.</p> <p>No obstante, para que sea visto como un aprendizaje significativo el Jiu Jitsu debe ser tomado desde un ámbito formativo. Siguiendo a Blázquez (2009) el deporte educativo “constituye una verdadera actividad cultural que permite una formación básica, y luego, una formación continua a través del movimiento” por lo cual, esta forma de deporte propone una búsqueda de metas más educativas y pedagógicas aplicadas al deporte de iniciación, y se aparta de los aspectos competitivos del deporte.</p> |
| 12 | Vamos a Rolar | <p>En la fase final, es evidente el avance que tuvieron los niños en el test Ktk y fantástico, debido a que un 85% de los participantes se posicionó dentro de las categorías buena coordinación y muy buena coordinación, lo que demuestra entre otras cosas, que la coordinación motriz es un proceso elemental que debe ser trabajado en los niños que oscilan durante estas edades, ya que provee capacidades perceptivo-motrices esenciales al realizar diversos movimientos físicos en base a la coordinación, transposiciones corpóreas, y saltos en diversas direcciones. Siguiendo a Le Bouch (2010) entiende “la Coordinación como la interacción, el buen funcionamiento del SNC y la musculatura esquelética durante el ejercicio”</p> |

| | |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>Por ello, es necesario comprender que cuando el cuerpo se encuentra en plena disposición y es preparado de manera consecutiva, en este caso durante la realización de todos los talleres se pueden obtener resultados positivos. Sin embargo, esto no quiere decir que estas habilidades queden de forma permanente, sino que deberán seguir siendo entrenadas para que en edades posteriores les faciliten nuevas habilidades de movimiento.</p> |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

6.2 Análisis e interpretación de resultados cuantitativos

Los resultados en la fase inicial, demuestran dificultades en los niños en cuanto a la capacidad y manejo de la corporalidad, espacialidad, coordinación, lateralidad y equilibrio. Con respecto a esto, Martín (2014) afirma que “los problemas motrices, si no se atienden a tiempo, son generadores de otros problemas que se van acumulando y que van limitando las oportunidades de un desarrollo saludable”

Tal como afirma Camerino (2010) “una mala o deficiente estructuración del esquema corporal puede manifestarse en tres planos” perceptivo; dificultad en la percepción del mundo que lo rodea. motor; defectuosa coordinación y torpeza, social; dificultad en relaciones con el medio.

Todo lo anterior se evidencia, al aplicar una prueba piloto en la que se toman dos participantes de forma inicial a modo de prueba (Ver tabla 4) porque se pretendía garantizar que el proyecto se podía llevar a cabo con la unidad de trabajo en las mejores condiciones, dando seguimiento a través de una ficha de observación (Ver tabla 5) para dar fiabilidad a este instrumento y poder dar inicio a su aplicación de forma inicial, intermedia y final teniendo en

cuenta la edad, necesidades e intereses de los 6 niños participantes, es de resaltar que tal como afirma en su investigación Vásquez (2017) “el test presenta un alto nivel de confiabilidad dado que arrojó un 0,98 de fiabilidad en relación a cada uno de los artículos revisados” además al ser aplicado en esta tesis mostró ser una fuente oportuna de recolección de la información. Tal como se observa en las siguientes figuras:

Tabla 4. Resultados Test Ktk Prueba Piloto

| Componentes Integrantes | Salto Monopedal Máx. 72 | Salto Lateral X 15 Seg. 2 Rep. | Transposición Lateral X 20seg. 2 Rep. | Equilibrio De Retaguardia Máx. 72 | TOTAL |
|------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|
| Niño 2 | 23 puntos | 18 saltos | 15 Transposiciones | 22 puntos | 67pts |
| Niño 1 | 14 puntos | 13 saltos | 10 Transposiciones | 18 puntos | 55pts |

Figura 6. Resultados prueba piloto

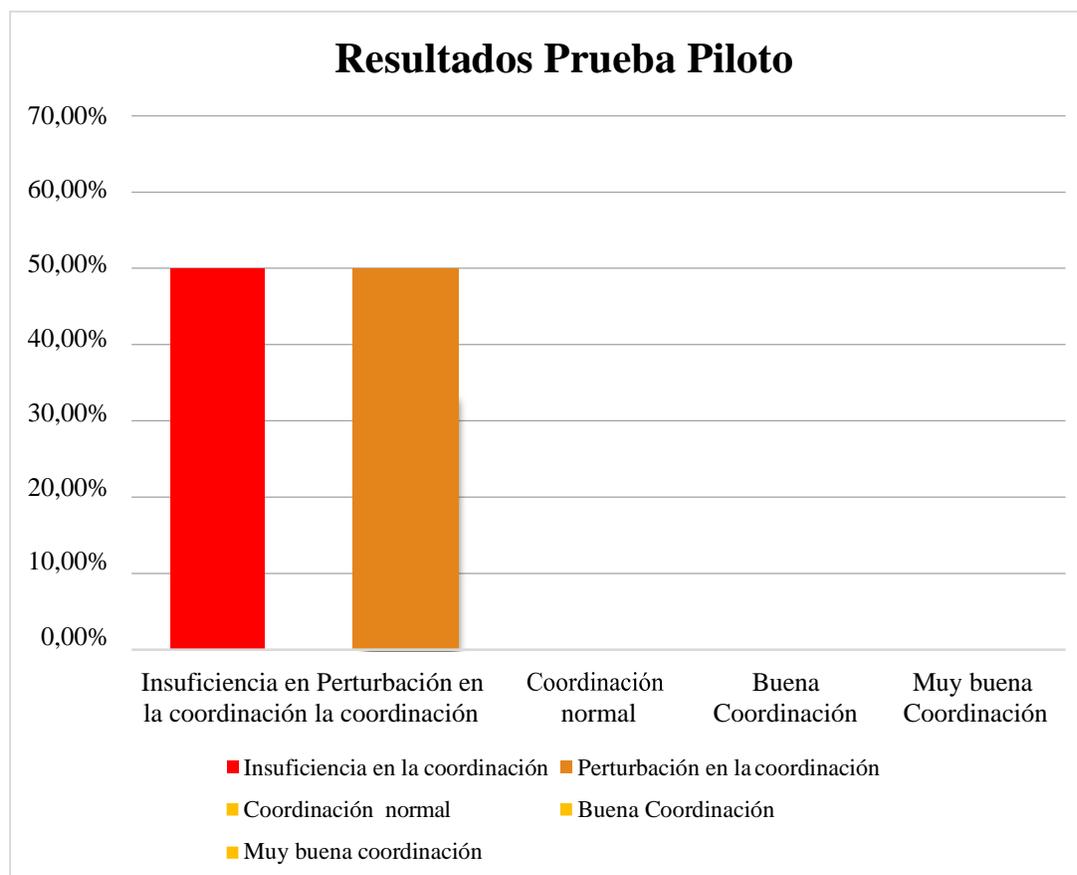


Tabla 5 Ficha de Observación

| Ficha de Observación | |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fecha: | (30/06/2020) Hora: (03:00-5:00Pm) |
| Grupo de Observación: | 3 niños y 3 niñas de 8 y 9 años del grupo Forjadores del Centro Pedagógico Mándala |
| Descripción: | <p>Para este análisis, se llevó a cabo la prueba del Test Ktk con el propósito de identificar aquellas capacidades y habilidades motrices del estudiante las cuales son pertenecientes al desarrollo perceptivo motriz del individuo.</p> <p>Bootsma (2014) afirma que “para el estudio de la percepción y del control perceptivo-motor es fundamental comprender la naturaleza o estatus de la información y su vínculo o dependencia que tiene con el movimiento”</p> |
| Análisis descriptivo | A la hora de realizar saltos o ejercicios coordinativos, los niños en su mayoría mostraban dificultad en el control, equilibrio y manejo de su esquema corporal, dado que no lograban ejecutar los movimientos de la forma correcta, derribando elementos a su alrededor, evitando caer en un solo pie y recurriendo a realizar los ejercicios con ambos pies, |
| Aporte teórico: | <p>“La diagramación y utilización de instrumentos cuantitativos como subcategorías que brinden información a este enfoque mixto, es el primer paso de análisis ya que en este proceso se recogen los datos preliminares a partir de los que se seleccionan o elaboran las unidades de análisis” LeCompte (2002)</p> <p>El test Ktk permitió dar una fase inicial constructiva en la que se descubren categorías atraíbles de las problemáticas, por lo que se usa un test Fantástico como instrumento subyacente a la información obtenida, para valorar otros componentes que de forma indirecta se encuentran relacionados al desarrollo perceptivo motriz tales como componentes físicos, sociales, personales y de salud.</p> |

Es a partir de la aplicabilidad de este test que se inicia el desarrollo de 12 talleres para el fortalecimiento de las capacidades perceptivo motrices, enfocando las sesiones en el mejoramiento de la coordinación, espacialidad, lateralidad, ritmo, control y equilibrio.

Además de relacionar el entorno de cada niño, pues como acota Correa & Otros (2011) “un bajo nivel de desarrollo perceptivo indica dificultad en la percepción del mundo que rodea al niño, dado que cuando se contamina o altera la percepción del mundo exterior se generan problemas emocionales como baja autoestima, comportamiento agresivo o desmotivante que se refleja en las acciones físicas y aprendizajes motrices y sociales del niño” es decir que el contexto se ve estrictamente relacionado con sus acciones y aprendizajes, por lo que se hace necesario la aplicación del “Test Fantástico”.

Lo anterior como una sub categoría para realizar un seguimiento a los factores físicos, psicológicos y sociales de esta población, al analizar como la nutrición, los hábitos de vida saludable y el entorno del niño se relacionan con su desarrollo perceptivo motriz y cómo la práctica del Jiu Jitsu influye en el mejoramiento de dichas problemáticas.

Empezando por el primer aspecto de este test, el entorno social de los niños en relación a su familia y amigos, que demuestra que la comunicación tiene afectaciones en relación a la situación de pandemia que se vive actualmente en el mundo, revelando niveles bajos de 3 puntos en relación al máximo de esta categoría 6. (ver tabla 4)

Anexo a esto, en la sección de actividad física, los niños y niñas muestran niveles bajos de participación en grupos sociales o deportivos, además de manifestar no tener el espacio adecuado en casa para crear estas rutinas de ejercicio físico, lo que se ve reflejado en la tabla al mostrar resultados de 2 puntos en comparación con el máximo 4.

Ahora bien, en cuanto a la nutrición, se pudo evidenciar que en gran parte de la población estudiada existen problemas respecto al inadecuado consumo de alimentos no

perecederos y la poca información que se tiene acerca de los factores positivos que trae el alimentarse de forma balanceada, obteniendo promedios de 4 puntos por respuesta general en una escala de 8.

En cuanto a la categoría de toxicidad los resultados de los participantes en su mayoría arrojaron 5 puntos de 6 sin embargo, es importante resaltar la idea de Telleiras (2008) quien destaca que “los efectos tóxicos de sustancias como alcohol entre otras afectan especialmente a los niños porque, están expuestos desde la concepción. Además, tienen menos habilidad desintoxicante, ingieren más agua y alimento y consumen más aire en relación a un adulto. Juegan en el suelo y pasto en permanente contacto con tóxicos. Habitan edificios públicos y escuelas, que son tratados con sustancias químicas” por lo que se entiende que en conjunto todos estos tóxicos a los que se expone el niño influyen directamente en su desarrollo.

Ahora, como se demuestra en la tabla (ver tabla 4) varios niños revelan inconvenientes en cuanto a su parte de control emocional obteniendo un promedio de 4 a 5 puntos de 6. En la categoría de personalidad e imagen los participantes demuestran que su autoconcepción es regular dado que su puntaje no llega al máximo, manifestando que tienen algunas falencias en su autodeterminación en diferentes aspectos tales como físicos, escolares y familiares.

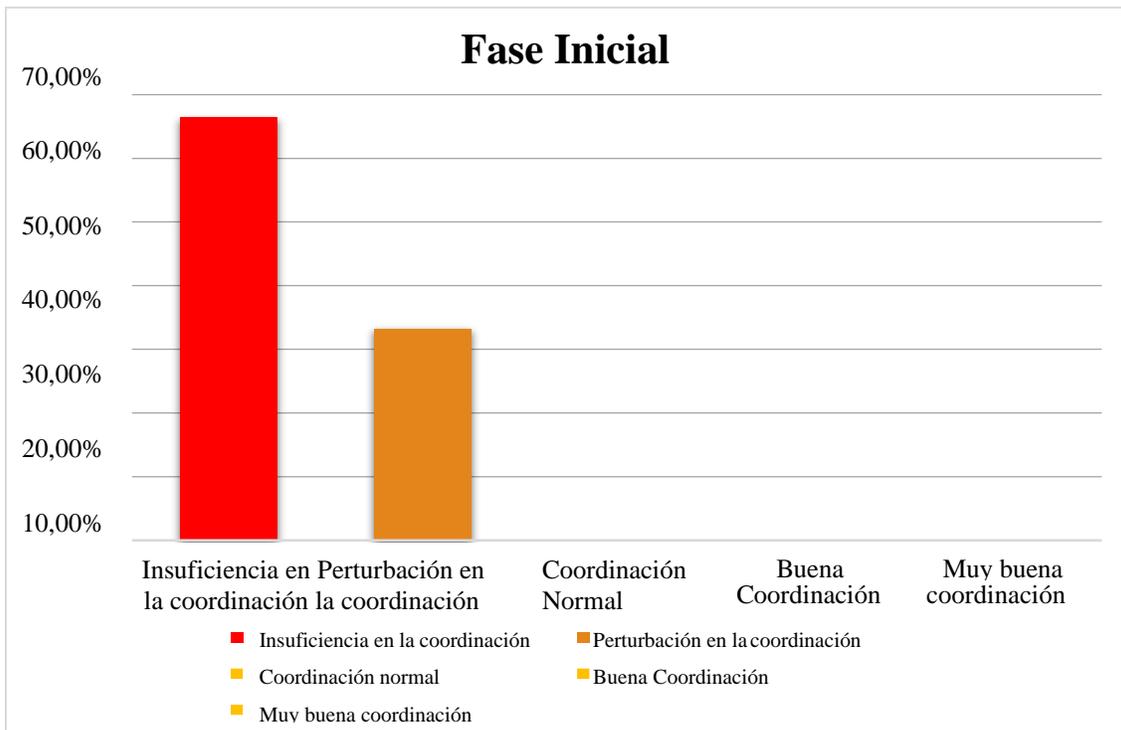
Por otro lado, en cuanto a control de salud y sexualidad, los porcentajes se mantienen entre la categoría normal y regular denotando 3 puntos siendo el puntaje máximo 4. Aun así, es de resaltar que esta categoría debía ser resuelta entre padres e hijos entendiendo que el concepto de sexualidad no hace referencia en este caso a la parte reproductiva del ser

humano, más que eso se refiere a la forma de concebirse a sí mismo, a como se ve el niño frente a los demás y como se identifica en relación a su cuerpo, tal como afirma Caricote (2008) “la sexualidad es una manifestación de la persona, es un modo de ser en el mundo como unidad, como totalidad; es una apertura hacia otras personas y hacia uno mismo”

Ahora bien, aunque en esta fase, gran parte de los niños tenían problemas en su entorno, también se vieron reflejados problemas motrices, no solo en su capacidad perceptiva, también mostraban falencias en aspectos de ritmo, lateralidad, coordinación, equilibrio y control corporal.

En relación con el test fantástico, los niños que tenían poca actividad física en casa o mala nutrición eran aquellos que mostraban mayor dificultad en su coordinación y control, de igual forma, los niños que mostraban tener mala distribución de horas de sueño y una negativa imagen personal eran aquellos que no lograban manejar correctamente su espacialidad y ritmización, es así como los porcentajes que resultan de la primera aplicación del test son los siguientes:

Figura 7 Resultados fase inicial



Aquí, un 65% de la población presentó insuficiencia en la coordinación, dentro de ellos los participantes que se categorizaron el test fantástico con un estilo de vida bajo-adeecuado, con un porcentaje de 80 en relación al máximo 120, mientras que un 35% de los niños demostró tener perturbación en la coordinación. Dentro de ellos, aquellos participantes que mostraron bajos percentiles en las categorías de imagen personal, nutrición y actividad física. Tal como se observa en las siguientes tabulaciones:

Tabla 6 Resultados Test Fantástico Inicial

| Genero | Edad | Familia | Actividad Física | Nutrición | Toxicidad | Alcohol | Sueño y estrés | Tipos de personalidad | Imagen interior | Salud y sexualidad | Orden | Resultado | |
|--------|--------|---------|------------------|-----------|-----------|---------|----------------|-----------------------|-----------------|--------------------|-------|-----------|----|
| Niña 1 | 8 años | Válido | 5 | 2 | 2 | 6 | 5 | 3 | 4 | 4 | 6 | 3 | 84 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niña 2 | 9 años | Válido | 6 | 2 | 2 | 2 | 6 | 6 | 5 | 4 | 6 | 3 | 92 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niña 3 | 9 años | Válido | 6 | 2 | 2 | 6 | 5 | 3 | 6 | 4 | 5 | 3 | 90 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niño 1 | 8 años | Válido | 6 | 3 | 3 | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 4 | 4 | 96 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niño 2 | 9 años | Válido | 3 | 2 | 2 | 6 | 5 | 3 | 7 | 5 | 3 | 3 | 82 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niño 3 | 9 años | Válido | 4 | 2 | 2 | 6 | 5 | 4 | 5 | 3 | 4 | 3 | 80 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |

Puntaje Final se multiplica X2

Se suman todos los resultados de las columnas y se multiplica el puntaje final x2

De 103 a 120

Felicitaciones.

Tienes un estilo de

vida fantástico. De

85 a 102 Buen

Trabajo. Estas en el

camino correcto.

De 47 a 72 Algo bajo, podrías mejorar.

De 0 a 46 Estás en la zona de peligro, pero la honestidad es tu real valor.

Nota: El puntaje total no significa que has fallado. Siempre es posible cambiar el estilo de vida, empezando ahora. Decide por dónde quieres empezar ¡Buena Suerte!

Tabla 7 Resultados Test Ktk Inicial

| | | Test KTK Inicial | | | | | Total | Categorización |
|---------------------|---|-------------------------|-----------|-----------|---------------|-------------|----------------------------------|-----------------------|
| Participante | | Edad | SM | SL | Trans. | Ret. | | |
| Niña 1 | 8 | 10 | 20 | 10 | 15 | 44 | Insuficiencia en la coordinación | |
| Niña 2 | 9 | 11 | 21 | 10 | 20 | 62 | Insuficiencia en la coordinación | |
| Niña 3 | 9 | 12 | 34 | 9 | 21 | 76 | Perturbación en la coordinación | |
| Niño 1 | 8 | 27 | 22 | 9 | 27 | 85 | Perturbación en la coordinación | |
| Niño 2 | 9 | 12 | 18 | 15 | 22 | 67 | Insuficiencia en la coordinación | |
| Niño 3 | 9 | 20 | 27 | 8 | 21 | 76 | Perturbación en la coordinación | |

| SCORE | CLASIFICACIÓN DEL TEST KTK | PORCENT |
|-----------------------------|-----------------------------------|------------------|
| (Score ≤ 70) | Insuficiencia en la Coordinación | (0-2%) |
| (71 ≤ Score < 85) | Perturbación en la Coordinación | (3-16%) |
| (86 ≤ Score ≤ 115) | Coordinación Normal | (17-84%) |
| (116 ≤ Score ≤ 130) | Buena Coordinación | (85-98%) |
| (131 ≤ Score ≤ 145) | Muy Buena Coordinación | (99-100%) |

Tabla 8 Categorización Test Ktk

Ahora bien, en cuanto a la primera estación del test Ktk, equilibrio en retaguardia (Ret.) los niños mostraron estar por debajo de los percentiles adecuados, posicionándose en la categoría insuficiencia y perturbación en la coordinación, también algunos ejercicios asociados al Jiu Jitsu y similares a los de esta primera estación de retaguardia, eran complejos de realizar para ellos.

En esta fase, se encontraron diferencias significativas entre niños y niñas buen ejemplo

de ello son las niñas quienes destacaron a lo largo de la prueba con su flexibilidad y coordinación. Por el contrario, en los niños se vio reflejada con mayor intensidad la fuerza y control corporal.

En la estación de salto Monopedal (SM) la mayoría de niños no logró tener una coordinación viso manual o viso pédica correcta y les costó realizar ejercicios secuenciales o de recepción teniendo que repetirlos o perdiendo fácilmente el enfoque y técnica de los mismos. Con respecto al salto lateral (SL) los niños mostraban fallas en su recepción en cada salto, caída y baja percepción del espacio en el que debían realizar los saltos, dado que o los ejecutaban incorrectamente enfocándose solo en el puntaje final o no lograban recepcionar los pies al caer, imposibilitándolos a cumplir con el ejercicio a cabalidad.

En cuanto a la transposición (Trans.) los niños manifestaron dificultad en realizar la secuencia de movimientos de forma correcta, denotando problemas en su coordinación, percepción y ritmo, dado que les costaba coordinar sus movimientos y hacerlos con eficacia.

Para la aplicación intermedia del test Ktk los participantes seguían presentando dificultades en especial al realizar ejercicios propios del Jiu Jitsu tales como el drill walks walks o bridge to turtle. (Ver anexo c) dado que, requerían de una coordinación y equilibrio un poco más avanzado que la de los ejercicios propuestos de forma inicial, no obstante, en cuanto a aspectos como ritmo y control corporal los niños mostraban mayor comprensión y desarrollo.

En este punto, en cuanto a salto unipodal (SM) los niños demostraron mayor reconocimiento de su fuerza, de su lateralidad y recepción en cada caída, además de denotar en el salto lateral (SL) un avance importante en cuanto al control de la respiración, la coordinación, agilidad y equilibrio. De igual forma, en equilibrio en retaguardia (Ret.) hubo un avance significativo en cuanto al control e higiene postural, así como el equilibrio y la estabilidad, tal como se aprecia en la siguiente imagen;

Test KTK Intermedio

| | | Edad | SM | SL | Trans. | Ret. | Total | Categorización |
|---------------------|--------|------|----|----|--------|------|-------|---------------------------------|
| Participante | Niña 1 | 8 | 25 | 15 | 26 | 30 | 95 | Coordinación normal |
| | Niña 2 | 9 | 31 | 35 | 27 | 30 | 123 | Buena coordinación |
| | Niña 3 | 9 | 26 | 15 | 22 | 22 | 85 | Perturbación en la coordinación |
| | Niño 1 | 8 | 30 | 38 | 40 | 40 | 158 | Muy buena coordinación |
| | Niño 2 | 9 | 27 | 18 | 22 | 28 | 95 | Coordinación normal |
| | Niño 3 | 9 | 38 | 28 | 32 | 28 | 126 | Buena coordinación |

Tabla 9 Resultados Test Ktk Intermedio

En esta fase, no se puede obviar que un porcentaje significativo presentó dificultades en términos de coordinación, sin embargo, los demás aspectos a evaluar de los niños y niñas dentro del test demostraron estar mejor posicionados al arrojar un 16 % de la población con perturbación en la coordinación, un 33% con coordinación normal, de igual forma un 33% con buena coordinación y un 16% con muy buena coordinación, resaltando los avances y mejorías que los participantes obtuvieron en este punto intermedio. Tal como se observa en la siguiente gráfica;

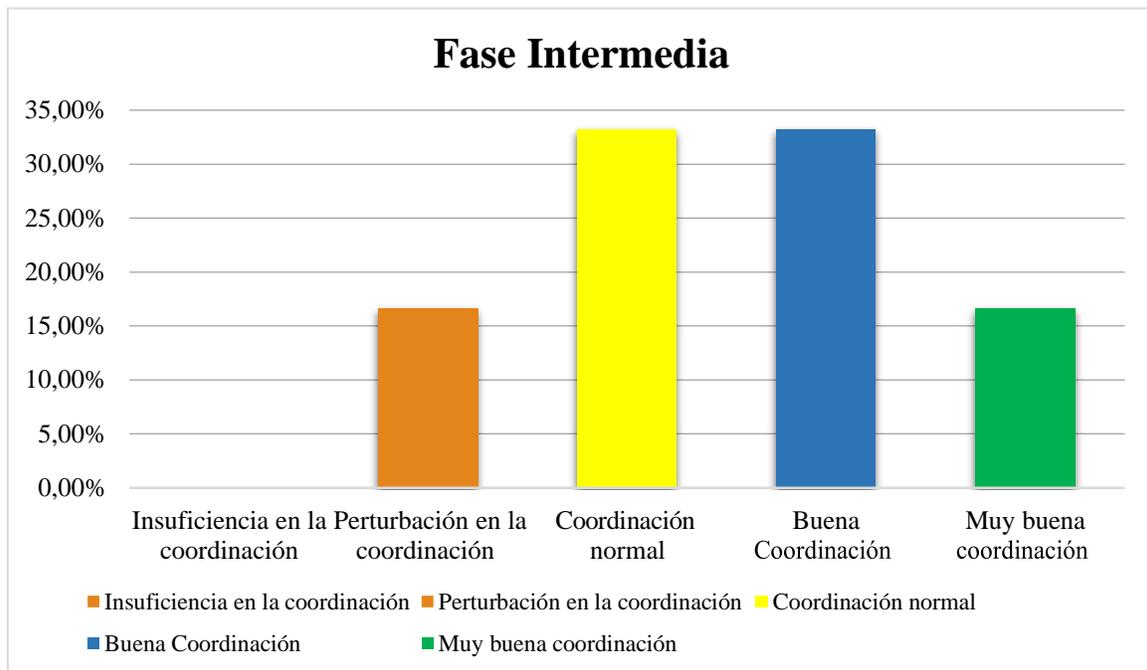


Figura 8 Resultados fase intermedia

Finalmente, los avances obtenidos por cada niño tanto en el test Ktk, como en los talleres y en el test fantástico permiten afirmar que, es notorio el incremento en el puntaje de los participantes en el test fantástico, demostrando subir los números de nutrición, actividad física, imagen interior y personalidad de 80 a 106, posicionándose la mayoría de participantes en la categoría de estilo de vida fantástico o buen estilo de vida, demostrando que desde la primera aplicación del test y posterior desarrollo del proyecto, el Jiu Jitsu brindó una mejor forma de vida para sus participantes no solamente en el campo de la percepción, también aportó a su salud al mejorar en gran cantidad aspectos como, alimentación balanceada, mayor actividad física, mejoramiento en los procesos de emocionalidad y estabilidad mental y física, tal como se observa en la siguiente tabla;

Tabla 10 Resultados Test Fantástico Final

| Genero | Edad | | Familia y Amigos | Actividad Física | Nutrición | Toxicidad | Alcohol | Sueño y estrés | Tipos de personalidad | Imagen interior | Salud y Sexualidad | Orden | Resultado |
|--------|--------|--------|------------------|------------------|-----------|-----------|---------|----------------|-----------------------|-----------------|--------------------|-------|-----------|
| Niña 1 | 8 años | Válido | 5 | 3 | 6 | 6 | 5 | 5 | 4 | 4 | 6 | 3 | 92 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niña 2 | 9 años | Válido | 6 | 3 | 6 | 4 | 6 | 6 | 5 | 4 | 6 | 3 | 98 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niña 3 | 9 años | Válido | 6 | 4 | 5 | 6 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 | 106 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niño 1 | 8 años | Válido | 6 | 4 | 5 | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 5 | 4 | 104 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niño 2 | 9 años | Válido | 5 | 3 | 4 | 6 | 5 | 4 | 7 | 5 | 3 | 3 | 90 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |
| Niño 3 | 9 años | Válido | 5 | 3 | 4 | 6 | 5 | 4 | 5 | 3 | 4 | 3 | 84 |
| | | Máximo | 6 | 4 | 8 | 6 | 6 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | |

Ahora, con base en los resultados arrojados en el test Ktk, en los que un 83 % de los participantes se posicionó en la categoría de muy buena coordinación y un 16,6 % en la categoría de coordinación normal queda demostrado que entre Jiu Jitsu, desarrollo perceptivo motriz y el estado de salud, se tiene una relación estrecha que determina el correcto y oportuno desarrollo del niño en edades de 8-9 años. Tal como se aprecia en las siguientes gráficas;

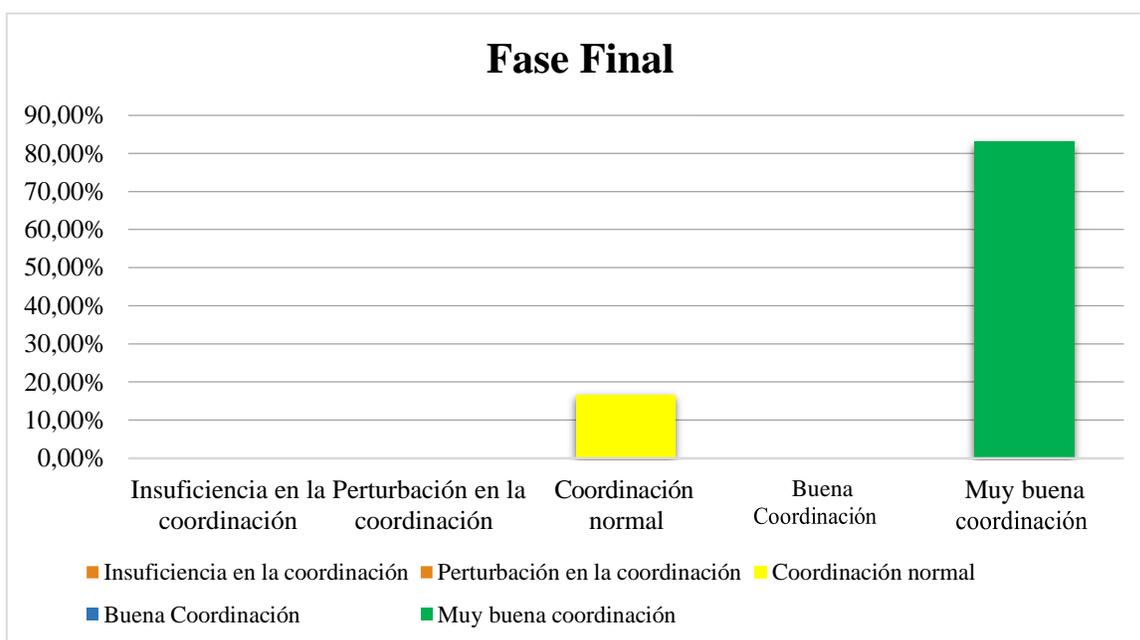


Figura 9. Resultados del test Ktk Fase final

| | | Test KTK Final | | | | | | | |
|---------------------|--------|-----------------------|-----------|-----------|---------------|-------------|--------------|------------------------|------------------------|
| | | Edad | SM | SL | Trans. | Ret. | Total | Categorización | |
| Participante | Niña 1 | 8 | 24 | 24 | 28 | 36 | 112 | Coordinación normal | |
| | Niña 2 | 9 | 35 | 44 | 30 | 35 | | 144 | Muy buena coordinación |
| | Niña 3 | 9 | 39 | 30 | 25 | 39 | | 133 | Muy buena coordinación |
| | Niño 1 | 8 | 41 | 49 | 42 | 45 | 177 | Muy buena coordinación | |
| | Niño 2 | 9 | 42 | 30 | 32 | 36 | 140 | Muy buena coordinación | |
| | Niño 3 | 9 | 40 | 43 | 38 | 41 | 161 | Muy buena coordinación | |

Tabla 11 Resultados Test Ktk Final

| TEST KTK | | | | |
|----------|------|------------------------|---------------------------|----------------------|
| Niñas | Edad | Categorización Inicial | Categorización Intermedia | Categorización Final |
| 1 | 8 | 44 | 95 | 112 |
| 2 | 9 | 62 | 123 | 144 |
| 3 | 9 | 76 | 85 | 133 |
| Niños | | | | |
| 1 | 8 | 85 | 158 | 177 |
| 2 | 9 | 67 | 95 | 140 |
| 3 | 9 | 76 | 126 | 161 |

Tabla 12 Resultados generales Test Ktk

| SCORE | CLASIFICACIÓN DEL TEST KTK | PORCENT |
|---------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| (Score ≤ 70) | Insuficiencia en la Coordinación | (0-2%)  |
| (71 ≤ Score ≤ 85) | Perturbación en la Coordinación | (3-16%)  |
| (86 ≤ Score ≤ 115) | Coordinación Normal | (17-84%)  |
| (116 ≤ Score ≤ 130) | Buena Coordinación | (85-98%)  |
| (131 ≤ Score ≤ 145) | Muy Buena Coordinación | (99-100%)  |

7. Triangulación de la información

Tabla 13. Triangulación

| Instrumento | Jiu Jitsu | Desarrollo Perceptivo Motriz |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prueba Piloto | Referente a esta categoría, la prueba permitió conocer necesidades e intereses de los niños relacionadas con este deporte, así como identificar el punto de partida para realizar una iniciación deportiva oportuna. | Esta prueba permitió dar una fase inicial constructiva en la que se descubrieron categorías atraíbles de las problemáticas, al categorizarse un 50 % de los niños en insuficiencia de la coordinación y un 50 % en perturbación de la coordinación, evidenciando dificultades como bajo desarrollo perceptivo motriz, mal control y manejo corporal, falencias en el equilibrio y lateralidad. |
| Ficha de Observación | Este medio favoreció el seguimiento, al determinar pautas y criterios a tener en cuenta con los determinados test y aplicabilidad | En relación con esta categoría, a través de este medio se pudo analizar las problemáticas observadas para iniciar una ruta oportuna de desarrollo del proyecto. |

| | | |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | del programa de Jiu Jitsu | |
| Test Ktk | Brindó el medio para determinar la estratificación de habilidades y capacidades de cada niño, relevantes en cada intervención inicial, intermedia y fina, permitiendo determinar el nivel de mejoramiento dentro de este deporte. | Ayudó a identificar las condiciones y capacidades físicas de los niños, evaluando la coordinación, lateralidad, espacialidad y lateralidad, teniendo en cuenta su aplicación inicial, intermedia y final para dar un proceso evolutivo en el que los participantes pasaron de estar posicionados en las categorías de perturbación(32%) e insuficiencia de la coordinación(65%) a ubicarse en una coordinación normal(16,6%) o muy buena coordinación(83%) |
| Test Fantástico | Buscó evidenciar cuales eran las condiciones y estilos de vida en cada individuo teniendo en cuenta su participación, avance y | En relación con esta categoría favoreció la interacción de los niños con sus familiares, al integrar aspectos motivaciones e individuales que se vieron directamente |

| | | |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>permanencia en el ejercicio físico y otros aspectos relacionados como la nutrición, autoestima entre otros.</p> | <p>relacionados con su bajo desarrollo perceptivo motriz y evolución.</p> |
| <p>Programa de Jiu Jitsu (12 talleres)</p> | <p>Este programa, desarrollado en 12 talleres se centró en cada sesión en mejorar capacidades y habilidades básicas enfocadas en técnicas propias del Jiu Jitsu tales como giros, emborques y posturas.</p> | <p>En cuanto al desarrollo perceptivo motriz se trabajó de forma individual y colectiva, para potenciar los distintos campos de la perceptivo motricidad al tener en cuenta que cada niño contaba con funciones interoceptivas, exteroceptivas y propioceptivas diferentes.</p> |
| <p>Diarios de campo</p> | <p>Este instrumento se mostró como el más importantes la hora de tener en cuenta el seguimiento individual de cada niño, sus avances y posibles mejoras en la intervención y práctica de este deporte.</p> | <p>Permitió determinar en qué componentes se evidenciaba mayor o menor rendimiento para intervenir de la mejor manera.</p> |

8. Conclusiones

- A partir del diagnóstico y las problemáticas identificadas se planteó un programa de Jiu Jitsu para el fortalecimiento del desarrollo perceptivo motriz, físico y social de los participantes.

- Gracias al diagnóstico se pudo atender de forma oportuna los factores que intervenían en el bajo desarrollo perceptivo motriz, social y psicológico. Pues, de no haber sido trabajado a la fecha de hoy, los niños pudieron haber seguido presentando inconvenientes en su reconocimiento y manejo corporal, lateral y espacial.

- La ejecución de este proyecto contribuyó al desarrollo de habilidades perceptivo motrices de los niños tal como se evidencia en los resultados, un 83 % de los participantes se posicionó en la categoría de muy buena coordinación y un 16,6 % en la categoría de coordinación normal.

- La evaluación de resultados mediante el análisis de los mismos, a partir del diario de campo, los test Ktk y fantástico y el programa de Jiu Jitsu, evidenciaron la transformación y mejoramiento en las habilidades perceptivo motrices y la consolidación de hábitos de vida saludable en el niño

- La investigación aportó a la sociedad un conjunto de estrategias pedagógicas innovadoras que al trabajar desde un deporte diferente como lo es el Jiu Jitsu

permiten incluir en el ámbito educativo diversas formas de trabajo que aportan al desarrollo integral del niño, con todas las posibilidades de inclusión.

8.1 Recomendaciones

- Se sugiere seguir investigando acerca del desarrollo perceptivo motriz en la infancia, debido a que permite un trabajo multidimensional que fácilmente puede relacionarse con otros deportes y aspectos del desarrollo del niño.

- Se recomienda utilizar el programa de Jiu Jitsu en la escuela para potenciar el desarrollo perceptivo motriz en las edades de 8-9 años, debido a que aporta al proceso evolutivo en el que el niño se encuentra.

- Se sugiere a la comunidad tener en cuenta deportes innovadores tales como el Jiu Jitsu al ser reconocido como un deporte sin restricciones, (género, edad, condición física, psicológica y social) que estimula la participación y el ejercicio físico, conduciendo a un estilo de vida saludable.

Anexos

Anexo a. Autorizaciones para aplicación del proyecto

Universidad Pedagógica Y Tecnológica De Colombia

Facultad de ciencias de la Educación

Maestría en Pedagogía de la Cultura Física

Yo Elkara Castillo López con cédula 1.013.618.102 autorizo a mi hijo (a) Santiago Castillo López del grado forjador para que pueda participar en proyecto de grado **“Jiu Jitsu para el desarrollo propioceptivo motriz de los niños y niñas Centro Pedagógico Mándala en tiempos de Covid-19”** que será liderado por el estudiante de III semestre de Maestría en Pedagogía de la Cultura física Jersson Steven Valencia Lara identificado con cédula **1.073.384 845 de Simijaca.**

Yo Santiago Castillo López deseo participar en el proyecto de grado **“Jiu Jitsu para el desarrollo propioceptivo motriz de los niños y niñas Centro Pedagógico Mándala en tiempos de Covid-19”** que será liderado por el estudiante de III semestre de Maestría en Pedagogía de la Cultura física Jersson Steven Valencia Lara identificado con cédula **1.073.384 845 de Simijaca.**

Universidad Pedagógica Y Tecnológica De Colombia

Facultad de ciencias de la Educación

Maestría en Pedagogía de la Cultura Física

Yo Elkara Castillo López con cédula 1.013.618.102 autorizo a mi hijo (a) Santiago Castillo López del grado forjador para que pueda aparecer en fotos, dentro del proyecto de grado **“Jiu Jitsu para el desarrollo propioceptivo motriz de los niños y niñas Centro Pedagógico Mándala en tiempos de Covid-19”** que será liderado por el estudiante de III semestre de Maestría en Pedagogía de la Cultura física Jersson Steven Valencia Lara identificado con cédula **1.073.384 845 de Simijaca**

Anexo b. Diarios de Campo

DIARIO DE CAMPO 1

Fecha: (30/06/2020) **Hora:** (03:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala
Número de niños y niñas y edades: 2 niños – 9 años
observador: Jersson Steven Valencia Lara

Grado: Forjadores
Nombre del

1. Contenido del día, generalidades:

Esta primera práctica se realizó con dos niños, a través de una video llamada por la aplicación de “Zoom”, con el fin de aplicar una prueba “piloto” y a su vez analizar y evaluar el uso de las Tic’s como herramienta de comunicación observando posibles dificultades y beneficios que se puedan presentar al trabajar desde esta plataforma. Con el propósito de poder solucionarlos a tiempo, pero también para poder obtener una vista general sobre la aplicabilidad del test KTK.

Allí, se les sugirió a los estudiantes que tuvieran los materiales (previamente enviados en un vídeo explicativo) y estuvieran en compañía de un adulto.

Al dar inicio al test, tomar fotografías de los diversos ejercicios y observar la ejecución se pudo tener una perspectiva amplia de su aplicabilidad y las posibles estrategias que

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

Para dar inicio a la clase se realizó una ronda llamada “Baba chiba” en la cual, de forma simétrica se creaban ritmos chocando las manos primero contra las piernas, luego contra el pecho y se repetía la frase hasta conformar una melodía, fomentando el manejo del ritmo corporal y el control. Seguido de esto, para dar un calentamiento muscular enfocado a la parte perceptiva y el test KTK, se realizaron movimientos posturales en base al yoga como la postura del árbol y la garza donde los niños debían conservar una postura completamente erguida conservando el equilibrio sobre cada una de sus piernas. A partir de allí, se hicieron ejercicios de stretching de manera ascendente junto con un ejercicio de Core y abductores llamado Abs Quickness y crossover step. Consecutivo a estos ejercicios se dio un espacio de 5 minutos para adecuar el ambiente con los debidos materiales y así poder realizar la prueba e indicar cuales eran las normas que contenía cada estación, dentro de las que estaban; “caminata de retaguardia, salto Monopedal, translación lateral y salto lateral a dos pies”

Para finalizar, se realizó un estiramiento enfocado en los grandes grupos musculares de piernas espalda, cadera y tren superior.

por un lapso de 15 segundos.

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

Respecto al desarrollo disciplinar y dinámico de la clase, ambos estudiantes (Niño 1 y Niño

2) mostraron su agrado y participaron de forma atenta y organizada, cada uno procuraba adecuar su espacio acorde como se le indicaba.

Sin embargo, el niño 1 realizó la prueba en la sala lo que le trajo inconvenientes, debido a que el espacio limitaba el movimiento. Esta prueba piloto, permitió tomar en cuenta distintos problemas que pueden surgir como ocurre en este caso, donde el lugar es un punto importante a tener en cuenta, junto con otros aspectos relacionados como: material e indicaciones previas a cualquier actividad para que exista mayor fluidez a la hora de aplicar los distintos test o actividades propuestas.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

Es evidente que, a la hora de realizar ejercicio o actividad física se debe trabajar bajo la supervisión directa de un profesional en el área, no obstante, en este caso el proyecto procura juntar distintos ámbitos que rodean el desarrollo multidimensional del niño y la niña haciendo que interactúe en distintos campos como lo es el familiar, educativo, corporal, transmitir estas actividades y ser observadas nuevamente en una grabación, le permite al docente ser preciso a la hora de determinar las cualidades y debilidades motrices que tenga cada estudiante.

Sin embargo, si no existe un acompañamiento de los padres o algún familiar, puede que dificulte el desarrollo motriz al no poder estar pendiente durante la práctica para corregir la ejecución de cualquiera de los movimientos.

y cognitivo. Al

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

la prueba piloto no haya sido aplicada con los demás estudiantes que participaran en esta tesis, se pudo evaluar la parte motriz y comprensión comunicativa a partir de uso de las Tic's como herramienta pedagógica en temporada de aislamiento debido al "COVID-19".

Por otro lado, se puede afirmar que el "Test KTK" fue desarrollado de manera eficaz y manifiesta ciertos requerimientos de habilidades motrices que el niño y la niña debe tener a determinada edad. Dicho así, los resultados obtenidos en esta prueba no serán tomados en cuenta como parte evaluativa de la tesis, pero si serán tomados como base de referencia para evaluar sus avances adquiridos a lo largo de la aplicabilidad de los talleres junto con los test preestablecidos posterior a este.

Durante la aplicabilidad del taller, se pudo observar que uno de los estudiantes estaba realizando la prueba desde la sala de su casa, y por ello, se le limitó el libre movimiento durante la actividad. Dado los acontecimientos, es necesario anticiparse a los hechos durante las próximas clases y para ello se solicitará a través de un video explicativo a los padres de familia, los distintos materiales que se requieren y sus debidas ubicaciones para que se tengan en cuenta y los días de la aplicabilidad tengan mayor eficacia.

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- Trabajar por zoom tuvo consecuencias por límite de tiempo, así que las próximas clases se trabajaran por google meet.
- Es necesario realizar un video explicativo previo a la prueba, para que los días de la aplicabilidad tenga mayor eficacia

| TABLA DE INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS (Test KTK) | | | | | |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------------|
| Componentes Integrantes | SALTO MONOPEDAL Máx. 72 | SALTO LATERAL X 15 seg. 2 Rep. | TRANSPOSICIÓN LATERAL X 20seg. 2 Rep. | EQUILIBRIO DE RETAGUARDIA Máx. 72 | T O T A L |
| Niño 2 | 23 puntos | 18 Saltos | 15 Transposiciones | 22 puntos | 67 pt s |
| Niño 1 | 14 puntos | 13 Saltos | 10 Transposiciones | 18 puntos | 55 pt s |

| | | |
|---------------------|----------------------------------|-------------|
| (score ≤ 70) | Insuficiencia de la coordinación | (0 – 2%) |
| (71 ≤ score ≤ 85) | Perturbación en la coordinación | (3 – 16%) |
| (86 ≤ score ≤ 115) | Coordinación normal | (17 – 84%) |
| (116 ≤ score ≤ 130) | Buena coordinación | (85 – 98%) |
| (131 ≤ score ≤ 145) | Muy buena coordinación | (99 – 100%) |

Fuente: adaptado de Gorla, Araújo y Rodrigues, 2010, p.159.

CLASIFICACIÓN DEL TEST KTK

DIARIO DE CAMPO 2

Fecha: (13/08/2020) **Hora:** (02:00Pm. - 04:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del

observador: Jersson Steven Valencia

1. Contenido del día, generalidades:

En esta sesión, se pudo observar la participación activa de los padres de familia, quienes corroboraron en la recolección de datos y supervisión de la actividad; estudiantes como el niño 2 tuvieron inconvenientes técnicos y la niña 1 realizó la prueba una hora antes, debido a que tenía que realizar otras actividades. Sin embargo, con ayuda de los padres de familia se instauró un horario de clases dando inicio el día 13 de agosto del año vigente.

Añadido a esto, con ayuda de material fílmico, se hizo la aclaración de los diversos materiales requeridos para la aplicabilidad del “TEST KTK” el cual llevó un orden estructurado en el que participaron de la mejor forma, la mayoría de los integrantes del proyecto.

No obstante, los demás participantes no presentaron ningún otro inconveniente, por el contrario, se encontraban con todo su material y bastante activos a la hora de su participación. Por otro lado, ingresó una estudiante más en el grupo de aplicación, la niña 3 del mismo grado Forjador” tercero”.

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

Es necesario aclarar, la importancia que tiene el trabajar a través de las redes sociales, debido que estas mismas pueden ayudarnos o fallarnos. Todo esto, haciendo alusión a la gran importancia que tiene el haber informado a los padres de familia con antelación, de forma tanto escrita como visual sobre las diversas actividades que se planteaban realizar y los distintos materiales.

Esto no solamente favoreció la comprensión temática, sino que a su vez permitió que la aplicabilidad del taller fuera rápida y concisa, haciendo que todos los estudiantes reconocieran el orden y pudiera ser ejecutado de forma simultánea.

Otro aspecto a resaltar, es que la prueba piloto tomada anteriormente, permitió fortalecer puntos débiles que se omitieron en esta prueba y al favorecer el desarrollo de una mejor

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

Durante este día, en cada uno de los niños se vio reflejado su interés y habilidad física y motriz, dejando un amplio campo para trabajar distintos componentes perceptivos y propioceptivos como lo son la fuerza, la flexibilidad y no menos importante el equilibrio.

Es posible afirmar que el rendimiento de la mayoría de los estudiantes se encuentra por debajo del percentil aceptable, y prueba directa de esto es la primera estación del “TEST KTK” denominada como “*equilibrio de retaguardia*”, en la que la mayoría de los estudiantes no lograron coordinar sus movimientos a la hora de realizar la caminata, cayendo en varias ocasiones mucho antes de empezar a caminar.

Durante el desarrollo de la segunda estación de “*saltos monopedales*” se pudo observar

mayor control, aunque es necesario aclarar que la recepción de la caída era realizada a dos pies, lo que muestra un factor de desestabilidad; añadido a lo anterior, en el momento de realizar los saltos con la pierna que no era hábil, varios estudiantes mostraron inseguridad a la hora de saltar o direccionaban la caída del cuerpo por otro lado de la caja para no tropezar.

Durante el desarrollo de la tercera estación de “*saltos laterales*” no existió complicaciones ni interrupciones durante su realización, sin embargo, se pudo notar que los saltos dados por los estudiantes carecían de potencia, sin tomar en cuenta el factor de la resistencia el cual influyo bastante durante esta actividad.

Para finalizar esta prueba se realizó la actividad de “*transposición lateral*” la cual no tuvo ningún inconveniente y permitió evaluar aspectos coordinativos y de lateralidad. En gran medida se pudo observar que algunos estudiantes por el afán de hacer la mayor cantidad de transposiciones omitían realizar la técnica correcta al momento de acuclillarse.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

Durante esta primera sesión se pueden desglosar varios aspectos didácticos y de comunicación entre docente-estudiante-padre de familia. En primera instancia, es oportuno abordar el manejo temático de cada una de las clases, las cuales, se ha llegado al acuerdo de ser comunicadas y explicadas previa a su realización para tener mayor claridad. Añadido a lo anterior, se realizaron algunos videos explicativos, con el fin de que tanto estudiantes como padres de familia conocieran el propósito de la realización y los materiales necesarios para participar durante esta sesión.

Por otro lado, se hace interesante el fomentar realizar actividad física en tiempo de confinamiento, debido que la inactividad ha sido uno de los mayores problemas que se presentan a causa de la cuarentena, disipando a gran parte de la población y facilitando el sedentarismo.

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

Es de resaltar que la participación de estudiantes nuevos “en este caso la niña 3” generó un impacto bastante positivo y de rápida adaptación. Pues, por un lado, favorece en el momento de contrastar los resultados y por otro, permite poner a prueba habilidades motrices de cada uno permitiendo motivar tanto aquellos que han venido participando desde el inicio como a quienes incursionan por primera vez en la aplicación de estos talleres.

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- Concientizar a los padres de familia, para que tengan mayor acompañamiento con sus hijos durante la realización de los talleres, debido a que los espacios en casa en su mayoría son reducidos y pueden presentarse situaciones de riesgo.
- Mejorar aspectos comunicativos con los estudiantes tales como: mejorar el tono de voz durante las instrucciones, mayor claridad en las instrucciones de cada ejercicio

| TABLA DE INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS (Test KTK) | | | | | |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------|
| Componentes Integrantes | SALTO MONOPEDAL Max. 72 | SALTO LATERAL X 15 seg 2 Rep. | TRANSPOSICIÓN LATERAL X 20 seg 2 Rep. | EQUILIBRIO DE RETAGUARDIA Max. 72 | TOTAL |
| Niño 2 | 12 puntos | 18 saltos | 15 transposiciones | 22 puntos | 67 pts |
| Niño 1 | 27 puntos | 22 saltos | 9 transposiciones | 27 puntos | 85 pts |
| Niña 1 | 10 puntos | 20 saltos | 10 transposiciones | 15 puntos | 44 pts |
| Niño 3 | 20 puntos | 27 saltos | 8 transposiciones | 21 puntos | 76 pts |
| Niña 2 | 11 puntos | 21 saltos | 10 transposiciones | 20 puntos | 62 pts |
| Niña 3 | 12 puntos | 34 saltos | 9 transposiciones | 21 puntos | 76 pts |

CLASIFICACIÓN DEL TEST KTK

| | | |
|-------------------------------|----------------------------------|-------------|
| ($score \leq 70$) | Insuficiencia de la coordinación | (0 – 2%) |
| ($71 \leq score \leq 85$) | Perturbación en la coordinación | (3 – 16%) |
| ($86 \leq score \leq 115$) | Coordinación normal | (17 – 84%) |
| ($116 \leq score \leq 130$) | Buena coordinación | (85 – 98%) |
| ($131 \leq score \leq 145$) | Muy buena coordinación | (99 – 100%) |

Fuente: adaptado de Gorla, Araújo y Rodrigues, 2010, p.159.

DIARIO DE CAMPO 3

Fecha: (17/08/2020) **Hora:** (03:00Pm - 04:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del

observador: Jersson Steven Valencia Lara

1. Contenido del día, generalidades

Para la segunda sesión se buscó trabajar las habilidades motrices básicas de cada estudiante, fortaleciendo movimientos claves como mantener el equilibrio sobre una pierna, ejecutar de forma correcta un rollo hasta quedar de pie, entre otros.

Cómo temática central se trabajó un ejercicio propio del Jiu Jitsu denominado “camaronear” este ejercicio consistía en que estando acostados en el suelo boca arriba o posición supina, con las rodillas flexionadas y usando de apoyo los talones contra el suelo; el niño debía buscar desplazar su cuerpo realizando un torque con su cadera hacia el lado opuesto de la pierna con la que se impulsa mientras que, de forma simultánea toca la punta de los dedos de las manos la punta del pie que se encuentra estirado, realizando este movimiento de forma consecutiva por otro lado.

Es de resaltar, que estas actividades no solo permitieron evaluar y mejorar las condiciones perceptivas del niño y la niña, sino que también les ayudaron a trabajar

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

Dentro del ambiente de trabajo, se enfocó a los niños en mejorar las capacidades coordinativas básicas (viso pédica y viso manual) al trabajar ejercicios de reacción a situaciones de riesgo, movimientos como el camaronear y la parada técnica del Jiu Jitsu, generando más transiciones de ventaja en un contraataque.

Es de resaltar, que el Jiu Jitsu marca su contienda en el atacar y contraatacar es por ello, que no se puede generar un conocimiento significativo en un aprendiz si no sabe defenderse, dicho así se hace primordial que el docente quien dirige una práctica de un deporte novedoso, primero abarque sus experiencias en el enseñar a defenderse de manera correcta. Tema el cual, esta presto para trabajar tanto de forma directa como indirecta la coordinación de cuerpo y mente,

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

Para el avance de cada estudiante, es necesario tener en cuenta dos de muchos parámetros, en primer lugar; ¿Cómo es el rendimiento pasando por la parte académica, social y personal? Y en segunda medida cuál es su tipo de progreso, desglosándose en múltiples factores que se añaden a este desarrollo perceptivo motriz que adquiere cada estudiante haciendo uso del sistema neuromuscular.

Dicho así, se debe tener en cuenta que los movimientos básicos son aquellos que les proporciona fuerza y agilidad para solidificar las habilidades motrices básicas, tales cual como los ejercicios que se realizaron durante esta sesión:

— Rollos para adelante y para atrás

— Desplazamientos laterales en posición supina con ayuda de los talones.

— Gesto técnico de una parada de defensa.

Para poder reforzar la técnica trabajada en este día se les envió al concluir la clase recortes del video explicativo con los movimientos, para que sean practicados y recapitulados en la próxima sesión y poder ver sus avances.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

Para establecer una mejor conexión se han estado trabajando de forma grupal a partir de clases por video llamada, pero de igual forma se ha dejado muestras fílmicas en el grupo de Whats App de las técnicas realizadas y a realizar para que puedan ser practicadas de forma individual. Es así como se puede evaluar el interés de cada uno de los participantes en relación a la práctica y percepción deportiva.

También es importante aclarar la realización de juegos o retos físicos y motrices para iniciar la clase de forma agradable, permite que el estudiante se sumerja en una participación activa y se interese por practicar de forma autónoma en el ejercicio a desarrollar.

En este día se propuso un trabajo kinestésico de trabajo motriz fino, lateralidad y planos corpóreos, el juego consistía en utilizar dos pelotas de espuma “que rebotaran”, una en cada mano para realizar continuos movimientos de transición al lanzar la pelota de derecha a izquierda e intercambiando la posición de las pelotas con la mano o rebotándolas contra la pared y recepcionarlas en ambas manos.

3. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

Es de resaltar, que gran parte de los estudiantes muestran dificultad a la hora de apoyarse en el suelo sobre sus manos y realizar un rollo controlado. No obstante, dos estudiantes Niño 1- Niña 3 procuraban realizar los movimientos siguiendo el paso a paso de la técnica y de esta forma lograban ejecutar el movimiento, aunque les costaba recuperar la posición inicial para que el movimiento fuera continuo. De igual forma, se pudo observar que los ejercicios de yoga fueron los que tuvieron mejor acogida, dado que en su mayoría a los estudiantes se le facilitaba ejercicios relacionados la flexibilidad, al control de la respiración y corrección postural.

3. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- Mostrar otras variaciones del rollo
- Dejar actividades de refuerzo, para mejorar el rendimiento de los estudiantes durante las siguientes sesiones.

DIARIO DE CAMPO 4

Fecha: (20/08/2020) **Hora:** (04:00Pm - 04:50Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del observador: Jersson Steven Valencia Lara

1. Contenido del día, generalidades:

Teniendo en cuenta los ejercicios realizados la clase anterior, tales como, camaroneo y la realización de botes o rollos adelante y hacía atrás, estos mismos fueron tomados como punto de referencia para dar inicio a la clase, allí se propuso a los estudiantes realizar nuevamente el ejercicio de coordinación con las pelotas de espuma, pero en este día se realizó una variación al juego al proponer un movimiento diferente; en este caso el niño debía ubicarse en posición se sukasana frente a una pared y arrojar con una mano la pelota contra la pared mientras que la otra pelota la arrojaría de forma vertical, hasta que encontrara control del movimiento y lo realizara de forma inversa. Posterior a este ejercicio, se dio inicio al foco temático de la clase realizando desplazamientos cuadrúpedos al imitar el caminar de una lagartija, a partir de allí se agregaron movimientos realizados en la clase anterior hasta poder realizar la técnica del día denominada “single leg” este movimiento consistía en el movimiento frontal con una rodilla y recuperación de la postura inicial, es decir quedar nuevamente de pie; Esta transición puede ser algo sencilla pero compone gran parte de la amplitud del movimiento dado que a partir del simple movimiento de flexionar una rodilla y apoyarla en el suelo, permite avanzar de forma frontal y sentarse o evadir un ataque superior al desplazar el cuerpo de forma lateral.

Para finalizar se realizaron unos estiramientos en base a las posturas básicas del yoga como: El árbol, el gato, la cobra. sentadilla zumo

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

Para este día el propósito de la clase fue, fortalecer habilidades de motricidad gruesa y coordinación viso manual y viso pédica de los niños y niñas del grado forjadores, realizando diversos ejercicios y dinámicas.

El plan de actividades físicas implicó la estimulación sensorial en los niños, como tocar, moverse, controlar el cuerpo, ver, oír, elevarse contra la gravedad (equilibrarse), algo que, como sugiere M.E.N (2014) “es importante para el desarrollo y el aprendizaje en el niño, y más específicamente para su proceso de atención” pues es a partir de la atención y la práctica donde se construye el aprendizaje significativo.

Ahora bien, en muchas ocasiones puede existir el problema de que debido a que las clases son simplemente observadas, se omite el paso de la corrección individual de los movimientos, no obstante, en esta oportunidad se tuvo en cuenta por parte el permitirle a los niños y niñas dirigir parte de los entrenamientos, para que exista el proceso de la autoconstrucción y apropiación de los conocimientos y técnicas realizadas durante la sesión.

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

Durante el desarrollo de esta sesión cada uno de los estudiantes manifestó diversos avances e inconvenientes respecto a cada una de las actividades propuestas, por un lado, varios estudiantes evidencian tener un progreso respecto a la capacidad de equilibrio y coordinación; pero por otro, se observa que la capacidad de resistencia y postura corporal de los niños y niñas a un sigue siendo débil, al costarles tomar conciencia de lo importante que es la respiración y seguir un paso a paso para ejecutar los movimientos de la forma correcta. Durante esta clase varios niños mostraron su conformidad con los distintos ejercicios realizados, ya que afirman que están en constante exigencia física y poniendo a prueba sus capacidades, cabe aclarar que la participación tanto de niños y niñas ha mostrado cuales son las actividades en las que cada uno es hábil, denotando que la participación de los niños es mejor respecto a ejercicios de fuerza y resistencia, y las niñas tienen mayor afinidad con la parte de coordinación, respiración y flexibilidad.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

Durante este plan de actividad física, influyó en el desarrollo y organización neurobiológico, pues, como lo afirma Martínez (2015) “este depende de un adecuado funcionamiento y maduración a nivel visual, auditivo y táctil, que a su vez repercuten en la estructuración del esquema corporal, de la lateralidad y la orientación espacial, esenciales para los primeros aprendizajes escolares”

De allí que, durante estas sesiones se ha programado el realizar juegos coordinativos y de lateralidad debido a que, aunque su proceso y construcción temporo- espacial se encuentre desarrollado, aún carece de una estimulación adecuada. También se ha realizado ejercicios de respiración y yoga para mejorar aspectos de flexibilidad, respiración y control de postura corporal, los cuales pertenecen a la mejora general del desarrollo perceptivo motriz.

5. Hecho pedagógico más significativo y análisis del mismo

Los efectos positivos de las estrategias físico perceptivas del Jiu Jitsu se convierten en una herramienta fundamental en el ámbito escolar para la educación psicomotriz, la planificación motora y la consciencia corporal. Es así, como poco a poco los niños y niñas toman conciencia de su cuerpo en relación a su entorno y perfeccionan sus habilidades, de forma divertida.

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

Uno de los factores más relevantes en el presente plan de actividades físicas fue la realimentación o feed-back consciente en el cual, las actividades que se emplearon estuvieron centradas en la ejecución correcta del movimiento, y el desarrollo de la educación física infantil basada en ejercicios colectivos como el juego y movimientos coordinativos, como actividades individuales centradas en la coordinación, el equilibrio, la técnica y la flexibilidad como ejercicios posturales de yoga y técnicas de Jiu Jitsu.

DIARIO DE CAMPO 5

Fecha: (24/08/2020) **Hora:** (04:00Pm – 05:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del observador: Jersson Steven Valencia Lara

1. Contenido del día, generalidades:

Para el desarrollo de esta 4 sesión se ha tomado como punto de referencia el juego de malabarismo con pelotas de espuma, de esta forma se dio inicio a una clase autodirigida por los estudiantes, allí se recordaron todos los ejercicios practicados durante las sesiones anteriores y posterior a esto se realizó un stretching moderado para poder pasar al foco temático de la clase.

Teniendo en cuenta que el test intermedio se realizará en la siguiente sesión, y a forma de preparación, esta clase estuvo centrada en trabajar el equilibrio unipodal, saltos laterales y trabajo de cargas. Dado que, se realizó una *transición bipedal de equilibrio* en la que el estudiante debía sentarse y ponerse de pie sin usar las manos, también se trabajó una *nueva variación de rollo* retando a los niños y niñas y un ejercicio con peso denominado *Single leg stability*.

Por otro lado, cabe resaltar que debido a urgencias médicas dos niños, niño 3 y niña 3 no pudieron participar, sin embargo, se envió el video por Whats app de cada uno de los ejercicios realizados en clase para que con ayuda de los padres de familia se pusieran al día en casa.

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

Es importante resaltar que el maestro de actividad física, debe mostrarse atento y enérgico a lo largo del desarrollo de la sesión, pues los niños y niñas de estas edades necesitan motivación constante que les ayude a superar los retos propuestos de la mejor forma posible. Tal como afirma Escudero (2009) “la Educación Física como forma de actividad humana requiere por parte de la personalidad un móvil para poder ejecutarse, de ahí que la motivación como componente de la regulación inductora asuma en ella una importancia decisiva” p.1 bien se entiende lo relevante de, evitar que las clases se desarrollen en un ambiente monótono, por el contrario el maestro debe innovar constantemente, escuchar y apoyar a sus alumnos, aún más si al trabajar de forma virtual, dado que la conexión de la mayoría de niños es regular por lo que siempre se debe estar animándolos, apoyándolos y procurando que atiendan al desarrollo de las clases, así su señal sea baja.

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

Durante el desarrollo de esta sesión, los niños estuvieron atentos y comprometidos con la ejecución de cada uno de los ejercicios propuestos, el haber trabajado actividades coordinativas, de equilibrio y resistencia logró demostrar avances en ellos. Sin importar el número de intentos, en esta sesión el propósito era mejorar y no decaer, contrario a esto se quiso fortalecer el desarrollo los estímulos desde la distribución de cargas y ejercicios cinéticos. Añadido a lo anterior, para los estudiantes fue todo un reto poner en práctica sus habilidades de percepción visual, kinestésica y desarrollo de la lateralidad.

Cabe resaltar, que dentro de esta sesión fue relevante entender que para los niños y niñas es diferente el manejo y distribución de cargas físicas tal como acota Albornoz (2017)“es necesario que el niño se enfrente sistemáticamente a nuevos estímulos que provoquen adaptaciones” p.2 por lo que se entiende que el retar a los niños y aumentar el grado de dificultad de los ejercicios a medida que avanzan los talleres, les permite superar sus límites, aportar a su desarrollo perceptivo motriz y tener mejor conocimientos de las capacidades y habilidades corporales.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

Dentro de las actividades desarrolladas, estuvieron en primer lugar el *giro de reloj* el cual le permitía al niño y a la niña fortalecer su manejo coordinativo viso manual y capacidad de reacción y percepción de los objetos a su alrededor, la actividad *single leg stability* no solo fue algo nuevo y divertido para ellos, al permitirles aprender de su fuerza y equilibrio también les ayudó a desarrollar habilidades propioceptivas enfocadas en la resistencia, la fuerza y los estímulos.

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

El fortalecer el cuerpo con ejercicios de equilibrio, fuerza y resistencia permite que el niño adquiera el reconocimiento de diferentes planos, al diversificar movimientos entre su plano transversal, frontal y sagital, mejorando su composición corporal. A esto se suma el desarrollo actitudinal relacionado con las emociones y el área neuromuscular, durante la cuarta sesión se trabajaron ejercicios que desarrollara ambas estructuras de forma transversal.

A partir de estas actividades, se busca unir el trabajo perceptivo motriz con el sistema sensorial del niño y la niña, apoyando lo que afirma Peña (2017) “las aferencias sensoriales, búsqueda, registro, sensibilidad y evitación permiten al individuo adquirir el sentido del movimiento, para obtener estas habilidades es necesario manejar una visibilidad general extrínseca e intrínseca, en la percepción del aprendizaje significativo que adquiere el niño incursionando de forma experimental” es decir que el cuerpo, las sensaciones, los sentidos y la acción, deben entenderse como algo conjunto que compone un eje importante en el desarrollo perceptivo motriz del niño.

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- Concientizar a los padres de familia, para que tengan mayor acompañamiento con sus hijos durante la realización de los talleres, debido a que los espacios en casa en su mayoría son reducidos y pueden presentarse situaciones de riesgo durante la realización del test KTK.

DIARIO DE CAMPO 6

Fecha: (27/08/2020) **Hora:** (04:00Pm - 05:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del observador: Jersson Steven Valencia

1. Contenido del día, generalidades:

Para este día se encontraba programada la realización del test KTK con el cual, se pudo obtener un registro intermedio del avance de cada uno de los estudiantes hasta la fecha, en el que se procuró que las pruebas fueran realizadas en distintos horarios para tener mayor concentración y poder observar el rendimiento de forma individual.

Durante la realización de esta prueba se pudo observar que varios niños aun omiten el gesto técnico de algunos ejercicios, sin embargo, manifiestan tener interés por mejorar sus habilidades coordinativas y de salto vertical.

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

Quizás algunos aspectos de pedagogía varíen debido a los múltiples aspectos que rodean el desarrollo de esta tesis la cual, busca mejorar las capacidades perceptivo motrices y desarrollar la autoconfianza y motivación a la realización de ejercicio de forma constante durante un confinamiento.

Si bien se ha podido mejorar la comunicación temática y didáctica con los estudiantes, se hace evidente por un lado que el fortalecimiento y perfeccionamiento de técnicas y ejecución van a requerir de un mejor acompañamiento haciendo en este caso tomar conciencia al niño y la niña la importancia del auto ejercicio y compromiso.

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

En este día se reafirmaron fortalezas y debilidades de cada estudiante a través del test KTK, por un lado, aquellos que en su primera prueba estaban inseguros esta vez se mostraron más conscientes de su técnica y persistentes, al arriesgarse a tomar sus tentativas necesarias para ejecutar el ejercicio de forma correcta.

Por otro lado, respecto a cada una de las categorías de esta prueba, se evaluó de forma individual teniendo en cuenta una perfecta ejecución de los movimientos.

En primer lugar, durante la estación de *equilibrio*

12o de retaguardia se observó que varios estudiantes adquirieron mayor equilibrio y resistencia a la caída, sin embargo, cuando realizan su equilibrio en las vigas de menor grosor pierden el equilibrio rápidamente al igual que sus tres oportunidades y es a partir de varias repeticiones cuando algunos niños y niñas logran dar de 5 a 6 pasos para cruzar en los largueros de menor grosor.

En la siguiente estación de *saltos Mono pedales* los niños y niñas se enfocaron en realizar el ejercicio siguiendo las indicaciones aclaradas en el test anterior el cual consistía en saltar sobre las cajas de cartón sobre un solo pie y recepcionar la caída con el mismo pie, pero al parecer aún se siguen presentando problemas a la hora de combinar un movimiento espacial debido que al realizar este tipo de salto se presenta un impulso vertical con dirección longitudinal.

En la tercera estación se realizaron *los saltos laterales*, que en cierta forma no solo es un ejercicio favorece y evalúa la velocidad, también le permite al niño y la niña tomar conciencia de su esquema corporal y las diversas reacciones que se generan al estar en continuo movimiento haciendo crear conciencia de la recepción de caída del cuerpo en caída libre, lateralidad y desplazamiento corporal implicando saltos verticales.

Para finalizar esta prueba se tuvo en cuenta la estación de *transposición lateral*, una actividad que al parecer es sencilla, pero implica grandes grupos musculares, reconocimiento lateral y una técnica de cuclillo para recoger cada tabla y desplazarse en un campo abierto.

Cosas elementales como las dichas anteriormente, permiten describir el tipo de atención y rendimiento de cada uno de los estudiantes, ya que no solo es realizar la mayor cantidad de transposiciones, sino que de igual forma se debe tener en cuenta una ejecución correcta.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

Los avances adquiridos de forma individual reflejan, que los estudiantes siguen mostrando debilidades respecto a su control sensorial y salto vertical, los cuales posiblemente se vean afectados al no tener un entrenamiento adecuado ni activación muscular a partir de técnicas básicas como realizar una sentadilla y otra serie de grupos musculares.

Esto no quiere decir que su progreso sea lento ni que no exista, por el contrario, es uno de los factores en los cuales esta tesis interviene a partir de los diversos talleres que se han realizado y añadido a los siguientes. Se pretende inculcar en cada uno de los estudiantes el concepto del auto ejercicio y la disciplina para lograr percibir el equilibrio corporal y

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

El propósito de trabajar esta sesión de forma personalizada era dirigir la mayor atención a cada una de las estaciones por las que cada niño y niña debía cruzar, y de esta manera evidenciar las falencias coordinativas de cada estudiante, para que puedan ser corregidas durante las próximas prácticas y estén mejoradas para la última prueba la cual será dentro de 5 talleres.

En este día se les platicó acerca del compromiso que cada uno debe tener para mejorar y de la importancia que tiene el realizar cada uno de los ejercicios propuestos de forma autónoma, tal como afirma Rodríguez (2011) “la auto ejercitación juega un papel fundamental en lo educativo y lo instructivo. En lo educativo centra su atención en: desarrollar intereses hacia esta esfera de estudio, potenciar valores vinculados con la actividad independiente y el desarrollo del hábito de práctica sistemática del ejercicio físico. En relación con lo instructivo, además de enseñar y organizar, orienta y facilita adquirir el conocimiento; su preparación es clave en la formación de las habilidades para la auto ejercitación del ejercicio físico” p.1 bien se entiende que el estudiante también debe participar en su aprendizaje, de la mano del docente quién debe convertirse en un mediador en dicho proceso.

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- Fortalecer en los niños y niñas su estructura corporal a partir de diversos ejercicios que trabajen grandes grupos musculares, proporcionando mayor sincronía neuromuscular en próximas pruebas físicas.
- Realizar mayor trabajo grupal en familia para generar otro tipo de habilidades exteroceptivas en los niños y niñas, a fin de poner sus habilidades en un contexto recreativo oportuno.

| TABLA DE INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS (Test KTK) | | | | | |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------|
| Componentes Integrantes | SALTO MONOPEDAL Max. 72 | SALTO LATERAL X 15 seg 2 Rep. | TRANSPOSICIÓN LATERAL X 20 seg 2 Rep. | EQUILIBRIO DE RETAGUARDIA Max. 72 | T |
| Niño 2 | 27 puntos | 18 puntos | 22 transposiciones | 28 puntos | 95p ts |
| Niño 1 | 30 puntos | 48 saltos | 40 transposiciones | 40 puntos | 158 pts |
| Niña 1 | 24 puntos | 15 saltos | 26 transposiciones | 30 puntos | 95p ts |
| Niño 3 | 38 puntos | 28 saltos | 32 transposiciones | 28 puntos | 126 pts |
| Niña 2 | 31 puntos | 35 puntos | 27 transposiciones | 30 puntos | 123 pts |
| Niña 3 | 26 puntos | 15 puntos | 22 transposiciones | 22 puntos | 85p ts |

CLASIFICACIÓN DEL TEST KTK

| | | |
|---------------------|----------------------------------|-------------|
| (score ≤ 70) | Insuficiencia de la coordinación | (0 – 2%) |
| (71 ≤ score ≤ 85) | Perturbación en la coordinación | (3 – 16%) |
| (86 ≤ score ≤ 115) | Coordinación normal | (17 – 84%) |
| (116 ≤ score ≤ 130) | Buena coordinación | (85 – 98%) |
| (131 ≤ score ≤ 145) | Muy buena coordinación | (99 – 100%) |

Fuente: adaptado de Gorla, Araújo y Rodrigues, 2010, p.159.

DIARIO DE CAMPO 7

Fecha: (31/08/2020) **Hora:** (04:00Pm - 05:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del observador: Jersson Steven Valencia

1. Contenido del día, generalidades:

De acuerdo a las observaciones obtenidas del taller anterior, se propuso en este día trabajar con un integrante de la familia con el objetivo de recrear un ambiente lúdico y generar otro tipo de habilidades perceptivo motrices a partir del trabajo grupal.

A partir de allí se realizó una clase auto dirigida por cada estudiante e integrante de familia que, acompañada por un docente quien explicaba la realización de diversas técnicas ya realizadas junto con la que correspondía en este día, se dispuso de una movilidad articular seguido a un calentamiento con jump jacks “payasitos” y saltos de tijera, tronquitos (en pareja uno de los participantes se ubicaba en flexión de hombro extendida, mientras que el otro participante cruzaba por debajo del compañero desplazándose girando como tronco).

En este día la técnica primordial se denomina como “bridge to turtle” puente a tortuga, es una transición de movimientos, el cual consiste que en tres movimientos el cuerpo pueda pasar de posición supina recostado en el suelo a postura de tortuga o posición prono recogido entre sus rodillas, también se realizaron actividades de coordinación y equilibrio.

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

El realizar un diario de campo de forma continua permite reflejar algunos detalles que afectan el desarrollo de las clases es así que, en gran medida se han corregido algunos aspectos que merecían un cambio, tal es el caso de trabajar de forma grupal y el realizar ejercicios con distribución de cargas. Es necesario aclarar que estos ejercicios se han realizado con carga moderada, con el objetivo de activar los músculos principales encargados del equilibrio y la coordinación.

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

En cierta forma este día dejó mucho al descubierto, debido que al ser una clase de trabajo grupal y requerir de un integrante de la familia, se hace que el niño y la niña haga uso de sus habilidades internas y externas de socialización. Por un lado hubo varios estudiantes que trabajaron con su padre de familia, primo o hermano, pero por otro, para aquellos que no contaban con un integrante se les recomendó trabajar las actividades grupales también pues, a decir verdad estas actividades también podían ser desarrolladas de forma individual, sin embargo todo fluyó con normalidad permitiendo que cada uno de los estudiantes participaran y se divirtieran realizando ejercicio físico a partir de actividades coordinativas, de resistencia y flexibilidad.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica

El desarrollar desplazamientos con movimientos específicos, es una de las tareas primordiales que los niños y niñas de estas edades deben realizar a menudo para estimular diversas áreas y conexiones neuromusculares disminuyendo la atrofia muscular y kinésica. En este día varios estudiantes mostraron rigidez a la hora de ejecutar cada una de las acciones y les tomo varios minutos adaptarse a la técnica del día, por lo tanto, se pretendió llegar a común acuerdo de dejar que cada uno de ellos tuviera un tiempo para mejorar sus técnicas y colectivizaran sus conocimientos al trabajar con un integrante de la familia. Sin embargo, a pesar del tiempo de trabajo varios niños han tenido que trabajar de forma individual y esto refleja resultados de poco progreso y desinterés por ejercitarse.

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

A pesar de la dificultad de los ejercicios varios estudiantes son persistentes e intentan mejorar sus técnicas de desplazamiento lo cual, les permite apropiarse de su percepción de esquema corporal y de su proceso de aprendizaje. Es de resaltar que en repetidas ocasiones entre los mismos estudiantes se corrigen sus falencias y aprenden al observar las acciones de sus compañeros

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- Permitir que los estudiantes durante la próxima clase se apropien de las variadas técnicas trabajadas, estas tendrán que ser registradas de forma fílmica para tener un muestreo de los progresos y tener en cuenta algunas correcciones.

DIARIO DE CAMPO 8

Fecha: (03/09/2020) **Hora:** (04:00Pm – 05:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del observador: Jersson Steven Valencia

1. Contenido del día, generalidades:

En primera instancia, con dos días de anterioridad se envió un video explicativo de la técnica del día para que de esta forma los estudiantes guiándose de forma visual, recrearan en cada una de sus casas dicha técnica junto con un itinerario de actividades grupales para mejorar aspectos de fuerza, coordinación y lateralidad.

En general, se pudo observar que los chicos y chicas requieren de otra sesión en donde se corrijan algunos detalles de movimiento de cada una de sus estructuras corpóreas y posturas de mayor eficacia debido a que durante el muestreo fílmico varios estudiantes cometieron los mismos errores respecto a la técnica del drill “Wall walks” al girar siempre en dirección opuesta.

De la mano con las técnicas de rollo, camaroneo, parada técnica y el drill de transición de desplazamiento vertical contra la pared, se propuso diversificar las formas de enseñanza dentro de esta propuesta y de esta manera trabajar con varios movimientos

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

Para este día se realizó una clase auto dirigida, en donde se les dejó a cada uno de ellos una serie de técnicas y movimientos, los cuales deberían realizar y enviar durante el lapso de este día. Por otra parte, también se dejó el link de Google meet como opción para aquellos que quisieran corregir sus movimientos y tuvieran inquietudes. Permitiendo que tanto los estudiantes como el

docente tuvieran tiempos precisos para ver cuáles eran aquellas debilidades que necesitaban ser corregidas y trabajar en base a todos los ejercicios practicados en talleres anteriores.

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

Lo anterior, permitió determinar el interés de cada estudiante y establecer nuevos parámetros a tener en cuenta a la hora de ejecutar los movimientos como lo es tener en cuenta el orden de los movimientos y las extremidades que generan la clave del movimiento correcto.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

El dejar esta clase como espacio de corrección de movimientos y perfeccionamiento de técnicas, proyectó en cada uno de los estudiantes un compromiso con la el auto cuidado y el hábito de realizar ejercicio o practicar un deporte de forma autónoma e independiente.

Dicho así, los estudiantes mostraron su responsabilidad, al enviar sus videos con los respectivos ejercicios sin importar su forma de ejecución. Es así como, con este ejercicio se pretende dejar que el estudiante no sienta el deporte ni el ejercicio como una carga, sino como un acto cotidiano por el cual puede divertirse e invertir tiempo de calidad.

Por otra parte, en este día se evaluó la ejecución del dril wall walks, en el que la mayoría de los estudiantes afirman haber manifestado tener dificultades respecto al reconocimiento de los movimientos y las principales extremidades que lo componen. Sin embargo, es importante aclarar que durante este día varios estudiantes como niña 2, niño 3, niña 1 y niño 2 realizaron el ejercicio hasta conseguir la transición deseada a pesar que sus ejecuciones fueran lentas.

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

En este caso, sería oportuno resaltar la transversalidad del uso tecnológico para promover la actividad y ejercicio físico en casa, así como la práctica del Jiu Jitsu y el poder adquirir registros fílmicos para afianzar las capacidades desarrolladas por cada estudiante. También el realizar algunas de estas sesiones previamente con videos explicativos, genera un espacio abierto durante las mismas, para poner a prueba la capacidad de aquellos niños que han manifestado tener problemas de conectividad, por un lado, están en constante practica de los movimientos en las técnicas ensayadas y por otro, predisponen el cuerpo y la mente para la realización del test KTK final. para permitirle al aprendiz conservar una serie de movimientos y técnicas primarias que ponen sus habilidades a prueba en diversos planos del movimiento.

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- Replantear nuevas estrategias para realizar correctamente el drill Wall Walks.
- Observar pruebas fílmicas sobre avances y dificultades manifestadas por cada estudiante.
- Motivar a la realización del ejercicio físico y la práctica del Jiu Jitsu sin importar los resultados obtenidos por cada uno.

DIARIO DE CAMPO 9

Fecha: (10/09/2020) **Hora:** (04:00Pm – 05:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del observador: Jersson Steven Valencia

1. Contenido del día, generalidades:

En este taller denominado “Jiu Jitsu control” se propuso adquirir mayor comprensión de los estudiantes con respecto a entender que este deporte tiene un control primario sobre la mente y posterior a ello, recurre a una fuerza que permite generar un movimiento reconocido.

Dicho así, se realizó una ejecución continua de movimientos tales como; rollo (giro hacia delante de 360°) en posición supina realizar “camaroneo” o desplazamiento hacia atrás impulsado por los talones, y por último una parada técnica teniendo en cuenta los apoyos correctos. Un conjunto de elementos que, si se observan de forma detallada, permiten reconocer la transición del cuerpo de un punto A que pasa por más de cuatro fases para llegar nuevamente a su punto de origen.

También se realizaron ejercicios de media luna para principiantes, a partir de desplazamientos básicos como monkey walk, en los que se generaba de forma progresiva

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

El realizar talleres grupales e individuales ha permitido que el estudiante perciba que no hay necesidad de tener el docente cerca para poder ser instruido, esto los hace un mayormente independientes y perspicaces a la hora de detectar cualquier instrucción realizada en clases en vivo, también se ha podido evidenciar que el desarrollar técnicas previamente observadas y practicadas, es una estrategia exitosa la cual brinda buenas herramientas para poder disminuir la inactividad y disipación de la atención del estudiante durante cada una de las sesiones realizadas al sentir que tiene

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

Durante esta sesión se había planteado el uso de una llanta vieja para poder realizar ejercicios de salto y coordinación, pero para todos los estudiantes fue uno de los elementos que se les dificultó encontrar o adquirir es por ello que, para sustituir esta actividad se propuso realizar ejercicios en pareja con actividades como “tronquitos” “carretilla” y ejercicios coordinativos tales como; conservar el equilibrio sobre una pierna mientras el estudiante se sujetaba del compañero.

Es también necesario afirmar, que para la práctica de este deporte se requiere la participación de otro integrante, no solo para realizar las técnicas sino para que de esta forma se desarrolle mayor espíritu, motivación y competitividad.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

Si bien se pretende trabajar las capacidades perceptivo motrices de cada uno de los estudiantes, es necesario hacerles intuir de que caracteres se compone este concepto teniendo en cuenta así: un **reconocimiento corporal** el cual participa en una **espacialidad**, a partir de una **temporalidad** de movimientos. Dicho así, estos tres elementos son aquellos que componen como mínimo una habilidad controlada que permite que el cuerpo realice acciones acordes a una serie de movimientos coordinados. Es así como, para este autor las capacidades que se describen a continuación derivan de las anteriores Setubal (2020) “lateralidad, ritmo, equilibrio y coordinación”.

A partir de esto, se pretende obtener un resultado parcial sobre las características de cada una de las capacidades de los estudiantes, desde la aplicabilidad del test Ktk el cual agrupa las categorías anteriores en cada una de sus estaciones.

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

Los estudiantes han mejorado de manera progresiva, aunque aún se siguen manifestando dificultades tanto de conexión como de participación de algunos integrantes como lo es Alejandra y Samuel quienes, al no tener conectividad durante estos dos últimos talleres, han tenido que recurrir a una única forma de obtener un resultado, a través de un registro fílmico muy corto, el cual no permite observar si los procesos de ejecución de los movimientos son los indicados.

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- La participación durante las últimas sesiones será de carácter obligatorio y deberá ser registrada la participación de cada uno de ellos.
- Realizar un conversatorio acerca del Jiu Jitsu con integrantes del equipo de Afinity BJJ Colombia con deportistas de cinturón púrpura y azul.

DIARIO DE CAMPO 10

Fecha: (14/09/2020) **Hora:** (04:00Pm – 05:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del observador: Jersson Steven Valencia

1. Contenido del día, generalidades:

Se dio inicio a esta sesión con el propósito observar los avances adquiridos por cada uno de los estudiantes y poder realizar todos los ejercicios practicados durante todos los talleres de forma simultánea, es así que a partir de una movilidad articular se dio inicio a la práctica deportiva realizando un calentamiento corporal con: jump jacks “payasitos” y “jump zisers” o tijeritas.

De allí se procedió a realizar movimientos locomotores de baja intensidad por toda la colchoneta dando un espacio libre para realimentar actividades realizadas previamente y conectar la transición de los movimientos. Se corrigió de forma individual y grupal la ejecución de técnicas y movimientos como rollo 360° para adelante, invertido, camaroneo, parada técnica y la realización correcta de los burpees.

Para finalizar la clase se tenía programado un conversatorio con deportistas profesionales en este deporte a los cuales se les pudo realizar todo tipo de preguntas y también saber sus opiniones acerca de la práctica del Jiu Jitsu.

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

El deporte educativo es una gran composición del ejercicio físico entrelazado de un deporte que engrane las reglas, la competencia, el aprendizaje y la diversión del individuo, para garantizar la formación integral de quien participa. ya que desarrolla la capacidad de movimiento, habitúa a la relación con los demás y a la aceptación de las reglas, a la vez que estimula la superación. No obstante, para que sea visto como un aprendizaje significativo este deporte debe ser tomado desde un ámbito formativo. Siguiendo a Blázquez (2009) el deporte educativo “constituye una verdadera actividad cultural que permite una formación básica, y luego, una formación continua a través del movimiento” y esta forma de deporte propone una búsqueda de metas más educativas y pedagógicas aplicadas al deporte de iniciación, y se aparta de los aspectos competitivos del deporte.

Esto quiere decir que las actividades realizadas durante estos talleres tenían como finalidad fortalecer las capacidades perceptivo motrices del estudiante antes de incentivar a la violencia. Es así como temas como estos se abordaron durante el conversatorio, para dejar claro cuáles son los propósitos que cada estudiante debe plantearse desde la práctica de cualquier deporte.

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

En el desarrollo de esta clase varios estudiantes como: Santiago, Mariana, Juan, Samuel y compañía se mostraron llenos de efusividad al tener un espacio abierto de conversación acerca del deporte, a lo que surgieron preguntas interesantes como:

- ¿Cuáles son los rangos para niños?
- ¿Cuánto se tarda uno para ser cinturón negro?
- ¿A qué edad se puede participar en los torneos?
- ¿Qué hay de positivo en practicar el Jiu Jitsu?
- ¿Hay torneos para niñas de Jiu Jitsu?

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

La actividad deportiva es un componente fundamental en los buenos hábitos y estilos de vida del ser humano, pero no puede ser materializados en el pensamiento de cada individuo si no se ha manifestado tener un acercamiento directo hacia diversas disciplinas y no se reconoce que compone a cada deporte. Es por ello que, a través de esta clase el propósito inicial era despertar el interés por la adquisición de valores y reconocimiento de la disciplina que compone a este deporte, dejando que expresaran dudas e inquietudes sin importar que tipo de pregunta fuese.

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

Para percibir las voces de los niños y las niñas es necesario agudizar los sentidos, pero para comprenderles, es necesario agudizar el pensamiento. “las manifestaciones de los niños y niñas son diversas a partir de juegos, gritos, movimientos. Son las lógicas, argumentos y pensamientos que surgen como explosiones, develando gustos y sentimientos que pueden ser de colores o en blanco y negro” Suarez (2016)

5. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- La participación durante las últimas sesiones será de carácter obligatorio y deberá ser registrada la participación de cada uno de ellos.
- A partir del siguiente taller, ya no se tendrá en cuenta la corrección de los movimientos de diversas técnicas realizadas a lo largo de cada taller para así, poder preparar a los estudiantes de forma directa hacia la aplicabilidad del test Ktk final.
- Quienes cuenten con el material, la próxima clase podrán realizar la prueba, debido a que por finalizaciones de periodo manifiestan no tener más tiempo de participación.

DIARIO DE CAMPO 11

Fecha: (17/09/2020) **Hora:** (04:00Pm – 05:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del

observador: Jersson Steven Valencia

1. Contenido del día, generalidades:

Durante esta sesión se programó la entrega de evidencias fílmicas sobre cada uno de los ejercicios y se permitió que aquellos estudiantes que podían presentar la prueba, lo hicieran.

Posterior a la consignación de registros fílmicos por los estudiantes, Alejandra, Samuel y Mariana decidieron realizar la prueba, es de resaltar que antes de iniciar la clase ya tenían su espacio adecuado para la ejecución de las diversas estaciones.

Es preciso resaltar que, el desarrollar la prueba de esta manera permitió tener mayor energía de los participantes y adquirir un resultado óptimo e individualizado, lo que favorece en gran medida la recolecta de información.

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

Durante esta sesión se programaron horarios para que cada uno de los estudiantes contara con un espacio único para la realización de la prueba, lo cual corroboró a que los demás estudiantes se instruyeran acerca del tiempo que tendría y el orden cronológico de cada una de las estaciones.

Otro aspecto a tener en cuenta es que previo a la realización de cada estación se le permitía a cada estudiante tener una tentativa de ensayo, el cual favoreció en gran medida al desarrollo técnico de cada participante durante la prueba.

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

En este día para la realización del test Ktk se desarrolló con los estudiantes: niño 3, niña 1 y niña 2 quienes a lo largo de los talleres mostraron tener interés, pero aun así carecieron de mayor participación en algunos talleres y actividades tanto grupales como individuales.

En este orden de ideas, el primero en realizar la prueba fue el niño 2, quien, a pesar de no cumplir con las medidas indicadas para algunos materiales de la prueba, se esforzó y procuró realizar de manera técnica cada ejercicio; sus resultados en esta última prueba lo ubicaron en una posición de buena coordinación, aunque al parecer una de sus mayores debilidades durante las pruebas siempre estuvo en caminar en retaguardia y realizar saltos a un solo pie. Por otro lado, niña 2 y niña 1 realizaron la prueba de forma simultánea permitiendo que ambas estuvieran en ambiente competitivo y se exigieran fuera de los límites tenidos en pruebas anteriores, en este caso es evidente que cada niña muestra una debilidad en una estación como lo es la niña 2 quien obtuvo menor puntuación en la prueba de salto Mono pedales, y la niña 1 manifiesta que su mayor dificultad eran los saltos laterales debido que se cansaba

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

La coordinación motriz es uno de los procesos elementales que deben ser trabajados en los niños y niñas que oscilan durante estas edades, ya que provee capacidades perceptivo- motrices esenciales al realizar diversos movimientos físicos en base a la coordinación, transposiciones corpóreas, y saltos en diversas direcciones.

Es aquí donde se reflejan todos los trabajos y actividades realizadas en talleres anteriores, durante las fases de realización del test Ktk se les intervenía únicamente para avisar los tiempos mientras que pasaban de una estación a otra.

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

Alejandra supera el miedo a realizar mejor los saltos Mono pedales y se esforzó en tener buena capacidad cardio respiratoria durante la prueba de saltos laterales.

“Los saltos implican un despegue de la superficie con o sin carrera previa y, de esta manera, la existencia de una fase aérea o de suspensión más o menos duradera y en la que normalmente se consigue el objetivo del salto y, finalmente, una caída o retorno a la superficie.” Diaz (1999)

Es posible que el hecho de tener poco impulso, le haya generado en múltiples ocasiones problemas a la hora de saltar, sin embargo, sus resultados fueron de una coordinación normal, esto no quiere decir que este puntaje haya sido obtenido por su características físicas, sino que posiblemente su participación fue fugaz y no contó con la suficiente preparación para adquirir un mejor desempeño, como posiblemente le pudo suceder a otros.

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

- Integrar la práctica de ejercicios físicos en base a este deporte permitirá que el estudiante adquiriera un mejor desempeño psicomotriz, sensorial y perceptivo motriz lo que es un aspecto importante que debe tener un espacio de socialización y práctica.

DIARIO DE CAMPO 12

Fecha: (21/09/2020) **Hora:** (04:00Pm – 05:00Pm)

Lugar de Observación: Centro Pedagógico Mándala

Grado: Forjadores

Número de niños y niñas y edades: 6 niños – 9 años

Nombre del

observador: Jersson Steven Valencia

1. Contenido del día, generalidades:

Para este día se encontraba programada la prueba por parte del niño 1, niña 3 y niño 3 quienes a medida que se conectaban a la clase iban adecuando el espacio y teniendo en cuenta el orden de las estaciones que se habían mostrado en videos anteriores publicado por YouTube y enviados por el grupo interno de Whats app.

2. Descripción del ambiente de la sala de clases

2.1 Actividades referidas al maestro (comportamientos y actitudes del docente en el aula de clase)

En este grupo es evidente que la emocionalidad es diferente y que se enfocan en desarrollar los ejercicios como si fuera una competencia, es por ello que era necesario recordarle a cada uno de los estudiantes que la actividad se centraba más en la técnica que la

3. Actividades referidas al estudiante (comportamientos grupales e individuales)

Durante esta sesión se dio inicio a la prueba con el niño3 quien ha tenido buena participación durante todos los talleres obteniendo una muy buena coordinación motriz, en ciertos aspectos se puede decir que su motivación fue la que lo incito a realizar la prueba en primer lugar, estando preparado y con las estaciones en el orden correcto. El niño 1 es también uno de los estudiantes que se caracterizó por tener un desempeño agradable durante todos los talleres de la tesis y a pesar de tener una falla intermitente debido a asuntos externos su resultado de la prueba fue de una muy buena coordinación motriz. La niña 3 quien desde inicios de las pruebas y talleres se caracterizó por su flexibilidad, y coordinación eficaz, esta prueba tuvo la oportunidad de mejorar sus resultados y tener una puntuación que refleja una muy buena coordinación motriz.

4. Actividades y procesos referidos a la comunicación didáctica (organización de clase, orden, parte didáctica)

Para obtener un mayor contraste de los resultados, se pretende evidenciar el desempeño de cada estudiante tanto de forma individualizada como colectiva para que objetividad se perciba cuáles fueron aquellas características mejoradas y cuales aún permanecieron en un punto neutral.

5. Hecho pedagógico significativo y análisis del mismo

Todos los chicos de este grupo tuvieron una muy buena coordinación motriz, esto posiblemente sea porque su desempeño ha sido excepcional durante los talleres y por ende se reflejan resultados positivos, sin embargo, siguiendo a Le Bouch (2010) “entendemos la Coordinación como la interacción, el buen funcionamiento del SNC y la musculatura esquelética durante el ejercicio” por ello, es necesario comprender que cuando el cuerpo se encuentra en plena disposición y es preparado de manera consecutiva se pueden obtener resultados positivos. Sin embargo, esto no quiere decir que estas habilidades queden de forma permanente, sino que deberán seguir siendo entrenadas para que en edades posteriores les faciliten nuevas habilidades de

6. Alternativas de Intervención (posición del maestro)

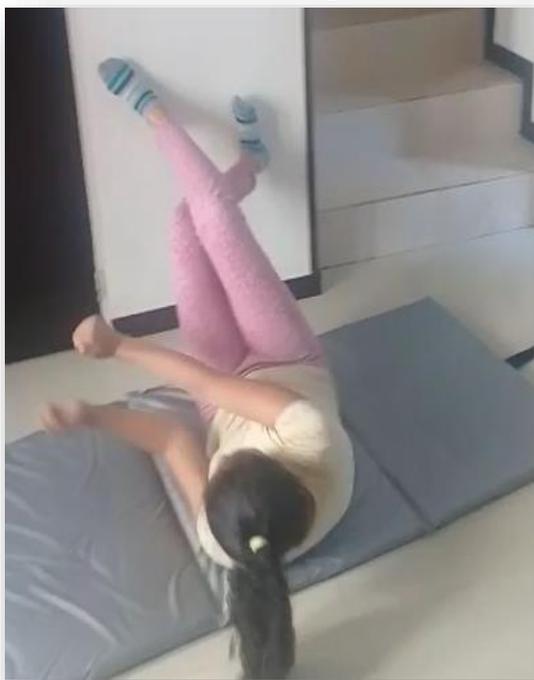
- Varios estudiantes manifiestan querer seguir practicando este deporte por gusto propio, es por ello que se puede evidenciar que se generó un cambio positivo y tuvo una gran acogida con este proyecto que finalizó generando una nueva fase para aquellos que quieren continuar conformando un club.

| TABLA DE INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS (Test KTK) | | | | | |
|--------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------|
| Componentes Integrantes | SALTO MONOPED Max. 72 | SALTO LATERAL X 15 seg 2 Rep. | TRANSPOSICIÓN LATERAL X 20 seg 2 Rep. | EQUILIBRIO DE RETAGUARDIA Max. 72 | T. |
| Niño 3 | 42 puntos | 30 saltos | 32 transposiciones | 36 puntos | 140 pts |
| Niño 1 | 41 puntos | 49 saltos | 42 transposiciones | 45 puntos | 177 pts |
| Niña 1 | 24 puntos | 24 saltos | 28 transposiciones | 36 puntos | 112 pts |
| Niño 2 | 40 puntos | 43 saltos | 38 transposiciones | 41 puntos | 161 pts |
| Niña 2 | 35 puntos | 44 saltos | 30 transposiciones | 35 puntos | 144 pts |
| Niña 3 | 39 puntos | 30 saltos | 25 transposiciones | 39 puntos | 133 pts |

CLASIFICACIÓN DEL TEST KTK

| | | |
|---------------------|----------------------------------|-------------|
| (score ≤ 70) | Insuficiencia de la coordinación | (0 – 2%) |
| (71 ≤ score ≤ 85) | Perturbación en la coordinación | (3 – 16%) |
| (86 ≤ score ≤ 115) | Coordinación normal | (17 – 84%) |
| (116 ≤ score ≤ 130) | Buena coordinación | (85 – 98%) |
| (131 ≤ score ≤ 145) | Muy buena coordinación | (99 – 100%) |

Fuente: adaptado de Gorla, Araújo y Rodrigues, 2010, p.159.

Anexo c. Evidencias fotográficas



Anexo d. Evidencias de vídeo <https://www.youtube.com/watch?v=lzzVVd5caxw>

(Link evidencia del orden de desarrollo y aplicación del Test Ktk)



2:50 / 8:06



VIDEO TEST KTK MANDALA

Anexo e. Programa de Jiu Jitsu para el desarrollo perceptivo motriz

**Programa de *Jiu – Jitsu* para
el desarrollo perceptivo motriz**



MATERIALES

- Colchoneta o colchón
- Llanta de automóvil vieja, pero en buen estado
- Pelotas pequeñas, pin ponos o medias de lana
- 2 cuadrados de Cartón de caja de 20x20
- Cinta aislante o de enmascarar
- Mochila o maleta junto con bolsas de arroz o cualquier elemento de 5 kg
- Papel higiénico
- Cojín
- Soga
- Hidratación

Protocolos de SEGURIDAD

- Siempre hacer calentamiento previo.
- Usar ropa cómoda.
- Estar siempre acompañado de un adulto.
- Realizar la sesión en un espacio cómodo y amplio.
- Mantener una buena hidratación.
- Tener a la mano elementos básicos de primeros auxilios.
- No exigir al cuerpo más de lo normal.
- Tener en cuenta normas y reglas de este deporte.
- Estar conectado 5 minutos antes.

Taller Número 1: "Descubriendo mis habilidades"

(coordinación, traslación, salto lateral, unipodal y bipedal)

Intencionalidad: Impulsar el descubrimiento de la imagen y conciencia corporal del niño y la niña, debido a que en la infancia es donde se engrana la participación motriz propioceptiva interactuando con el entorno. A través de esta sesión se pretende que el niño y la niña descubran sus capacidades propioceptivas por medio de ejercicios básicos propios del Jiu Jitsu.

ACLARACIÓN: El test Fantástico se aplicará de forma inicial, a la par el Test KTK se realizará en tres momentos, inicio, centro y fin además de las actividades incluidas en cada taller.

Presentación:

- Conversatorio acerca de gustos deportivos de los niños y niñas.
- Lluvia de preguntas acerca de ¿Qué creen ellos qué es el Jiu Jitsu?
- Explicación acerca del Jiu Jitsu. (¿Qué es? ¿Cómo se practica? ¿Cuáles son sus rangos? Y preguntas que surjan por los niños).
- Aplicación del Test Fantástico.

Ambiente:

- Calentamiento de 20 minutos. (Se realizarán payasitos, tijeras).
- Stretching leve.

- Para disponer el cuerpo se debe activar la mente para la práctica deportiva, por esto se realizará 3 minutos de meditación.

Distribución de grupos y cargas:

- Juegos de locomoción (Desplazamientos de renacuajos, lagartijas, Walk Monkey y variaciones)
- Se explicarán y enseñarán las posiciones básicas del Jiu Jitsu, con el fin de que los niños y niñas tengan una idea central de la autodefensa.



Tomado de
<https://www.youtube.com/watch?v=PpoUnZbPOLMA>
 Algunos derechos reservados de Técnica de Jiu Jitsu sumisión triangulo de guardia



Síntesis

- Realimentación de lo aprendido en el taller.
- Stretching moderado.

Evaluación:

- Test KTK Inicial (Ver figura 5)

Taller Número 2: Camaroneando mi lateralidad voy mejorando (equilibrio)

Intencionalidad: Identificar las extremidades del cuerpo (Extremidades superiores: brazos, antebrazos, hombros y manos; Extremidades inferiores: Cadera, muslos y piernas) mejorando las capacidades propioceptivas y permitir un acercamiento al Jiu Jitsu.

Presentación:

- Explicación de la técnica “Camaronear”

PASO 1



Tomado de <https://www.youtube.com/watch?v=2ZWvXtQrb9k> Algunos derechos reservados de Camaron

PASO 2



PASO 3



Ambiente:

- Calentamiento de 20 minutos. (Sky, burpees)
- Stretching leve
- Para disponer el cuerpo se debe activar la mente para la práctica deportiva, por esto se realizará 3 minutos de meditación y ejercicios de respiración.

Distribución de grupos y cargas:

- Práctica en parejas (Con ayuda de tu papito o mamita) de la técnica “camaroneo” de la mano con la asesoría del docente que se hace de forma virtual.
- Emborques y giros.

Síntesis:

- Realimentación y mejoramiento de la técnica el camaroneo.
- Stretching moderado.

Evaluación:

- Exposición individual de lo aprendido y la familia.

TALLER número 3: " Descubriendo mis estímulos Coordinativos"

Intencionalidad: Las primeras manifestaciones de movimiento del niño y la niña se van haciendo más complejas con los estímulos y experiencias, lo que hace que los movimientos cada vez sean más coordinados. Es por ello, que, a través de este taller y la realización de ejercicios físicos asociados al Jiu Jitsu de baja intensidad, se pretende que los niños y niñas exploren y a su vez mejoren su manejo coordinativo.

Presentación:

- Malabarismo con pelotas de goma, pin ponos o rollos de medias. (allí los niños realizaran un ejercicio de coordinación óculo manual sencillo, siguiendo las indicaciones del docente).

Ambiente:

- Estiramiento (Movilidad articular, integral de forma ascendente).
- Stretching leve.

Distribución de grupos y CARGAS:

- Práctica en familia del ejercicio “peso muerto” a una pierna sin carga.
- Desplazamiento “Lagartija” (consiste en desplazarse simulando ser una lagartija por una distancia indicada por el maestro).
- Trabajo en parejas o familia “plancha dinámica”

Síntesis:

- Desplazamientos locomotores en base a técnica de Jiu Jitsu
- Técnica del movimiento “Single leg”
- Stretching moderado.

evaluación:

- Realimentar lo aprendido por medio de las normatividades y reglamentos del Jiu Jitsu.
- Conversatorio
- Valoración cualitativa

Taller Número 4:
Rolando y reptando como serpiente,
"Boa" equilibrio

Intencionalidad: Construir en el niño y la niña la capacidad de trabajar movimientos diferentes que le permitan abrirse a una nueva propiocepción corporal, partiendo del reconocimiento de sus habilidades y capacidades corporales. Con este taller se pretende, que a través de actividades y ejercicios físicos el niño y la niña se integren a la práctica del Jiu Jitsu reconociendo modismos propios del deporte (Boa, Oss, Rolar) e interactuar en familia.

Presentación:

- Se realizará el ejercicio “Giro de reloj”
- Ejecución de “Transición bipedal de equilibrio” (allí el estudiante tendrá que sentarse y ponerse de pie sin usar las manos”

Ambiente:

- Estiramiento y calentamiento ascendente de 20 minutos.
- Abdominal en suspenso y elevado.

Distribución de grupos y CARGAS:

- Con ayuda de un familiar se realizará “Bulgarian lateral” (consiste en realizar saltos de lado a lado sin perder el equilibrio, poniendo como obstáculo rollos de papel higiénico en el centro)

- Se realizará el movimiento “Single leg stability” (allí se usará una mochila o maletín con algo de peso y se realizará un ejercicio de equilibrio en el que la maleta debe girar acorde a las manecillas del reloj)
- Explicación de la técnica de Jiu Jitsu “rodamiento hacia adelante”



Tomado de
<https://www.youtube.com/watch?v=WgWI6xZkv2A>



PASO 5**PASO 6****PASO 7****Síntesis:**

- Con acompañamiento de un adulto, re llevará a cabo el ejercicio “Hands up- push up” como prueba de la capacidad de equilibrio trabajada a lo largo del taller.
- Stretching moderado.

Evaluación:

- El docente elegirá una transición de las trabajadas en este taller al azar y le pedirá a un estudiante realizarla en el menor tiempo posible, valorando así lo aprendido durante el taller.

Taller Número 5: "Girando Ando"

Intencionalidad: A partir del fortalecimiento y la repetición de actividades físicas y técnicas básicas del Jiu Jitsu, se pretende cimentar la capacidad propioceptiva del niño y la niña, ayudándole a reconocer su capacidad de coordinación Viso-pédica y Viso-manual que se manifiesta a la hora de realizar un giro articulado. Este taller permite realizar una apropiación y exploración de las habilidades necesarias para dicho desarrollo.

Presentación:

- Se realizarán "Power skips" conocidos como caballitos.
- Ejecución de "Jump Jacks" o "Payasitos" ejercicios sencillos de coordinación Viso- pédica y Viso-manual.

Ambiente

- Estiramiento y calentamiento de 20 minutos.
- Stretching moderado.
- Realización del ejercicio "Glute bridge V walk out" (puente)

Distribución de grupos y cargas:

- Por parejas con ayuda de un adulto o familiar se realizarán “Rolling up” o abdominales rollitos.
- Ejecución del ejercicio “Single leg lateral hops” (este ejercicio pondrá a prueba el manejo de la lateralidad y equilibrio)
- Explicación de la técnica “Bridge to turtle”



Tomada de jiujuitsuposturesrolls, Algunos derechos reservados de <https://ejerciciosencasa.es/burpees/drills>





Síntesis:

- Práctica y repaso de las técnicas y ejercicios realizados durante el taller.
- Stretching moderado.

Evaluación:

- Test KTK intermedio. Así como se realiza una intervención inicial de este test, se tendrá en cuenta un punto valorativo intermedio y final (Ver instrumentos de recolección de la información).

Taller Número 6: "Mejorando mis habilidades coordinativas y propioceptivas"

Intencionalidad: Es importante que el niño y la niña reconozcan los progresos adquiridos durante el desarrollo de cada uno de los talleres, por ello a través de este se pretende optimizar los movimientos y ejercicios corporales de forma dinámica y retrospectiva.

Presentación:

- Realimentación de las técnicas "camaronear, bridge to turtle".
- Clock step.

Ambiente:

- Estiramiento y calentamiento de 20 minutos.
- Para disponer el cuerpo se debe activar la mente para la práctica deportiva, por esto se realizará 3 minutos de meditación.

Distribución de grupos y cargas:

- Realización del drill Wall Walks.

PASO 1



PASO 2



PASO 3



PASO 4



PASO 5**Síntesis:**

- Práctica y mejoramiento de las técnicas realizadas durante el taller.
- Stretching moderado.

Evaluación:

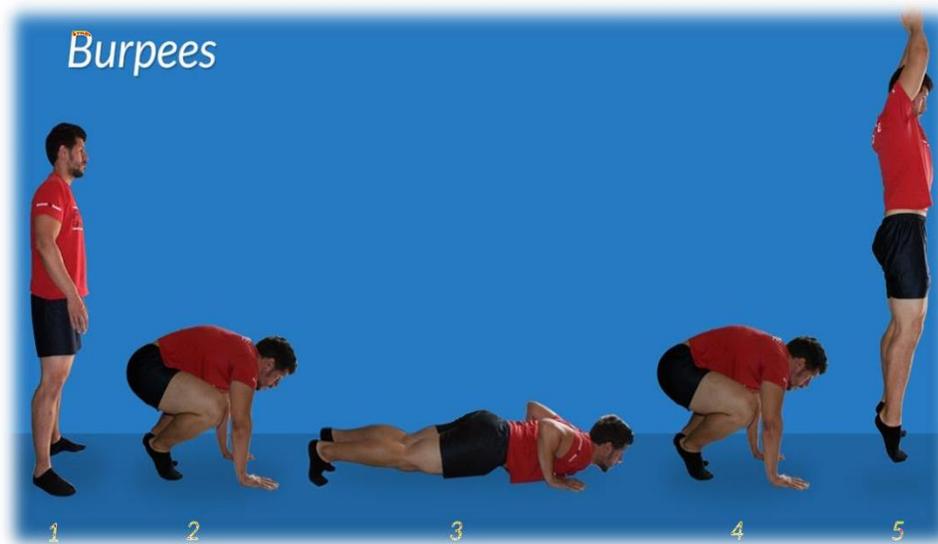
- El maestro observará los avances y retroceso de los niños y niñas y anotará para confrontarlos en el diario de campo.
- Confrontación de los avances obtenidos por los niños y niñas.

Taller Número 7: "Un, dos tras saltamos otra vez"

Intencionalidad: El deporte envuelve consigo múltiples disciplinas llevando al practicante por caminos de reconocimiento y aceptación de sus defectos y cualidades; La capacidad cardiovascular, física y propioceptivo motriz logran dar una identidad corporal al niño y la niña. Por medio de este taller se pretende que mejoren su coordinación y equilibrio.

Presentación:

- Práctica del ejercicio "Burpee" (cada estudiante tendrá que imitar los movimientos y secuencias realizadas por el docente, tal como se observa en la imagen)



Algunos derechos reservados de Ejerciciosencasaburpees
Tomada de <https://ejerciciosencasa.es/burpees/>

Ambiente:

- Estiramiento y calentamiento de 20 minutos.
- Se recordarán los ejercicios de locomoción, desplazamientos de lagartijas, Walk Monkey y variaciones.

Distribución de grupos y CARGAS:

- Practica en parejas del single leg (Un niño se coloca en posición prono (boca abajo) en el suelo o en una colchoneta. El acompañante, en este caso el padre o familiar debe intentar darle la vuelta y que su espalda llegue a tocar el suelo, y el que está tendido intentará que no lo consiga). Además, de realizar otras técnicas como el camaroneo y bridge to turtle.
- Se mostrará el Manejo de normas y asignación de puntos del Jiu Jitsu. A partir de un combate sencillo a cargo del docente y de un acompañante.

Síntesis:

- Los estudiantes realizarán los movimientos que hayan logrado ejecutar de mejor forma a lo largo de la realización de los talleres. Demostrándolos a todos de forma libre.
- Stretching moderado.

Evaluación:

- De forma grupal se pondrá en práctica el Manejo de normas y asignación de puntos del Jiu Jitsu, al elegir una pareja de estudiante y familiar participantes que realicen

una técnica a l azar, para que posteriormente, todos asignen puntos a cada participante del combate.

Taller Número 8: "Jiu Jitsu control"

Intencionalidad: Es importante que el niño y la niña comprendan que el Jiu Jitsu es un arte suave, con el cual, se pretende enseñar y aprender técnicas corporales de forma pacífica sin necesidad de tener un comportamiento agresivo. El propósito de este taller es mejorar las capacidades propioceptivas de los niños y niñas a partir de juegos y técnicas propias del Jiu Jitsu.

Presentación:

Calentamiento "Con la faixa puesta", consiste en que el acompañante (es) del niño o niña intentará cruzar de extremo a extremo del tatami y el intentará impedirlo sosteniendo una banda que su familiar se pondrá alrededor de la cintura.



Tomada de <https://www.youtube.com/watch?v=gTQUX10Apuc> Algunos derechos reservados de BBJA Kids 6 - 7 years old training BJJ

Ambiente:

- Estiramiento y calentamiento de 20 minutos.

Distribución de grupos y CARGAS:

- Actividad Hand in Middle Drill. (explicación y ejecución de la técnica)

PASO 1**PASO 2**

PASO 3



PASO 4



PASO 5



Síntesis:

- Práctica y mejoramiento de los movimientos en la llanta.



Tomada de <https://www.youtube.com/watch?v=gTQUX10Apuc> Algunos derechos reservados deBBJA
Kids 6 -

7 years old training BJJ

Evaluación:

- Estiramiento.

Taller Número 9: "Vamos a meditar ¿Quién conoce más?"

Intencionalidad: El niño y la niña construyen un concepto mental de cada acción que es de su gusto y realiza con frecuencia, más allá de las habilidades perceptivas, se hace necesario en el individuo aclarar sus dudas y focalice sus propósitos de esparcimiento cifrados. Este taller permite que el niño y la niña se vinculen con su entorno a partir de un ambiente de paz, aclarando la importancia de los valores y el manejo corporal dentro del Jiu Jitsu.

Presentación:

- Realización de ejercicios de respiración (imitar a una abeja, león, gorila, serpiente, sapo, todos en silencio)
- Practica de malabarismo (coordinación óculo-manual)
- Giro del reloj (técnica ya descrita anteriormente)

Ambiente:

- Movilidad articular de manera descendente.

Distribución de grupos y cargas:

- Juego "la lleva" (se realizará en familia a modo de calentamiento)
- Saltos laterales (de acuerdo a las indicaciones dadas por el maestro)

Síntesis:

- Drills de mejoramiento.

Evaluación:

- Práctica y muestra de técnicas anteriores en parejas y de forma individual.

Taller Número 10: "Vamos a rolar"

Intencionalidad: En este taller es importante que el niño y la niña reconozcan las habilidades y destrezas perceptivas, adquiridas durante el desarrollo de cada una de las sesiones realizadas. Por medio de un video llamado los niños tendrán la oportunidad de ver un combate de Jiu Jitsu de niños y a su vez dialogar con un cinturón negro Faixa aprieta, experto en este deporte. Allí podrán realizar preguntas, aclarar dudas y expresar su punto de vista sobre lo que han aprendido hasta el momento.

Presentación:

- Video llamada con un cinturón negro Faixa aprieta, experto en este deporte.
- Espacio para preguntas, dudas y aportes.

Ambiente:

- Muestra de un combate de Jiu Jitsu de niños.

Distribución de grupos y cargas:

- Los niños y niñas con sus acompañantes deben identificar algunas técnicas y posiciones aprendidas, así como la puntuación.

Síntesis:

- Muestra de un combate de adultos, en el que participa el docente. (allí los niños podrán observar las técnicas aprendidas, realizadas por el mismo docente)

Evaluación:

- Prueba KTK final. (aquí se determinarán las mejoras y avances que presentan los niños y niñas, en comparación al taller inicial) (Ver tabla)

Bibliografía

Albornoz, Z. (2017). La adaptación escolar en los niños y niñas con problemas. *Scielo*
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202017000400024, Vol. 9.

(4) 1-4

Araiza, J (3 de noviembre de 2015). ¿Por qué practicar Jiu Jitsu? Obtenido de
<http://bjjstylegi.blogspot.com>

Betancurth Loaiza, V. Á., Jurado Vargas, C., & Liliana. (2015). Validación de contenido y adaptación del cuestionario Fantástico por técnica Delphi. *Redalyc Salud Uninorte* 31(2) 214-227.

Blázquez. (2009). “el deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física”. *EmásF Revista digital de la educación física*, Vol. 27(4) 1-14.

Bootsma, A. C., Ruiz Pérez, L. M., Navia, J. A., Rioja, N., & Sanz Rivas, D. (2014). La pericia perceptivo-motriz y la cognición en el deporte: Del enfoque ecológico y dinámico a la en acción. *Anales de Psicología*, vol. 30, núm. 2 725-737.

Bouch, L. (2010). El trabajo de coordinación en educación infantil. Obtenido de El trabajo de coordinación en educación infantil:
<https://www.efdeportes.com/efd144/coordinacion- en-educacion-infantil.htm>

Calderón, G. A. (2002). Tendencias en la globalización de la recreación para construir currículo Aproximación a un análisis de contenido . *Red Académica Universidad Pedagógica Nacional Vol.3 (45)*, 1-14.

Camacho, M. A. (13 de marzo de 2017). EL ESPECTADOR. Obtenido de Jiu Jitsu un sistema de defensa Personal: <https://www.elespectador.com/cromos/estilo-de-vida/jiu-jitsu-unsistema-de-defensa-personal-24822>

Castelli, E. A. (2017). Scientific Study about Positive Effects Of BJJ On Children in UAE Schools Vol. 2(43). *BJJ Articles*, 277-283.

Centro Pedagógico Mándala Institución Educativa (2014)

Cigarroa I, S. C.-L. (2016). Efectos del sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor en niños y niñas: Una revisión de la actualidad latinoamericana. *Universidad y salud* <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v18n1/v18n1a15.pdf>, Vol. 18 (1) 156- 169.

Corral, R. H. (2008). ¿Violencia o arte marcial? mitos y realidades en el cubrimiento mediático y en el consumo de las mma en estados unidos. *Universidad Autónoma de Occidente Repositorio* 1-139

Cox, J, C (1993). Entrenamiento tradicional de artes marciales asiáticas: una revisión. *Quest* Vol. 45, 366-388.

Chaparro, S. M. (2020). La educación física en la básica primaria. *Actividad Física y Deporte*. <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1576> Vol. 6(2), 195-201.

Childs, John D. And Irrgang, James J (2003). The language of exercise and rehabilitation. *Orthopedic Sports Medicine: Principles and Practice* Vol. 94(1), 149-163

Camerino, C. (2010). Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices en la Educación Física escolar. *EFD Deportes Revista Digital* Pág. 1. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd143/capacidades-perceptivo-motrices-en-la-educacion->

[fisica.htm](#)

Campo, L. H. (2017). Estilos de vida saludables de niños, niñas y adolescentes. *Salud Uninorte* vol. 33(3) 419-428.

Caricote, E. (2008) Influencia de los padres en la educación sexual de los adolescentes. Scielo http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-49102008000100010, Vol.12 (40). 1-10

Castro, L. A. (1995). La flexibilidad como capacidad físico motriz del hombre. *Educación Física y Deporte* Vol. 8 No. 1-2. pp. 60-65

Correa, R. M. (2011). Herramientas didácticas para potenciar las capacidades perceptivo motrices y socio motrices en niños en edad escolar. <https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/886/1/Herramientas%20did%C3%A1cticas%20para%20potenciar.pdf>.

Creswell, J. (2008, febrero). Mixed Methods Research: State of the Art. [Power Point Presentation University of Michigan. Recuperate de sitemaker.umich.edu/creswell.workshop/files/creswell_lecture_slides.ppt

Del Vecchio FB, Bianchi S, Hirata SM, et al. Análise morfo-funcional de praticantes de Brazilian jiu-jitsu e estudo da temporalidade e da quantificação das ações motoras na modalidade. *Mov Percepção*. 2007; 7(10):263 – 8.

Díaz. (1999). Los saltos en la etapa infantil. Obtenido de Los saltos en la etapa infantil: <https://www.efdeportes.com/efd177/los-saltos-en-la-etapa-infantil.htm>

Erasmus, M. R. (2012). El efecto de un programa de intervención de desarrollo

perceptivo motriz para mejorar la preparación para el aprendizaje de los estudiantes de grado R. Revista de enseñanza y educación 1(3) 63-67.

Escudero, D. (2009). La motivación hacia las clases de Educación Física. Efdeportes <https://www.efdeportes.com/efd134/la-motivacion-hacia-las-clases-de-educacion-fisica.htm>.

Farreny. (2017). Importancia de la motricidad para el desarrollo integral del niño en la etapa de educación infantil. *Emásf Revista digital de educación física*, Num.47 89-105

García Gil, M. E. (2011). El vídeo como herramienta de investigación. Una propuesta metodológica para la formación de profesionales en comunicación. Obtenido de El vídeo como herramienta de investigación. Una propuesta metodológica para la formación de profesionales en comunicación:

<http://www.cesfelipesecondo.com/revista/articulos2011/Monica%20Garcia.pdf>

Gómez Barreto, I. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada. *Revista Ibero Americana de Educación*. N. 47 Obtenido de. Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada: <https://rieoei.org/historico/documentos/rie47a04.htm> Repositorio.

Gutiérrez, L. (1996). Paradigmas cualitativo y cuantitativo en la investigación socio-educativa: Proyección y Reflexiones. *Revista Paradigma* http://chamilo.cut.edu.mx:8080/chamilo/courses/AREADETITULACION/document/INVESTIGACION_CUALITATIVA_O_CUANTITATIVA/3.-_Inv._cualitativa_cuantitativa-.pdf.

Jaimes, G, Arguello, Y, Pantoja, V, Pinero, C (2018) *Como investigar desde la*

educación física. España. Kinesis

Jones, B. L. (2012). Fuerza y acondicionamiento para Jiu Jitsu brasileño. *Asociación Nacional de fuerza y acondicionamiento*. Strength and Conditioning Journal Vol. 34 60-69

Le Bouch (2010) Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices en la Educación Física escolar. EFD Deportes Revista Digital Tomado de.

<https://www.efdeportes.com/efd143/capacidades-perceptivo-motrices-en-la-educacion-fisica.htm>, Pág. 1. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd143/capacidades-perceptivo-motrices-en-la-educacion-fisica.htm>

Le compte, Q. R., & Castaño, C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica* Vol. 14 5-39.

Lema S, Salazar, T Varela, M Tamayo, J Rubio, A Botero, A (2009) Comportamiento y salud satisfacción con el estilo de vida. *Revista Pensamiento Psicológico* Vol. 5 (12) 71-88

Lephart, P. (2003). La propiocepción como contenido educativo en primaria y secundaria en educación física. *Revista Pedagógica Adal* Vol. 21. 24-28

Llorente (3 de marzo 2000) Educación física saltos y desplazamientos. Obtenido de Educación física saltos y desplazamientos: <http://saltandouca.blogspot.com.co/p/3.html>

Martín. (2014). Importancia de la motricidad para el desarrollo integral del niño en la etapa de educación infantil. *Revista Scielo* Vol. 46 1-14

Martínez, I. C. (2015). Efectos de la actividad física sobre las funciones ejecutivas en una muestra de adolescentes. *Anales de psicología*, Vol. 31 (3) 962-971.

- Márquez, N. (18 de octubre de 2012). Obtenido de <https://prezi.com/egfuyaqnelck/coordinacion-visopedica>
- Maturana, H. (2001). *Emociones y Lenguaje en Educación Política*. Chile: Psiko libro.
- Méndez. (13 de noviembre 2008). Efdeportes.com. Obtenido de Efdeportes.com: <http://www.efdeportes.com/efd126/las-pruebas-o-tests-en-el-deporte.htm>
- Ministerio de Educación. (10 de junio de 2014). Ministerio de Educación. Obtenido de Todos Por Un Nuevo País, Equidad, Educación: <http://www.mineducacion.gov.co/primerainfancia/1739/w3-article-178032.html>
- OMS (20 de mayo 2010) La carta de Toronto para la actividad física: Un llamado global para la acción. Toronto Canadá
- Onwengbuzie y Johnson (2004) Los Talleres, Ambientes de Formación profesional. *En el Taller Integración de Teoría y Práctica*. En A. Betancourt. Buenos Aires: Humanitas.
- Peña (2017). Herramientas para la reflexión. Conceptuales, escriturales, discursivas. . En L. M. Peña Malagón, *Herramientas para la reflexión. Conceptuales, escriturales, discursivas*. (pág. 5). Bogotá: Net Educativa.
- Pérez (2011) Lateralidad y Variables. Tomado de. Revista Chilena de Neuropsicología Vol.3
- Pérez Setúbal, J. (13 de 02 de 2020). ¿Cómo se desarrollan las capacidades perceptivo motrices? Obtenido de ¿Cómo se desarrollan las capacidades perceptivo motrices?: _
- Picq, Vayer (1977) Educación Psicomotriz. Revista Científico Médica. Barcelona. 209-230.

Pozo (2010) Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices en la Educación Física escolar. EFD Deportes Revista Digital Tomado de.

<https://www.efdeportes.com/efd143/capacidades-perceptivo-motrices-en-la-educacion->

Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd143/capacidades-perceptivo-motrices-en-la-educacion-fisica.htm>

Vol. 15 143

Ramos, M. S. (26 de junio de 2018). Psico-educación comunitaria. Obtenido de <http://saulmirandaramos.blogspot.com/2018/06/el-diario-de-campo.htm>

Reyes, D, gallego, G, Páez, Pulido (2011) *Fundamentación. Área temática de calidad de vida. Secretaria de integración social*. Bogotá Colombia 62p.

<http://www.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/Serviciosonline/Fundamentacion%20area%20tematica%20de%20Calidad%20de%20Vida.pdf>

Rodríguez, F. (2011). Educación Física Personalizada. Efdeportes Tomado de. <https://www.efdeportes.com/efd156/educacion-fisica-personalizada.htm>, 1. Vol. 75(270)

Rodríguez, M. T., Gómez, I. M., Prieto-Ayuso, A., & Gil-Madrona, P. (2017). La educación psicomotriz en su contribución al desarrollo del lenguaje en niños que presentan necesidades específicas de apoyo educativo. *Revista de investigación en Logopedia Vol.7* 89-106.

Rodríguez, AIC, Evans, MB y Galatti, LR (2019) Identidad social y conexiones personales en el tapete: análisis de redes sociales dentro del Jiu-Jitsu brasileño. *Psicología del deporte y el ejercicio* 40, 127 - 134. doi: 10.1016 / j. psychsport.2018.10.006

Roncancio, C. A. (2009). La Actividad Física Como Juego en la Educación Inicial de

los. Obtenido de La Actividad Física Como Juego en la Educación Inicial de los:

<http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/429/1/ActividadFisicaComoJuego.pdf>

Ruíz, F.T. (2004). *Propiocepción Introducción Teórica*. Disponible en:

[www.efisioterapia.net libro virtual](http://www.efisioterapia.net/libro_virtual)

Saavedra, F. A. (2017). Caracterización en la coordinación dinámica general de los estudiantes de 5-12 años de las escuelas rurales pertenecientes a la institución técnica San Bartolomé del municipio de Sutatenza -Boyacá. *Universidad Pedagógica Nacional*, 2-78. Repositorio.

Samaniego, C. &. (2020). Métodos de evaluación del equilibrio estático y dinámico en niños de 8 a 12 años. *Retos* Vol. 37 793-801.

Sampieri, H. C. (2003). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill.

Sampietro, M. (28 de mayo de 2013). Propiocepción, Equilibrio, Estabilidad, Estabilidad estática y dinámica. ¿Todo es lo mismo? Obtenido de <https://g-se.com/propiocepcion-equilibrio-estabilidad-estabilidad-estatica-y-dinamica-todo-es-lo-mismo-bp-N57cfb26d41282>

Santamaría, Milazzo, Quintana, Rodríguez; Caracas (25 de enero 2008). Elementos Básicos de la psicomotricidad Obtenido de.

<https://www.monografias.com/trabajos16/elementos-psicomotricidad/elementos-psicomotricidad.shtml>

Sosa, Iskia, y Marín López (2014) sociología de la infancia Obtenido de: Las niñas y los niños como actores sociales *Revista de sociología* Vol. 17 81-102

- Susan, k. (30 de mayo 2008). Escalas de juego. Obtenido de <http://escaladejuegoknox.blogspot.com.co/>
- Suarez, T. (2016). *Filosofando con el universo*. Rio de Janeiro
- Tadesse, M.E. (2016). Benefits and challenges of practicing taekwondo to adolescents in Addis Ababa City, Ethiopia. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 11(1), 1-17.
- Theeboom, K. P. (2009). Experiencias de niños en artes marciales. *Revista europea de deporte y sociedad* Vol. 6 (1) 19-34.
- Torralba, M.A.; Vieira, M.B.; Lleixà, & Gorla, J.I. (2014). Evaluación de la coordinación motora en educación primaria de Barcelona y Provincia. *Rev. int.med.cienc.act. fís. deporte- vol. X – número 17*
- Vásquez, D. A. (2017). Uso del test KTK como instrumento de evaluación de la coordinación motora gruesa entre los 6 y 11 años de edad en hombres y mujeres. *Revista Ciencias de la Actividad Física N (18)*, 44-53.
- Kiphard y Schilling (1970) Uso del test KTK como instrumento de evaluación de la coordinación motora gruesa entre los 6 y 11 años de edad en hombres y mujeres. *Revista Ciencias de la Actividad Física N (18)*, 44-53.
- Vega, R. A. (2015). Estilo de vida y estado de nutrición en niños escolares. *Scielo* http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632015000400182, Vol. 12 No 4.
- Vélez, R. R. (2012) Fiabilidad y validez del instrumento “Fantástico” para medir el estilo de vida en adultos colombianos. *Revista Salud Pública Vol.14*, 226-237.

Vera, A. (09 de 07 de 2014). Educación física escolar. Obtenido de Educación física escolar: <https://es.slideshare.net/alexandervera731572/educacin-fisica-preescolar>

Vidal, L. D. (2017). Perfiles físicos y fisiológicos de los atletas de Jiu Jitsu: Una revisión sistemática. *Sport Medicine*. 3(9) 1-17

Vidarte, J. C. (2011). Actividad física: Estrategia de promoción de la salud. *Hacia la promoción de la salud* <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a14.pdf>, 16(1) 202-218.

Villa de Gregorio, M. P. (8 de abril de 2019). *Análisis de las relaciones entre el Trastorno en el Desarrollo de la Coordinación (TDC/DCD) y el*. Obtenido de Universidad Politécnica de Madrid (España):

https://www.researchgate.net/profile/Luis_Ruiz17/publication/333681918_Analysis_of_the_relationships_between_Developmental_Coordination_Disorder_DCD_and_Attention_Deficit_and_Hyperactivity_Disorder_ADHD_in_school_age/links/5cff6e37a6fdccd13091df82/Analysis

Wilson DMC, Ciliska D: Lifestyle (1984) assessment: Development and use of the FANTASTIC checklist. *Can Fam Physician* Vol. 30 152-157

