

**Situaciones Didácticas Centradas En Juegos Tradicionales Para la Posible Mejoría De
Las Capacidades Coordinativas Agilidad y Equilibrio**

Autores

Henry Leonardo Salazar Riveros, licenciado en Educación Física y Deportes de la Universidad de los Llanos, especialista en Dirección y Gestión Deportiva de la I.U. Escuela Nacional del Deporte, C.C. 86086552, teléfono 3214253522, correo electrónico leosalzarmeta@hotmail.com Estudiante de la Maestría en Educación de la Universidad de Manizales.

Fernando Andrés Vanegas Jiménez, licenciado en Educación Física y Deportes de la Universidad de los Llanos, C.C. 86067227, teléfono 3124345702, correo electrónico vanegasandres062@gmail.com Estudiante de la Maestría en Educación de la Universidad de Manizales.

Situaciones Didácticas Centradas En Juegos Tradicionales Para la Posible Mejoría De Las Capacidades Coordinativas Agilidad y Equilibrio

Didactic Situations Centered on Traditional Games for the Possible Improvement of Coordination Capacities Agility and Balance

Henry Leonardo Salazar Riveros
Fernando Andrés Vanegas Jiménez

Resumen

El presente estudio se desarrolla en el marco de la Maestría en Educación de la Universidad de Manizales y aborda un programa de actividad física centrado en juegos tradicionales en el área de educación física para la posible mejoría de la agilidad y el equilibrio en los estudiantes de grado 6° de la Institución Educativa Antonio Ricaurte CASD, tuvo como objetivo evaluar el efecto en las capacidades coordinativas mencionadas a partir de la práctica de juegos tradicionales. Se aplicaron las pruebas de los test Illinois que busca medir la agilidad y el Hexagon test que permite medir el equilibrio dinámico grupo control y al grupo experimental para recolectar la información inicial con el fin de valorar el estado de la agilidad y el equilibrio de los estudiantes, como propuesta didáctica se creó el programa juego, coordino y aprendo JCA basado en los juegos tradicionales posterior a ello se aplicaron en el grupo experimental para finalmente ejecutar la posprueba en ambos grupos y comparar los resultados. Aunado a lo anterior, se utilizó el diario de campo como instrumento de observación. Con estos instrumentos se evidencio que en un 2,46% los estudiantes del grupo experimental mejoraron su desempeño en agilidad y un 12,10% en equilibrio frente a un 0,32% del grupo control en agilidad y un 7,04% en equilibrio, con esto se pudo reconocer la pertinencia de los juegos tradicionales como medio para el desarrollo de las capacidades coordinativas en específico agilidad y equilibrio.

Palabras Claves: Educación física, juegos tradicionales, Capacidades coordinativas, agilidad, equilibrio.

Didactic Situations Centered on Traditional Games for the Possible Improvement of Coordination Capacities Agility and Balance

Abstract

The present study addresses a physical activity program focused on traditional games in the area of physical education for the possible improvement in the agility and balance in grade 6° students of the Educational Institution Antonio Ricaurte CASD, aimed to assess the effect on the aforementioned coordination capabilities from the practice of traditional games. The Illinois that seeks to measure agility and the Hexagon tests that allow measuring dynamic balance were applied to the control group and the experimental group to collect the initial information in order to assess the state of agility and balance of the students, as a didactic proposal and based on traditional games, the program “Juego, Coordino y Aprendo JCA” (I play, coordinate and learn) was created. After this the tests were applied in the experimental group to finally execute the posttest in both groups and compare the results. In addition, the field diary was used as an observation tool. These instruments showed that 2.46% of the students in the experimental group improved their performance in agility and 12.10% in balance compared to 0.32% of the control group in agility and 7.04% in balance, with this it was possible to recognize the relevance of the traditional games as a means for the development of the coordinating abilities, punctually agility and balance.

Keywords: Physical education, didactic proposal, traditional games, coordination capacities, agility, balance.

Introducción

En el ámbito educativo la actividad física es importante en todas las etapas de desarrollo del ser humano, porque contribuye en el crecimiento y funcionamiento de sus sistemas cardiorrespiratorios, osteomusculares, metabólicos, neuronales, endocrinos y psicológicos. Así mismo fortalece capacidades cognitivas como la atención, concentración, creatividad, comprensión, imaginación, procesamiento visual, espacial, y algunos aspectos de la memoria, pertinentes para afianzar relaciones socioemocionales con su entorno y sus procesos educativos. Como fundamento legal está la Ley General de Educación No. 115 de 1994 que define la Educación Física (EF) como “la disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos”. Esto conlleva a rescatar la importancia de la enseñanza de la educación física desde la primera infancia con bases que consoliden una práctica regular de actividad física durante la vida adulta.

La directa y estrecha relación del cuerpo con el movimiento, que se permite a través de la práctica de la EF genera una construcción de saberes desde la realidad social. Una de las competencias más importantes en su proceso de aprendizaje son las competencias motrices, porque permiten al estudiante generar habilidades y destrezas para abordar las exigencias de la vida diaria. “La competencia motriz está compuesta por las diferentes destrezas que disponemos para realizar movimientos y solucionar problemas motores que se den tanto en las tareas cotidianas como dentro de la práctica deportiva”. (Gurutze et al., 2019, p. 232). Atañe centrar la atención en las competencias motrices porque están articuladas con el desarrollo motor, las técnicas del cuerpo, la lúdica motriz y la condición física.

La importancia que tiene el desarrollo de las capacidades coordinativas en las primeras etapas de las personas marca un hito para el acoplamiento de destrezas y habilidades que lleguen a necesitar el resto de la vida, por medio de éstas se logra una formación integral del ser humano porque se obtienen desarrollos no solo físicos, también mentales y sociales. Las capacidades coordinativas son las encargadas de que el sujeto tenga control total de los movimientos y su valoración permite identificar situaciones de mejora aunado a la preparación de situaciones didácticas en el aula.

Para los estudiantes de grado sexto de la Institución Educativa Antonio Ricaurte CASD, el tiempo de confinamiento durante la pandemia por COVID 19, conllevó en gran manera a un retroceso en el adecuado desarrollo de las capacidades coordinativas como el equilibrio y la agilidad, porque en edades entre 11 y 14 años según Gallahue (1982) deberían encontrarse en el estadio de desarrollo motor específico relacionado con el deporte, habiendo superado las fases de movimiento reflejos, movimiento rudimentarios y fundamentales. Al regresar en un modelo de alternancia y finalmente presencial, se observó con más ahínco en las clases de EF el bajo desempeño relacionado con las capacidades coordinativas equilibrio y la agilidad toda vez que son habilidades presentes en cada temática programada y ejecutada desde el área de EF. Es pertinente recabar en el desempeño positivo de las capacidades coordinativas porque como lo nombra Peñalosa et al. (2017) “se considera que la coordinación motora es un aspecto decisivo como soporte fundamental para el aprendizaje de destrezas motoras y la identificación de deficiencias coordinativas en las respuestas generadoras por el ambiente” (p. 94). Lo cual no fue propicio por casi 2 años que estuvieron alejados de la infraestructura educativa con los agravantes tecnológicos para algunos de los estudiantes. A raíz de esto, se buscó implementar situaciones didácticas que los animaran a participar activamente de su proceso y que también se vea beneficiada la parte social con trabajo en equipo y motivarlos a través del juego ya que “como medio constituye un importante elemento para el desarrollo armónico y multilateral del niño, pero además en un valioso elemento educativo de gran importancia para su desarrollo psíquico” Domínguez y Pérez (2012). buscando una mejoría en las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio.

El potencial del juego como fuente de aprendizaje permite estar presente en los aspectos como el desarrollo cognitivo y motriz, además de tener un importante campo para la exploración y el crecimiento personal adquiriendo habilidades comunicativas y sociales, con esto se pretende crear espacios donde los estudiantes puedan integrarse de una forma alegre y divertida, entonces el juego resalta elementos distintivos que permiten a la persona vivenciar la alegría, la espontaneidad y esparcimiento de una manera consciente y activa. Es por esto que se postula crear situaciones didácticas a través de la aplicación de juegos tradicionales, que por su especificidad cultural permite una fluidez por parte de los

estudiantes porque contiene gran relevancia dentro de la cultura general e identidad de la sociedad y de su contexto. La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura reconoce “los importantes valores que transmiten los juegos y deportes tradicionales al cumplir un papel educativo, cultural, de comunicación y de promoción de la salud en pro del desarrollo global de cada ser humano y de su comunidad” (Unesco, 2005, p. 4). Con esto se busca crear espacios para los estudiantes donde aprendan de una manera divertida y autónoma.

Uniéndolo con el modelo pedagógico de la Institución Educativa que se centra en el aprendizaje significativo, este término acuñado por Ausubel (1963) hace hincapié cuando el individuo relaciona los conocimientos nuevos con los que ya se tienen. Como lo nombra Caradonna (2017) entendiéndolo que el aprendizaje está influido por el potencial del aprendiz, del entorno en el que vive y de los lugares dedicados a la enseñanza, pero también desde la realidad que lo rodea. Así que el juego tradicional como un factor lúdico de acercamiento grupal y sumándole el arraigo cultural permite favorecer el aprendizaje significativo en las clases de EF, recordando que el aprendizaje es un proceso dinámico enlazándolo con el modelo pedagógico de la institución y con esto poder establecer ¿Qué efecto se produce en las capacidades coordinativas, en específico la agilidad y el equilibrio, a partir de situaciones didácticas centradas en juegos tradicionales en los estudiantes de grado 6-1 de la IE Antonio Ricaurte CASD?

Marco referencial

Considerando la importancia del área de la educación física como el acompañante del cuidado físico de los estudiantes dentro de la institución es pertinente comprender la relevancia de la misma en el proceso de desarrollo de las capacidades coordinativas que viven los estudiantes durante su etapa escolar como lo nombra Peñalosa et al. (2017) “se considera que la coordinación motora es un aspecto decisivo como soporte fundamental para el aprendizaje de destrezas motoras y la identificación de deficiencias coordinativas en las respuestas generadoras por el ambiente” (p. 94). De tal manera que su importancia en los procesos educativos busque concatenar la evaluación y diagnóstico de la misma (coordinación) con el adecuado planteamiento de las clases en el aula, para aumentar la eficiencia en las ejecuciones motrices diarias del individuo y mejorar el desempeño de sus competencias en los diferentes espacios de interacción humana. Las capacidades

coordinativas son aquellas que se producen gracias a la estimulación del sistema nervioso del ser humano para poder controlar cualquier tarea motriz de su diario vivir, estas capacidades coordinativas son fundamentales para la ejecución física diaria, dentro de estas encontramos el equilibrio que cumple una función importante en la relación estable entre el cuerpo y la mente porque se desarrolla desde las primeras etapas de vida cuando el infante logra pasar de la posición decúbito dorsal a la abdominal y viceversa, superando posturas de gateo y sus diferentes variantes de locomoción hasta la bipedestación en edades posteriores. Según García y Fernández (2002) el equilibrio corporal consiste en las modificaciones tónicas que los músculos y articulaciones elaboran a fin de garantizar la relación estable entre el eje corporal y eje de gravedad. por consiguiente, es importante en la medida en que el individuo vivencie diferentes situaciones que exijan al cuerpo equilibrarse con diferentes elementos y contextos.

Dentro de las capacidades coordinativas encontramos también la agilidad como capacidad eficiente en el individuo. La agilidad “es la capacidad que tiene un individuo para solucionar con rapidez las tareas motrices planteadas” (Cadierno, 2001), pero también, al articularse con algunas capacidades físicas, se convierte en una capacidad resultante que según los autores Castañer y Camerino (s.f.) surge de la combinación de algunas capacidades como las capacidades físico – motrices (velocidad y flexibilidad) y la perceptivo – motrices (equilibrio y coordinación) puesto que se rigen sobre la base de la movilidad de los procesos neuromusculares. (p.106) permitiéndole al ser humano economizar esfuerzos porque sus acciones son más eficientes y controladas al lograr el objetivo propuesto. Es importante desarrollar estas capacidades en todos los niveles educativos porque “contribuye a la formación de destrezas y habilidades motrices y uno de los métodos más eficaces, es el juego” (Cadierno, 2001).

Uno de los modelos pedagógicos que permite usar la herramienta del juego es el aprendizaje significativo, el cual hace referencia a que las ideas se relacionan con algún aspecto existente específicamente relevante de la estructura cognoscitiva del alumno, como una imagen, un símbolo ya significativo, un concepto o una proposición (Ausubel, 1983), se debe decir entonces, que el aprendizaje se da con base en el conocimiento del alumno que aporta en su proceso continuo al adquirir nuevos conocimientos. Cada institución

cuenta con un modelo pedagógico que les permite direccionar herramientas adecuadas para que se cumplan estos objetivos, el juego se convierte en la herramienta más factible para buscar una interacción acertada en el proceso de enseñanza y aprendizaje de las capacidades coordinativas, porque el alumno ya tiene un conocimiento del juego y permite más fluidez durante las actividades para el desarrollo adecuado de las capacidades agilidad y equilibrio, que con su correcto desarrollo permite a niños, preadolescentes y adolescentes realizar adecuadamente acciones motoras en la vida diaria. Al ser una herramienta que facilita la interacción se convierte en un instrumento que aporta significativamente en el desarrollo de la persona y en su proceso de aprendizaje y es que “Jugar significa un modo de aprender: no es sólo una diversión, sino una preparación para la vida adulta” (Rodríguez et al., 2018, p. 7)

Como menciona Piaget citado en Paredes (2002) “el juego es la asimilación de lo real al yo: cuando el niño utiliza repitiendo un hecho para encajarlo y consolidarlo, haciendo de él una conducta conocida” (p. 21). De ahí la importancia de resignificar las prácticas educativas que usen el juego como alternativas para la formación de competencias que permitan al niño evolucionar en los aspectos cognitivos, psicológicos y sociales que determinarán su conducta en su adolescencia y adultez. “La importancia del juego en el aprendizaje escolar radica en que es fuente de desarrollo tanto socio-emocional como cognoscitivo” (Arévalo, et al., 2016, p.7). Existen distintos tipos de juego que favorecen diferentes áreas del desarrollo o del aprendizaje, uno de estos es el juego tradicional que por su arraigo cultural posibilita el aprendizaje significativo en las clases de educación física “por la inclusión de contenidos transversales en el diseño curricular de las distintas enseñanzas” (Rodríguez et al., 2018, p. 72). Estos juegos contienen un peso cultural y social ya que se viven en el contexto diario de cada estudiante y que han sido enseñados de generación en generación “los juegos tradicionales son en esencia, una actividad lúdica surgida de la vivencia tradicional y condicionada por la situación social, económica, cultural, histórica y geográfica; hacen parte de una realidad específica y concreta, correspondiente a un momento histórico determinado” (Peñalosa et al., 2017, p. 98).

Metodología

La presente investigación está orientada desde un enfoque de investigación cuantitativa, teniendo en cuenta que “representa un conjunto de procesos organizados de

manera secuencial para comprobar ciertas suposiciones” (Hernández et al, 2018, p. 5). El diseño utilizado corresponde a una metodología cuasiexperimental y un alcance de tipo exploratorio - descriptivo. Entre los tipos de diseño cuasiexperimental se seleccionó el diseño con prueba - posprueba y grupos intactos uno de ellos de control que consiste en que a “los grupos se les administra una preprueba, la cual puede servir para verificar la equivalencia inicial entre ellos” Hernández, et al. (2018), dichas pruebas son el Test de Illinois y Hexagon test estos basados en el trabajo realizado por Cardona (2018) en el artículo denominado Confiabilidad de los test que miden las capacidades coordinativas en deportes acíclicos, el test de Illinois que busca medir la agilidad y el Hexagon test que permite medir el equilibrio dinámico fueron aplicaron al grupo experimental y de control. El grupo experimental desarrolló el Programa Juego, Coordino y Aprendo (JCA) centrado en juegos tradicionales propuesto por los investigadores; el grupo control continuó con las actividades planteadas en el plan de estudio del área de Educación Física sin ser modificado.

Posteriormente “los grupos son comparados en la posprueba para analizar si el tratamiento experimental tuvo un efecto sobre la variable dependiente” (Hernández et al, 2018, p. 39). Para lo cual debe aplicarse nuevamente los test mencionados y con los registros diligenciados recabar en el análisis de la información para dar respuesta a los objetivos de investigación.

Con el propósito de obtener los datos que conllevaron a la resolución de la pregunta de investigación ¿Qué efecto se produce en las capacidades coordinativas, en específico la agilidad y el equilibrio, a partir de situaciones didácticas centradas en juegos tradicionales en los estudiantes de grado 6-1 de la IE Antonio Ricaurte CASD? se procedió con la recolección utilizando la técnica de la observación y se usó el instrumento diario de campo para registrar las novedades presentadas durante el desarrollo del programa Juego Coordino y Aprendo JCA, así mismo, se aplicaron las pruebas mediante los test de Illinois que busca medir la agilidad y el Hexagon test que permite medir el equilibrio dinámico en los estudiantes.

La muestra del estudio la conformaron 80 estudiantes de grado 6°. 40 estudiantes del grupo experimental (GE) correspondientes al grado 6°-1 y 40 estudiantes del grupo

control (GC) del grado 6°-2 los cuales fueron conformados durante el proceso de matrícula al inicio del año escolar 2023 previamente a esta investigación. Se seleccionaron teniendo en cuenta los criterios según la edad, el género y el estrato. Se aplicaron los consentimientos informados a los estudiantes participantes.

El análisis de datos se efectuó considerando los niveles de medición de las variables tomando como base el programa computacional Excel® y mediante la estadística descriptiva con medidas de tendencia central que son la media, la mediana y la moda.

Resultados

Los hallazgos obtenidos en la presente investigación se plantean a partir de la pregunta de investigación ¿Qué efecto se produce en las capacidades coordinativas, en específico la agilidad y el equilibrio, a partir de situaciones didácticas centradas en juegos tradicionales en los estudiantes de grado 6-1 de la IE Antonio Ricaurte CASD?, lo anterior teniendo en cuenta inicialmente las características generales de los participantes que se muestran en la tabla 1.

Tabla 1

Género y media de la edad de los estudiantes

Grupo	Experimental	Control
Participantes	40	40
Hombres	23	19
Mujeres	17	21
Edades	10 a 13	10 a 13
Media	11	11

Fuente: realizada por los autores

Se evidencia que la media en la edad de ambos grupos es de 11 años al igual que la cantidad de estudiantes matriculados, en consecuencia, son grupos poblacionales con características homogéneas.

En la tabla 2 se presentan datos obtenidos por los estudiantes en los test aplicados en esta investigación respondiendo al primer objetivo específico que es el de establecer el diagnóstico inicial de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio de los estudiantes

del grupo experimental y control de grado sexto, en esta prueba inicial se evidencio que el grupo control tuvo mejor desempeño que el grupo experimental porque fueron más ágiles y equilibrados en sus movimientos al realizar las pruebas, esto lo demuestran los tiempos obtenidos en las mismas.

Dando respuesta al segundo objetivo que consiste en determinar situaciones didácticas centradas en juegos tradicionales que promuevan el desarrollo de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio en estudiantes del grupo experimental se aplicó el programa Juego, Coordino y Aprendo JCA durante 2 horas por semana en las clases de educación física donde se desarrollaron 3 juegos por cada sesión para un total de 12 juegos en 4 encuentros dentro de un periodo académico.

Así mismo en la tabla 2 se da respuesta al tercer objetivo de establecer las diferencias en el desarrollo de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio adquiridas en los estudiantes del grupo experimental participantes en el programa de actividad física a partir de situaciones didácticas diseñadas con juegos tradicionales JCA vs el grupo control con los resultados de la posprueba comparando datos con el diagnóstico inicial.

Tabla 2

Media en los test de Illinois y Hexagon test

Prueba / Grupo	MEDIA TEST		MEDIA HEXAGON	
	ILLINOIS (Seg)		TEST (Seg)	
	preprueba	posprueba	preprueba	posprueba
Experimental	22,78	22,22	19,68	17,30
Control	22,17	22,10	18,05	16,78

Fuente: realizada por los autores

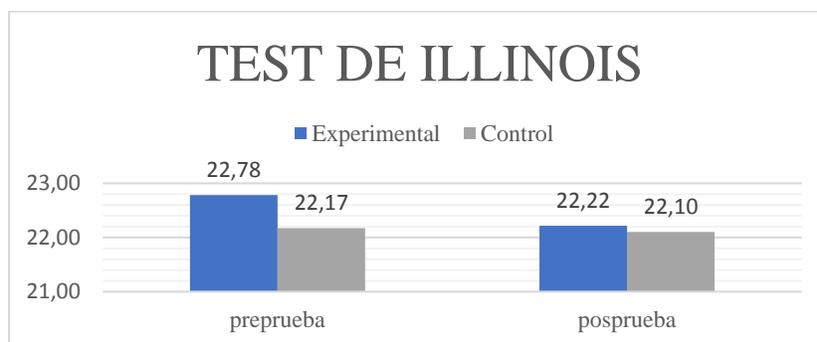
Los resultados obtenidos en la posprueba de los test indicaron variaciones positivas para ambos grupos, toda vez que se evidencia disminución en el tiempo de ejecución y se observa una diferencia significativa en los resultados del grupo experimental tras la ejecución del programa JCA en comparación con el grupo control. Según los valores normativos referidos para el test de Illinois y Hexagon respectivamente, los estudiantes se

encontrarían en el nivel malo, no obstante, no se hallaron tablas valorativas para las edades de la muestra y por tal motivo el nivel de desempeño según la tabla no incide en la valoración inicial o final de las capacidades coordinativas estudiadas, en consecuencia los sujetos de esta investigación son quienes demostraron a partir de los tiempos registrados en la posprueba ser más ágiles y equilibrados después de participar en los juegos tradicionales contenidos en el programa. Como se ha mencionado el tema anteriormente el desarrollo de las capacidades coordinativas debe ser una constante en el proceso de enseñanza - aprendizaje para que desde edades tempranas incidan en el mejoramiento de las competencias motrices.

De acuerdo con los datos obtenidos en los test, por un lado, el test de Illinois presenta en los estudiantes del grupo control una leve mejoría del 0,32% en el desarrollo de la capacidad coordinativa agilidad como lo muestra la Tabla 2 con una diferencia en las medias de un 0,07 s a diferencia de los estudiantes del grupo experimental que evidenciaron una mejoría significativa de un 2,46 % en el desarrollo de sus habilidades disminuyendo el tiempo en sus medias en un 0.56 s como se muestra en la Figura 1. La diferencia entre la mejoría del grupo experimental con relación al grupo control fue de 0.49 s.

Figura 1

Histograma Test de Illinois con prueba y posprueba.



Fuente: realizada por los autores

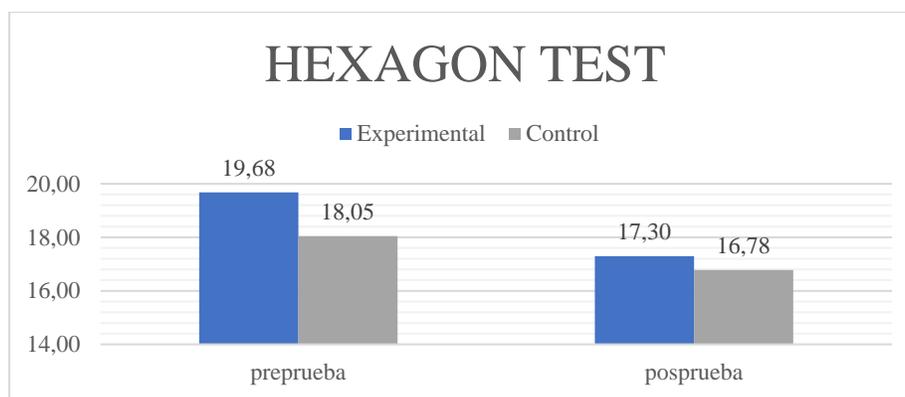
Según la tabla 3 la posición de la mediana en los grupos presenta un desplazamiento positivo al descender en segundos los registros de los participantes en la posprueba, se sostiene un mayor desempeño del grupo experimental. Respecto de la moda, tan solo en la prueba del Hexagon test no hubo valor que se repitiera entre los estudiantes.

Tabla 3*Mediana y Moda en los test de Illinois y Hexagon test*

Prueba / Grupo	TEST ILLINOIS (Seg)			HEXAGON TEST (Seg)	
	Me / Mo	preprueba	posprueba	preprueba	posprueba
Experimental	MEDIANA	22,48	21,9975	18,9275	17,1975
	MODA	23,21	21,68	#N/D	17,66
Control	MEDIANA	21,955	21,895	17,815	16,5775
	MODA	21,21	21,385	#N/D	16,565

Nota: valores analizados de los 40 estudiantes de cada grupo – realizada por los autores

Por otro lado, los resultados obtenidos en el Hexagon test muestran mayor variación en el mejoramiento siendo superior con un 12,10% el grupo experimental y un tiempo de mejora entre sus medias de 2,38 s a diferencia de su homólogo de control en un 7,04% con 1,27 s para una diferencia significativa de 1,11 s como se muestra en la Figura 2.

Figura 2*Histograma Hexagon Test con prueba y posprueba.**Fuente: realizada por los autores***Observación**

El instrumento utilizado para la recolección de información en este apartado fue el diario de campo que sirve como insumo para que con la posprueba se aborde el tercer objetivo que tuvo como propósito establecer las diferencias en el desarrollo de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio adquiridas en los estudiantes del grupo experimental participantes en el programa de actividad física a partir de situaciones didácticas diseñadas con juegos tradicionales vs el grupo control.

A través del diario de campo se hizo seguimiento y se registraron diferentes novedades durante el proceso investigativo, empezando por el desconocimiento del estudiantado frente a los test que se pueden realizar en el área de educación física, los estudiantes comprendieron el procedimiento para su ejecución después de varias explicaciones y demostraciones. Así mismo, durante los encuentros se conformaron subgrupos que rotaban cada 20 minutos por cada juego, esto conllevó a mejorar la disciplina, aumentar la concentración, la motivación y la participación de los estudiantes en cada uno de los juegos tradicionales, disminuyendo individual y colectivamente sentimientos de pena, nerviosismo y pánico escénico. En cada encuentro se notó mayor disposición de los estudiantes que esperaban listos y cambiados para iniciar las clases, inclusive traían algunos materiales voluntariamente como costales, tizas, tapas y bates para algunos juegos. Aumentó la atención en las orientaciones impartidas por los docentes, disfrutaron de las actividades de manera general. En cada sesión hubo preferencia en algunas actividades como encostalados, a la una la mula, el yermis, el gato y el ratón, saltar lazo y ponchados. Algunos juegos eran conocidos por los estudiantes con otros nombres, por ejemplo, al juego la lleva la conocían como virus y el juego a la una la mula la confundían con juego el burro. En particular, el juego chicle-chicle americano fue de mayor interés para las mujeres que para los hombres, a ellos les gusta más los juegos con elementos deportivos como pelotas, lazos, entre otros, encontrando en ellos una mayor disposición y responsabilidad a la hora de practicarlos respetando las reglas que los mismos grupos establecían concertadamente.

Es importante destacar que durante la aplicación del programa JCA las condiciones climáticas fueron apropiadas y se desarrollaron al aire libre a pesar que no hay polideportivo techado, a diferencia de los test que por lluvia se postergó en una ocasión

mientras que en otra obligó a realizarlos en el salón de clase. Debido a que los grupos están conformados por 40 estudiantes y según el horario escolar se tuvo un encuentro semanal de 2 horas se volvió apremiante el tiempo no solo para la ejecución de cada prueba sino también para las sesiones del programa.

Discusión

Los resultados de este estudio nos permiten indicar que si hubo una mejoría en las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio después de la aplicación del programa juego, coordino y aprendo JCA evidenciando una coherencia y relación con la pregunta planteada en esta investigación que fue ¿Qué efecto se produce en las capacidades coordinativas, en específico la agilidad y el equilibrio, a partir de situaciones didácticas centradas en juegos tradicionales en los estudiantes de grado 6-1 de la IE Antonio Ricaurte CASD? Estos hallazgos obtenidos nos permiten evidenciar categorías emergentes de investigación, las cuales evidencian novedad en el uso del juego tradicional como herramienta didáctica para el mejoramiento de la agilidad y el equilibrio en los estudiantes de grado sexto, capacidades coordinativas sin explorar en otros estudios de investigación, como lo manifiesta González y Jarrin (2021) La escasez de estudios previos acerca de los juegos tradicionales y su influencia en el desarrollo de las capacidades coordinativas plantean un escenario nuevo e inexplorado para el análisis de esta temática. También es novedosa esta investigación porque se suma el hecho que la metodología cuasi experimental se abordó con dos grupos intactos como muestra para su comparación mientras que estudios similares tuvieron un muestreo unigrupal. Así mismo, las categorías evidencian pertinencia y utilidad para la posible reorganización del plan de estudio del área de educación física. Este programa de actividad física JCA implementado con juegos tradicionales será útil como estrategia pedagógica en las instituciones educativas oficiales y privadas del municipio permitiendo la conservación del juego tradicional como parte del patrimonio cultural material e inmaterial de la sociedad.

Estos hallazgos son consistentes con otras investigaciones como se evidencia en la investigación desarrollada por González y Jarrin (2021), donde demostraron que los juegos tradicionales son una herramienta para el desarrollo de capacidades coordinativas en general de los estudiantes de educación básica y media. El 90% de la noción de los

docentes encuestados en dicha investigación tuvieron un consenso en que el desarrollo de las capacidades coordinativas contribuyen al óptimo desempeño de actividades diarias, en consecuencia, con lo registrado en los diarios de campo del presente estudio se comparte la misma noción aunado a los sentimientos de motivación y atención manifestados por los estudiantes durante cada sesión.

Por otro lado, en la investigación realizada por Lindo, A. (2022) recalca lo importante que es utilizar los juegos tradicionales para el desarrollo de la coordinación motriz global para estudiantes de grado 10° en edades entre 14 y 16 años, además de servir como una solución para que los niños mejoren la atención en clase y logren desarrollar su imaginación aumentando el interés por el aprendizaje. Pese a no tener edades iguales a nuestra investigación los resultados son consistentes porque se evidencia mejoría en las capacidades coordinativas a través de la aplicación de los juegos tradicionales, además de fortalecer los factores de protección a nivel socioemocional y mental, lo que permitió a su corta edad motivarlos a través del juego para que ellos buscaran la autodeterminación frente a su proceso educativo, el cual está basado en un modelo pedagógico de aprendizaje significativo. Y finalmente, el estudio realizado por Rodríguez et al. (2018) donde concluyeron que el programa de coordinación física lúdico pedagógico permitió potenciar en buena medida la coordinación viso – manual para estudiantes de básica secundaria de grado sexto.

Una posible explicación para esto es que el ser humano aprende a través del juego, entonces, los juegos tradicionales hacen parte del aprendizaje cultural que se manifiesta de generación en generación en contextos familiares, sociales y educativos. Estos juegos permiten la construcción de esquemas mentales primarios o presaberes que sirven al engranaje metodológico que aborda el modelo pedagógico de la Institución Educativa fundamentado por Ausubel, consistiendo en que el aprendizaje significativo posibilita la construcción de nuevos conocimientos con los que el sujeto ya tiene y el juego *per se* es una estrategia pedagógica fundamental para el desarrollo de las capacidades en el ser humano.

Sin embargo, algunas limitaciones en este estudio deben tenerse en cuenta. En primer lugar, la institución educativa no cuenta con escenarios deportivos en óptimas

condiciones para la práctica de la educación física y los juegos tradicionales viéndose afectada en múltiples ocasiones por factores climáticos cambiantes. En segundo lugar, no hay disponibilidad presupuestal para adquirir materiales didácticos o elementos necesarios para la aplicación de otra batería de test que midan el nivel de las capacidades coordinativas estudiadas. Por último, la poca existencia de documentación científica respecto al estudio de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio desarrolladas a través de los juegos tradicionales.

Sugerimos medir el nivel de las capacidades agilidad y equilibrio de los estudiantes utilizando otros test reconocidos en el campo de la actividad física y el deporte, puesto que sería conveniente acrecentar estas categorías en el campo de la investigación. Así mismo, sería interesante evaluar otras capacidades coordinativas en razón de que se pueda fortalecer los procesos educativos con otras estrategias que permitan mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

El presente estudio aporta evidencia sobre el impacto positivo de los juegos tradicionales en los estudiantes escolarizados de grado 6°, permitiéndoles desarrollar su agilidad para superar las actividades de la vida cotidiana y los compromisos académicos en el área de educación física, además de mejorar su equilibrio optimizando y economizando movimientos que conllevan a desempeños eficientes durante toda su vida.

Conclusiones

Se evaluaron las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio con la aplicación de la prueba de los test Illinois y Hexagon donde se recolectó información para dar cumplimiento al primer objetivo específico de establecer el diagnóstico inicial de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio en los estudiantes, dando el punto de partida para el diseño e implementación del programa juego coordinado y aprendizaje JCA basado en juegos tradicionales atribuyendo respuesta al segundo objetivo de esta investigación que fue determinar situaciones didácticas centradas en juegos tradicionales que promuevan el desarrollo de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio en estudiantes del grupo experimental. La aplicación del programa permitió evidenciar a través de los diarios de campo el mejoramiento de la disciplina durante las sesiones, aumento en la motivación y las expectativas de los participantes frente a cada juego, el trabajo en equipo y el

mejoramiento en las relaciones interpersonales. A raíz de este trabajo concluimos que la utilización de este programa generó un impacto positivo ya que se potencializó en gran medida las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio en los estudiantes a través de la aplicación de los juegos tradicionales.

De esta manera se aplicaron las pospruebas que permitieron dar respuesta al tercer objetivo específico que fue el establecer las diferencias en el desarrollo de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio adquiridas en los estudiantes del grupo experimental y grupo control, se evidenció un efecto de mejoría significativa en un 2,46 % en el test de Illinois y un 12,10% en el test de Hexagón en el grupo experimental quien recibió la intervención del programa juego coordinado y aprendo JCA basado en juegos tradicionales, el grupo control obtuvo una mejoría del 0,32% en el test de Illinois y un 7,04 % en el test de Hexagon desarrollando la temática del plan de estudio de la institución. Lo anterior se evidencia a través de la información suministrada y analizada por la prueba y posprueba de los test aplicados a los estudiantes del grupo experimental y control correspondiente a grado 6°.

Por consiguiente, las actividades desarrolladas en el programa JCA son aptas para incluir como estrategia pedagógica en el plan de estudio del área de educación física. Ya que las fuentes de información trianguladas ofrecen indicios donde los resultados se atribuyen al arraigo cultural que tienen los juegos tradicionales en los estudiantes que permitieron la facilidad de su ejecución y aporte en el desarrollo de los mismos durante las sesiones.

Finalmente se recaba la importancia de los juegos tradicionales como herramienta para el desarrollo de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio y será imprescindible aplicar estas actividades con más frecuencia para generar un mayor aporte en el desarrollo de las mismas

Recomendaciones

- Es conveniente medir el nivel de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio teniendo en cuenta en los test criterios de valoración para la edad de la muestra investigada, porque permite establecer con los datos obtenidos un nivel objetivo que

- sirva para trazar un plan de trabajo encaminado al desarrollo de estas capacidades coordinativas.
- Fundamental contar con una infraestructura adecuada para la ejecución de los test al igual que tener un plan de contingencia en caso de alguna afectación climática que por fuerza mayor impida la ejecución de las pruebas.
 - Es importante medir la talla y el peso de los participantes porque pueden aportar datos que justifiquen la incidencia en el desarrollo de las capacidades coordinativas agilidad y equilibrio utilizando programas de intervención en juegos tradicionales.
 - Implementar y validar el programa en un periodo de tiempo más largo, como, por ejemplo, un periodo académico adaptándolo a 9 o 10 semanas con el fin de aumentar las unidades didácticas con más juegos tradicionales.
 - Apoyarse en las ayudas audiovisuales como estrategias de enseñanza – aprendizaje que den mayor claridad al estudiante en la ejecución de las pruebas y en los juegos tradicionales.

Referentes Bibliográficos

- Arévalo, M. Carreazo, Y. (2016) *El juego como estrategia para el aprendizaje significativo en el aula jardín —a|| del hogar infantil asociación de padres de familia de pasacaballos*, Universidad de Cartagena.
- Ausubel D. (1963) *The Psychology of Meaningful Verbal Learning*, Grune & Stratton, New York.
- Ausubel, D. (1983) *Psicología Educativa: Un punto de vista cognoscitivo*. México. 2º Ed. Trillas. <https://z33preescolar2.files.wordpress.com/2012/01/teorc3ada-del-aprendizajesignificativo-de-david-ausubel.pdf>
- Cadierno, O. (2001). *Clasificación y características de las capacidades motrices*. EFDeportes, Volumen 41. Recuperado de: <https://www.efdeportes.com/efd61/capac.htm>

Castañer, M. Camerino, O. (s.f.) La Educación Física en la enseñanza Primaria. *Una propuesta curricular para la reforma*. INDE Publicaciones.

Cardona, F. (2018) *Confiabilidad de los test que miden las capacidades coordinativas en deportes acíclicos*. recuperado de:

[https://repository.udca.edu.co/bitstream/handle/11158/1815/PROYECTO%20DE%20GRADO%20FINAL%20\(MONOGRAFIA\)%202018.pdf;jsessionid=AE70A08831C01A002B288C0FA8931856?sequence=1](https://repository.udca.edu.co/bitstream/handle/11158/1815/PROYECTO%20DE%20GRADO%20FINAL%20(MONOGRAFIA)%202018.pdf;jsessionid=AE70A08831C01A002B288C0FA8931856?sequence=1)

Domínguez, I, Pérez R (2012) Los juegos como alternativa recreativa para los niños de 6 a 12 años de la comunidad El Trompillo, estado Carabobo. Recuperado de:

<https://www.efdeportes.com/efd168/los-juegos-como-alternativa-recreativa-de-6-a-12.htm>

Gallahue (1982) Clasificación De Las Fases Y Las Etapas Del Desarrollo Motor

García, J. y Fernández, F. (2002): *Juego y Psicomotricidad*. Ed. CEPE. Madrid

González, L. Jarrin, S. (2021) *Los juegos tradicionales en la educación física como método de desarrollo de las capacidades coordinativas desarrollado*. Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA, Año VI. Vol VI. N°2. Edición Especial: Educación, p. 236, 242, 252.

Gurutze, L., Arribas, S., Izaskun, L., Arruza, J. (2019). *Competencia motriz, compromiso y ansiedad de las chicas en Educación Física*. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, *Volumen 36*, 231 - 238.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7260908>

Hernández, R., Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. MCGRAW-HILL INTERAMERICANA

Ley 115 (1994), Ley General de Educación, Art. 23, Art. 76 de 1994.

Lindo, A. (2022) *El juego tradicional Ecuatoriano el Quince en la Coordinación Motriz en Escolares de Educación General Básica superior*, UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, p. 2, 4.

p. 02 Disponible en: https://www.jugaje.com/es/source_popups/charte_unesco.pdf

Paredes, J. (2002). *El deporte como juego*. [Tesis de doctorado, Universidad de Alicante]
<http://hdl.handle.net/10045/10115>

Peñalosa, C., Manrique, F., Herrera, G. (2017) *TECOBOY®. Instrumento Para Evaluar Capacidades Coordinativas En Niños de 10 a 12 años*. Revista Salud Historia y Sanidad
Recuperado de:

<file:///C:/Users/leosa/Downloads/TECOBOY%C2%AE.%20Instrumento%20para%20evaluar%20capacidades%20coordinativas%20en%20ni%C3%B1os%20de%2010%20a%2012%20a%C3%B1os..pdf>

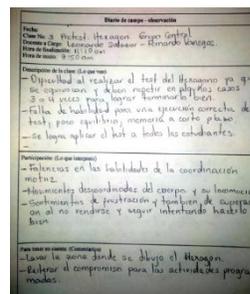
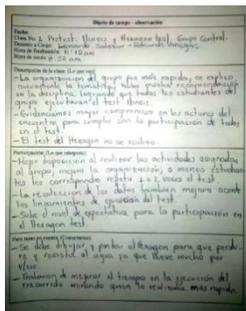
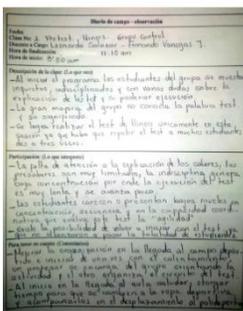
Rodríguez, N. Reyes, A. Quintero, A. (2018) *La actividad física con énfasis en juegos tradicionales para potenciar la coordinación*, Universidad Santo Tomas, Volumen 11 N° 22.

UNESCO. (2005) *Informe preliminar sobre la conveniencia y el alcance de una carta internacional de juegos y deportes tradicionales*. Consejo Ejecutivo ex reunión 172,
<file:///C:/Users/leosa/Downloads/140342spa.pdf>

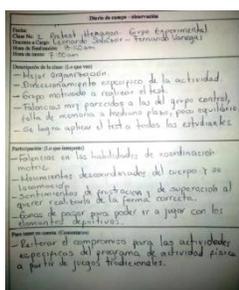
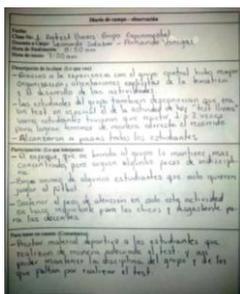
Anexos

Anexo 1 - Diarios de campo

Aplicación prueba Illinois y Hexagon grupo control

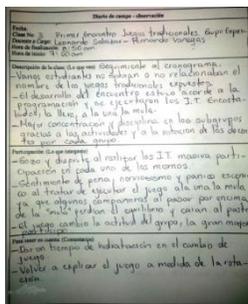


Aplicación prueba Illinois y Hexagón grupo experimental Fecha: 12/04/23



Clase N° 1 Aplicación del Programa JCA de actividad física basada en juegos tradicionales

Fecha: 19/04/23



Clase N° 2 Aplicación del Programa JCA de actividad física basada en juegos tradicionales

Fecha: 26/04/23

Diario de campo - observación	
<p>Fecha: Clase No 14 Segundo Encuentro J.T/G.E. Docente a Cargo: Leonardo Salazar - Fernando Vanegas Hora de Realización: 9:50 am Hora de Inicio: 9:00 am</p>	
<p>Descripción de la clase (Lo que veí): Colaborando todos para iniciar las actividades. - La disciplina sigue mejorando en la clase. - Gran atención a las directrices de los docentes. - Disputa de los actividades aunque nunca las hacen jugando por ejemplo el Yermis. - Dispositivo en la ejecución de la glesca. - Si ganaron muchas preguntas respecto a las reglas.</p>	
<p>Participación (Lo que escuché): - Motivación al participar en las actividades. - Lo que les gusta de varias intenciones de no poder llegar a finalizada, se demoran y quieren cambiar reglas de algunas. - Buena actitud en la realización de la glesca. - Buena actitud para el Yermis y el juego del gale y el ratón. - En este encuentro el J.T de mayo gusto fue el Yermis.</p>	
<p>Para tener en cuenta (Conclusiones): - Continuar con el material docente para los tres sub-grupos. - En los próximos con el tiempo de duración en cada actividad.</p>	

Clase N° 3 Aplicación del Programa JCA de actividad física basada en juegos tradicionales

Fecha: 03/05/23

Diario de campo - observación	
<p>Fecha: Clase No 15 Tercer Encuentro J.T/G.E. Docente a Cargo: Leonardo Salazar - Fernando Vanegas. Hora de Realización: 9:50 am Hora de Inicio: 9:00 am</p>	
<p>Descripción de la clase (Lo que veí): - Casos de interrogante sobre como ejecutar los juegos de chicle americano y el conato de la pira. - Las niñas realizan trabajo colaborativo con los niños en el juego del chicle americano. - El hecho de hacer se convierte en un reto tanto para los que más saltan como los que les da miedo no poder lograrlo.</p>	
<p>Participación (Lo que escuché): - Hace falta mayor participación en juegos tradicionales tanto en la escuela como en el ambiente extra-escolar, se han realizado estos juegos que ayudan a mejorar las habilidades. - Mejoramiento en el trabajo en equipo, participación de casi el 100% de los estudiantes. - Ganos de repetir alguno de los juegos.</p>	
<p>Para tener en cuenta (Conclusiones): - El juego del chicle americano es de poco interés para los niños. - Las niñas tienen mejor ejecución en el chicle americano que los niños. - Se apostará por los juegos con elementos deportivos (pelotas, bases, casilleros).</p>	

Clase N° 4 Aplicación del Programa JCA de actividad física basada en juegos tradicionales

Fecha: 10/05/23

Diario de campo - observación	
<p>Fecha: Clase No 16 Cuarto Encuentro J.T/G.E. Docente a Cargo: Leonardo Salazar - Fernando Vanegas. Hora de Realización: 9:50 am Hora de Inicio: 9:00 am</p>	
<p>Descripción de la clase (Lo que veí): - Mucha expectativa y motivación por los juegos que vienen en este encuentro. - La disciplina es muy buena, la actitud al hacer por los niños. - Un encuentro muy placentero para el grupo y para los docentes. - La clase se lleva a cabo con la programación.</p>	
<p>Participación (Lo que escuché): - Mejora en sus habilidades y capacidades físicas como la agilidad para no ser parchados o no dejarse congelar. - El juego es un elemento muy enriquecedor para el cuerpo y el alma. - Al transcurrir del programa el grupo cambio positivamente y asume los encuentros con mayor compromiso.</p>	
<p>Para tener en cuenta (Conclusiones): - Saludar una hora prestada al docente que sigue en el horario después de educación física para ejecutar los del post test en un solo encuentro.</p>	

Aplicación Posprueba Illinois y Hexagón Grupo experimental - Fecha:24/05/23

Día de campo - observación	
Fecha:	24 / Mayo / 2023
Clase No.:	602
Docente a Cargo:	Leonardo Salazar E. Fernando A. Vargas J.
Hora de Realización:	9:45 am
Hora de inicio:	7:00 am
Descripción de la clase (Lo que veo) <ul style="list-style-type: none"> - Mejor concentración en los ejercicios por ende mejor ejecución en cada test. - Los estudiantes mejoraron en un alto porcentaje los tiempos de duración en cada test. - La disposición y actitud del grupo cambio mucho, los estudiantes estaban listos y respetantes a medida que iban pasando las encuestas académicas. 	
Participación (Lo que escuché) <ul style="list-style-type: none"> - Se ve que muchos estudiantes optimizaron sus movimientos en salud y equilibrio? capacidades coordinativas. - Los estudiantes estaban con mejor disposición y querían hacer mejor las cosas. - La actividad pre florida, el tiempo total del grupo en la ejecución de los test mejoró notablemente. - La colaboración de estudiantes de grados superiores fue fundamental en la calidad de aplicación de los test. 	
Para tener en cuenta (Conceptos) <ul style="list-style-type: none"> - Al estar con anterioridad los elementos. - Los contenidos curriculares afectan en poco el espacio físico para la aplicación y ejecución de los ejercicios. - Se debe atender otros espacios para poder llevar a cabo las actividades en caso de que el factor climático (lluvia) no deje realizar en el patio del aula deportiva. 	

Aplicación posprueba Illinois y Hexagón Grupo Control - Fecha:02/06/23

Día de campo - observación	
Fecha:	02 / Junio / 2023
Clase No.:	11 Post test G.C/ Illinois y Hexagon
Docente a Cargo:	Leonardo Salazar
Hora de Realización:	12:35 pm
Hora de inicio:	8:50 am con descanso de 20 minutos
Descripción de la clase (Lo que veo) <ul style="list-style-type: none"> - Mejor disposición del grupo para ejecutar nuevamente los test. - Fueron menos los estudiantes que tuvieron que repetir en varias ocasiones cada uno de los test. - Realizaron la prueba y salían a juego libre. - Los que en el pre-test no querían realizar el ejercicio, esta vez pasaron con más seguridad. 	
Participación (Lo que escuché) <ul style="list-style-type: none"> - Más seguridad en la ejecución de los test. - A pesar de esta seguridad, los tiempos y la ejecución no mejoró mucho. - Hacen falta actividades en el plan de aula que refieran al juego. - Se logró testear a todos los integrantes presentes del grupo en los 2 test. 	
Para tener en cuenta (Conceptos) <ul style="list-style-type: none"> - El apoyo en otros elementos de la comunidad educativa resulta de gran importancia para llevar a cabo y buen término las actividades. 	

Anexo 2 - Evidencia Fotográfica

- **Aplicación prueba Illinois y Hexagon grupo control**



- **Aplicación prueba Illinois y Hexagón grupo experimental**



- **Clase N° 1 Aplicación del Programa JCA de actividad física basada en juegos tradicionales - Fecha: 19/04/23**



- **Clase N° 2 Aplicación del Programa JCA de actividad física basada en juegos tradicionales - Fecha: 26/04/23**



- **Clase N° 3 Aplicación del Programa JCA de actividad física basada en juegos tradicionales – Fecha:03/05/23**



- **Clase N° 4 Aplicación del Programa JCA de actividad física basada en juegos tradicionales - Fecha: 10/05/23**



- **Aplicación posprueba Illinois y Hexagón Grupo experimental - Fecha:24/05/23**



- **Aplicación posprueba Illinois y Hexagón Grupo Control – Fecha 02/06/23**



Anexo 3 – Programa Juego Coordino y aprendo JCA de actividad física basada en juegos tradicionales

Programa Juego, Coordino y Aprendo JCA				
Área: Educación Física		Docentes: Henry Leonardo Salazar Riveros, Fernando Andrés Vanegas Jiménez		
Curso: Grado 6°		Periodo:	Año: 2023	
Clase	Saberes	Descripción de la actividad	Tiempo	Recursos
P R E T E S T	Illinois Test y Hexagon Test	Verificación de lista, calentamiento general, organización del grupo y explicación del Test Illinois. Se procede a llamar uno a uno para la realización del Test indicándoles el recorrido, así mismo, se les indica que deben repetirlo en caso de un desplazamiento incorrecto. Se tiene en cuenta el siguiente procedimiento: "se acuesta boca abajo en el piso en el cono de Inicio. El evaluador le da el comando "ya" y comienza el cronómetro. El deportista salta sobre sus pies y comienza el recorrido alrededor de los conos siguiendo la ruta de la línea que se muestra en la figura hasta el final. El evaluador detiene el cronómetro y registra el momento en que el atleta pasa el cono Finalizar" (Kamandulis, 2013). Posteriormente se procede con el Hexagon Test y "para realizar la prueba se necesitará de un hexágono de 66 cm de lado marcado en el piso, un cronómetro y un evaluador. Esta prueba requiere que el deportista realice una serie de saltos de ida y vuelta a pie junto sobre los lados de un hexágono" (Mackenzie, 2002). Se les indican a los estudiantes que al comando "ya" comienza el cronómetro y deben realizar 3 vueltas al hexágono saltando. Estudiante que pise una de las líneas o salte a un lado incorrecto debe repetir la prueba.	180 min	Cronometro, cinta métrica, conos, cinta de enmascarar, tabla de registro.
1	Encostalados	Verificación de asistencia, calentamiento general, organización de los 3 grupos mixtos y consulta presaberes de los juegos para la clase. Se direccionan los grupos a cada estación para dar inicio y rotar cada 20 minutos. Se explica inicialmente que los Encostalados es un "Juego popular consiste en cubrir una distancia relativamente pequeña, colocando las dos piernas dentro de un saco y desplazándose a base de saltitos. Se debe procurar tener el saco atado a la cintura, de manera que las rodillas puedan	110 min	Costales

		flexionarse un poco." Pérez, B., Salvador, C. (2012). Pág. 55, este juego lo realizarán con 2 variantes; la primera saltando en forma de relevos y la segunda por equipos.		
	La lleva	En la zona media del campo de fútbol, se organiza otro grupo de estudiantes y se indica que "el objetivo del desarrollo del juego es que los niños y niñas designen quién "la lleva", es decir, se debe elegir a alguno de los participantes para que persiga a los demás jugadores. El niño o niña que "la lleva" deberá correr y perseguir a los otros niños con el objetivo de tocar a alguien para liberarse y pasar a otro compañero la lleva. Así es el juego de "La lleva" (2022, enero 18) recuperado de: https://www.misenal.tv/noticias/que-es-la-lleva#:~:text=El%20ni%C3%B1o%20o%20ni%C3%B1a%20que,M%C3%A9xico%2C%20Venezuela%20y%20Costa%20Rica . Las variantes para este juego serán: elegir 2 estudiantes que serán "la lleva" y que jugador que sea tocado se adhiera a "la lleva" hasta que no quede ningún jugador.		Campo fútbol
	A la una la mula	Se les indica a los estudiantes que quien haga de "mula" debe mantenerse firme en su posición encorvado con piernas separadas a la anchura de sus hombros y las manos en sus rodillas, cabeza escondida hacia su pecho para evitar lesiones. Se indica al grupo que es un "Juego tradicional en el que se colocaba un muchacho de comba (agachado) y cada uno de los participantes tomaban la carrera necesaria para saltar por encima de él con las piernas abiertas y apoyando las manos en su espalda, pero sin poderle tocar con otra parte del cuerpo, de lo contrario, se le reemplazaría inmediatamente. Uno detrás de otro va saltando y recitando un verso distinto". Pere, B., Salvador, C. (2012). Pág. 166. ejemplo: a la una la mula, a las dos la mula tiene tos, a las tres salto de don Andrés, a las cuatro las uñas de gato, a las cinco pego un brinco, a las seis el salto del rey, etc...		5 conos, Tiza.
2	Golosa	Verificación de asistencia, calentamiento general, organización de los 3 grupos mixtos y consulta presaberes de los juegos para la clase. Se direccionan los grupos a cada estación para dar inicio y rotar cada 20 minutos. Se indica que el grupo de esta estación se subdivide por parejas o tríos y se les indica que este juego "se trata de una especie de tablero con varias casillas dibujado con piedra o tiza sobre el piso. Se juega en grupo y el objetivo es lanzar una pequeña piedra, para luego ir a recoger, saltando cuadro por cuadro, sin pisar las líneas de división." Cortés.(2016, Agosto 4) Los juegos infaltables en la infancia de los colombianos, https://www.radionacional.co/cultura/juegos-tradicionales-de-colombia . El jugador que llegue a cielito o al número más cerca del cielo durante los 20 minutos gana el juego.	110 min	Tiza y piedras.

	Yermis	Para este juego se les indica previamente a los estudiantes traer tapas de gaseosa machucadas previamente y un bate que pueden elaborar con algún trozo de madera. Se utiliza una pelota de tenis de campo y se indica que "la misión consiste en poder armar y encarrillar las tapas sin dejarse 'ponchar' del equipo contrario." Cortés,M.(2016, Agosto 4) Los juegos infaltables en la infancia de los colombianos, https://www.radionacional.co/cultura/juegos-tradicionales-de-colombia . Se les indica además, que cada grupo debe hacer una estrategia y delegar funciones, se deben ponchar a todos los del equipo para poder cambiar. Si pasados 8 minutos el equipo atacante no ha podido armar las tapas, se reinicia el juego cambiando roles en los equipos.		Tapas, pelota y bates.
	El gato y el ratón	En esta estación, se delimitará la zona para el desplazamiento del gato y el ratón, además se les indica que "las reglas consisten en hacer un círculo o corro entre todos los participantes agarrados de la mano. Dos niños serán escogidos al azar, aunque previamente se puede sortear para ver quiénes son los afortunados. Uno de estos dos niños tendrá el papel de gato y otro el de ratón. Una vez elegidos, los niños que forman el círculo giran en el mismo sentido tomándose de las manos y cantando la siguiente canción: Ratón que te pilla el gato, ratón que te va a pillar, si no te pilla esta noche, mañana te pillaré. Mientras los niños cantan, el ratón correrá haciendo zigzag por los huecos formados entre los brazos de los participantes, como también alrededor del círculo. Mientras tanto, el gato le tendrá que perseguir, pero los participantes bajarán los brazos y no le dejarán pasar, aunque puede colarse entre los agujeros, siempre y cuando no los rompa al pasar. Cuando el gato toca al ratón, el juego finalizará y entonces el ratón pasará a ser el gato y escogerá a una persona para que haga de ratón." Medina, V. (2023, febrero 14) Gato y ratón. Juego clásico para niños, Recuperado de: https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/juegos/gato-y-raton-juego-clasico-para-ninos/ .		Campo fútbol
3	Saltar lazo	Verificación de asistencia, calentamiento general, organización de los 3 grupos mixtos y consulta presaberes de los juegos para la clase. Se direccionan los grupos a cada estación para dar inicio y rotar cada 20 minutos. En la estación de saltar lazo se realizan variantes como saltar individualmente hasta ganar, luego con "un buen trozo de soga o cuerda era suficiente para convocar un buen combo y saltar la cuerda en grupo y con diferentes velocidades." Cortés, M.(2016, Agosto 4) Los juegos infaltables en la infancia de los colombianos, https://www.radionacional.co/cultura/juegos-tradicionales-de-colombia . Se puede subdividir este grupo para hacer saltos en equipo y determinar el ganador por el número de saltos.	110 min	Lazos individuales. Lazo de 10 m

	Chicle americano	En esta estación se organizan subgrupos de 3 personas para que "dos de los participantes sujetan una goma elástica por los extremos, mientras el resto debe pasar por encima de ella, colocada a diferentes alturas. se comienza situando la goma por debajo de los pies "pisándola", después a la altura de las rodillas, cintura, debajo de las axilas, sobre la cabeza. Pere, B., Salvador, C. (2012). Pág. 45. Se indica a cada estudiante que debe ir cantando de la siguiente manera: chicle americano, me entro, me abro, me cierro, me salgo, piso, piso, me salgo, doble piso, me salgo, me la llevo, me cierro, me abro, me salgo, con la derecha, con la izquierda, me salgo. A continuación, se sube el nivel de la goma, si el jugador pierde debe pasar al rol de poste y éste al rol de jugador.		10 resortes de 4 metros
	El corazón de la piña	Al grupo se le indica previamente que deben tratar de mantenerse en pie el mayor tiempo posible para prevenir cualquier tipo de lesión, En este juego "se tiene que escoger un individuo para que sea el 'corazón de la piña'. Mientras que las otras personas forman una línea agarrados de mano, el 'corazón de la piña' se para en el medio de la línea mientras los otros van enrollándolo mientras cantan 'enrollamos a la piña". Cuando la línea de personas se ha enrollado completamente, todo el mundo canta 'enrollamos a la piña... y todos se caen'. Finalmente, todos se caen al piso." Lifeder. (7 de febrero de 2021). 20 juegos Tradicionales de Colombia Muy Divertidos. Recuperado de: https://www.lifeder.com/juegos-tradicionales-colombia/ . Es una variante de este juego, cambiar de jugador que actúa como corazón de la piña y también tratar de desarrollarla.		Campo fútbol
4	Escondite	Verificación de asistencia, calentamiento general, organización de los 3 grupos mixtos y consulta presaberes de los juegos para la clase. Se direccionan los grupos a cada estación para dar inicio y rotar cada 20 minutos. El grupo de esta estación elige un jugador para contar de 5 en 5 hasta 100 mientras los demás se esconden. Se les indica a los estudiantes que se esconden que deben cantar "Un, dos, tres por mí" y "salvo patria". Cortés,M.(2016, Agosto 4) Los juegos infaltables en la infancia de los colombianos, https://www.radionacional.co/cultura/juegos-tradicionales-de-colombia . Si el ultimo jugador salva patria el mismo que contó debe volver a hacerlo, si salvaron patria faltando jugadores escondidos se considera patria fallida y cambian de jugador, si encuentran al último jugador, éste deberá contar enseguida y todos a esconderse.	110 min	Campo fútbol
	Congelados	Los estudiantes de este grupo deberán "correr incansablemente para no quedar quieto como una estatua de hielo era el objetivo de los "congelados". Los más rápidos podían salvar a sus compañeros y continuar el juego. Había otra modalidad llamada "congelados bajo tierra", en la cual para rescatar a los compañeros era necesario meterse por debajo de sus piernas." Cortés, M. (2016, agosto 4) Los juegos infaltables en la infancia de los colombianos, https://www.radionacional.co/cultura/juegos-		Campo fútbol

		<u>tradicionales-de-colombia</u> . Las variantes para rescatar a los compañeros será además de pasar bajo las piernas, bajo su cuerpo en posición puente, en caballito.		
	Ponchados	Este grupo necesitará "las llamadas pelotas de "fuchi", tejidas en crochet y rellenas de polietileno granulado, eran las propias para este juego en el que uno de los participantes empezaba a perseguir a los demás, lanzándoles la pelota. El que va siendo tocado por la bola, sale del juego." Cortés, M. (2016, Agosto 4) Los juegos infaltables en la infancia de los colombianos, https://www.radionacional.co/cultura/juegos-tradicionales-de-colombia . Como variante pueden ejercer como ponchadores 2 o 3 jugadores al mismo tiempo.		Campo fútbol, Pelota de fuchi
P O S T E S T	Illinois Test y Hexagon Test	Verificación de lista, calentamiento general, organización del grupo y explicación del Test Illinois. Se procede a llamar uno a uno para la realización del Test indicándoles el recorrido, así mismo, se les indica que deben repetirlo en caso de un desplazamiento incorrecto. Se tiene en cuenta el siguiente procedimiento: "se acuesta boca abajo en el piso en el cono de Inicio. El evaluador le da el comando "ya" y comienza el cronómetro. El deportista salta sobre sus pies y comienza el recorrido alrededor de los conos siguiendo la ruta de la línea que se muestra en la figura hasta el final. El evaluador detiene el cronómetro y registra el momento en que el atleta pasa el cono Finalizar" (Kamandulis, 2013). Posteriormente se procede con el Hexagon Test y "para realizar la prueba se necesitará de un hexágono de 66 cm de lado marcado en el piso, un cronometro y un evaluador. Esta prueba requiere que el deportista realice una serie de saltos de ida y vuelta a pie junto sobre los lados de un hexágono" (Mackenzie, 2002). Se les indican a los estudiantes que al comando "ya" comienza el cronometro y deben realizar 3 vueltas al hexágono saltando. Estudiante que pise una de las líneas o salte a un lado incorrecto debe repetir la prueba.	180 min	Cronometro, cinta métrica, conos, cinta de enmascarar, tabla de registro.