

CÓDIGO: AAAr113 VERSIÓN: 3 VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 1 de 6

16

FECHA lunes, 18 de noviembre de 2019

Señores
UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
BIBLIOTECA
Ciudad

UNIDAD REGIONAL	Extensión Soacha
TIPO DE DOCUMENTO	Trabajo De Grado
FACULTAD	Ciencias Del Deporte Y La Educación Física
NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO	Pregrado
PROGRAMA ACADÉMICO	Ciencias del Deporte y La Educación Física.

El Autor(Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
Parra Quevedo	Paula Andrea	1233497998
León Parra	Melanie Vanessa	1022397306
Ladino Garzón	Juan David	1032494209

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:



CÓDIGO: AAAr113 VERSIÓN: 3 VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 2 de 6

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
Ceballos Bernal	Eduar Alonso

TÍTULO DEL DOCUMENTO

Efectos de un programa de actividades sugeridas sobre las habilidades básicas para la iniciación deportiva en el patinaje de carreras

SUBTÍTULO

(Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)

TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE:

Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía

Profesional en ciencias del deporte y la educación física

AÑO DE EDICION DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÀGINAS
14/11/2019	73 paginas

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS (Usar 6 descriptores o palabras claves)	
ESPAÑOL	INGLÉS
Patinaje de carreras	Racing skating
Iniciación deportiva	Sports initiation
Habilidades básicas	Basic abilities
Guía metodológica	Methodological guide

RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS

(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):



CÓDIGO: AAAr113 VERSIÓN: 3 VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 3 de 6

RESUMEN: Para dar inicio, el patinaje de carreras ha aumentado notoriamente su práctica en los últimos

años, evidenciándose en la gran cantidad de escuelas deportivas que actualmente existen en los diferentes escenarios deportivos, generando que los niños y jóvenes se interesen por desarrollar esta práctica deportiva.

Posteriormente la principal razón por la cual se realizó este estudio, es por la necesidad que requiere tener la iniciación deportiva de esta disciplina, para que exista un buen proceso metodológico en cada una de las habilidades básicas que este deporte ya tiene implementadas como los son, desplazamientos, saltos, giros, frenado y equilibrio.

Al abordar el tema de las habilidades básicas del patinaje, se realizó una guía metodológica, donde se visualiza su respectiva organización de las actividades sugeridas de lo más fácil a lo más complejo, teniendo en cuenta las necesidades que el entrenador observe en cada uno de sus deportistas.

Para saber si realmente la guía metodológica tiene alguna incidencia sobre el niño en cuanto a la mejora de sus habilidades básicas, se realizó una intervención a un grupo de niños donde su formación deportiva se encuentra en la etapa de iniciación.

Finalmente, este estudio da soporte a la importancia de trabajar las habilidades básicas del patinaje de carreras con una herramienta que brinde apoyo al entrenador a la hora de llevar un proceso metodológico teniendo en cuenta que cada niño tiene diferentes necesidades en el proceso de la iniciación deportiva.

ABSTRACT: to begin, racing skating has significantly increased its practice in recent years, evidencing the large number of sports schools that currently exist in different sports settings, generating children and young people interested in developing this sport.

Subsequently, the main reason why this study was carried out is because of the need required to have the sports initiation of this discipline, so that there is a good process methodological in each of the basic skills that this sport already has implemented such as, are, displacements, jumps, turns, braking and balance.

When addressing the issue of basic skating skills, a methodological guide was made, where their respective organization of the suggested activities from the easiest to the most complex is visualized, taking into account the needs that the coach observes in each of their athletes.

To know if the methodological guide really has an impact on the child in terms of improving their basic skills, an intervention was carried out on a group of children where their sports training is in the initiation stage.

Finally, this study supports the importance of working the basic skills of racing skating with a tool that provides support to the coach when carrying out a methodological process taking into account that each child has different needs in the process of sports initiation .

AUTORIZACION DE PUBLICACIÓN



CÓDIGO: AAAr113 VERSIÓN: 3 VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 4 de 6

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son: Marque con una "X":

	AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1.	La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	х	
2.	La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet.	х	
3.	La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	x	
4.	La inclusión en el Repositorio Institucional.	х	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales.



CÓDIGO: AAAr113 VERSIÓN: 3 VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 5 de 6

Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. SI ___ NO _x__.

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).



CÓDIGO: AAAr113 VERSIÓN: 3 VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 6 de 6

- b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.
- c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.
- e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el "Manual del Repositorio Institucional AAAM003"
- i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.





CÓDIGO: AAAr113 VERSIÓN: 3 VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 8 de 8

lombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. PerezJuan2017.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
 Efectos de un programa de actividades sugeridas sobre las habilidades básicas para la iniciación deportiva en el patinaje de carreras2019.pdf 	Texto

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA
	(autógrafa)
León Parra Melanie Vanessa	WE HAVE V
Parra Quevedo Paula Andrea	Paula Ardiea, Parra
Ladino Garzón Juan David	chan Mad adva
2.14.1	TAD T COUNTY TOURS

Efectos de un programa de actividades sugeridas sobre las habilidades básicas para la iniciación deportiva en el patinaje de carreras

Trabajo de grado presentado para obtener el título de Profesional en ciencias del deporte y la educación física Universidad de Cundinamarca, Bogotá

Melanie Vanessa León Parra, Paula Andrea Parra Quevedo &

Juan David Ladino Garzón

Noviembre 2019.

Tabla de contenidos

INTRODUCCIÓN

1.	Planteam	iento del problema	8
	1.1.	Situación problemática.	8
	1.2.	Pregunta problema	9
	1.3.	Justificación	9
	1.4.	Objetivos	11
	1.4.1	. Objetivo general	11
	1.4.2	2. Objetivos específicos	11
	1.5.	Hipótesis	11
2.	Marco	teórico	12
3.	Metoc	dología	21
	3.1.	Diseño del estudio	21
	3.2.	Criterios de inclusión, exclusión y éticos	21
	3.2.1	. Criterios de inclusión	21
	3.2.2	2. Criterios de exclusión	22
	3.2.3	3. Criterios éticos.	22
	3.3.	Técnica de selección	24
	3.4.	Técnica de muestreo	24
	3.5.	Operacionalización de las variables	24
	3.6.	Materiales e instrumentos.	27
	3.7.	Prueba piloto.	28
4.	Result	tados	29

5.	Discusión	34
6.	Conclusiones	40
7.	Recomendaciones	41
8.	Bibliografía	42
9.	Anexos	45

Tabla de gráficos

- Tabla 1. Operacionalización de las variables.
- Tabla 2. Edad grupo control
- Tabla 3. Peso grupo control
- Tabla 4. Talla grupo control
- Tabla 5. IMC grupo control
- Tabla 6. Prueba inicial grupo control
- Tabla 7. Prueba final grupo control
- Tabla 8. Tiempo promedio
- Tabla 9. Edad grupo experimental
- Tabla 10. Peso grupo experimental
- Tabla 11. Talla grupo experimental
- Tabla 12. IMC grupo experimental
- Tabla 13. Prueba inicial grupo experimental
- Tabla 14. Prueba final grupo experimental
- Tabla 15. Tiempo promedio grupo experimental
- Tabla 16. Prueba T de student

Tabla de imágenes

Imagen 1. Circuito de habilidad número 13

Introducción

El presente trabajo de investigación y proyecto de grado, como su propósito específico lo incidida, es conocer qué efectos tiene un programa de actividades sugeridas sobre las habilidades básicas para la iniciación deportiva en el patinaje de carreras, para lo cual se ha organizado en 9 capítulos, donde se aclara específicamente que se va a tratar.

Para dar inicio, el patinaje de carreras ha aumentado notoriamente su práctica en los últimos años, evidenciándose en la gran cantidad de escuelas deportivas que actualmente existen en los diferentes escenarios deportivos, generando que los niños y jóvenes se interesen por desarrollar esta práctica deportiva.

Posteriormente la principal razón por la cual se realizó este estudio, es por la necesidad que requiere tener la iniciación deportiva de esta disciplina, para que exista un buen proceso metodológico en cada una de las habilidades básicas que este deporte ya tiene implementadas como los son, desplazamientos, saltos, giros, frenado y equilibrio.

Al abordar el tema de las habilidades básicas del patinaje, se realizó una guía metodológica, donde se visualiza su respectiva organización de las actividades sugeridas de lo más fácil a lo más complejo, teniendo en cuenta las necesidades que el entrenador observe en cada uno de sus deportistas.

Para saber si realmente la guía metodológica tiene alguna incidencia sobre el niño en cuanto a la mejora de sus habilidades básicas, se realizó una intervención a un grupo de niños donde su formación deportiva se encuentra en la etapa de iniciación.

Finalmente, este estudio da soporte a la importancia de trabajar las habilidades básicas del patinaje de carreras con una herramienta que brinde apoyo al entrenador a la hora de llevar un proceso metodológico teniendo en cuenta que cada niño tiene diferentes necesidades en el proceso de la iniciación deportiva.

1. Planteamiento del problema

1.1 Situación problemática.

El patinaje de carreras se caracteriza por ser es un deporte de tiempo y marca, cuenta con la participación de género masculino y femenino según las categorías planteadas por la federación colombiana de patinaje de carreras, las cuales se clasifican en: categorías menores (7-10 años), categoría transición (11-13 años) y categorías mayores (14 años en adelante). Asimismo, cabe la pena resaltar que el deportista debe contar con: patines, casco, rodilleras, coderas, guantes, licra y gafas (opcional), dentro de su sistema de competencia encontramos pruebas de velocidad, medio fondo, y fondo.

Este deporte se caracteriza por ser cíclico, es decir, hace referencia a movimientos continuos y consecutivos, desarrollando sus prácticas en un escenario deportivo, bien sea en una pista la cual consta de dos peraltes (curva) y dos rectas, teniendo como medida total 200mts, también, una ruta que representa una medida de 400mts, todos estos elementos se encuentran avalados por el reglamento internacional del patinaje, a partir de lo anterior, es posible encontrar escuelas de formación deportiva que brindan el proceso de enseñanza- aprendizaje a los niños que quieran comenzar sus prácticas deportivas, en donde cada una de dichas escuelas establecen el nivel de iniciación al patinaje de carreras. En esta etapa se desarrollan las diferentes habilidades básicas requeridas en este deporte, las cuales se han estipulado por diversos autores, estas son: saltos, equilibrio, desplazamientos, giros y frenado.

Colombia en la historia reciente del deporte ha sido total dominador de este disciplina en las diferentes competiciones a nivel mundial, encuestas realizadas por el equipo investigador a diferentes entrenadores que se desempeñan en el proceso de iniciación, encontró que algunas escuelas de formación no realizan un buen desarrollo de las habilidades básicas necesarias para

este deporte, lo cual conlleva a que los niños no cumplan de forma correcta el proceso de iniciación deportiva, sabiendo que las habilidades básicas requeridas en este deporte deben ser un elemento inmerso a lo largo de todo el proceso de formación del deportista y si se presentan errores en ella, traerá como consecuencia un mal proceso deportivo a futuro, y, Se evidencia también la falta de material teórico que brinde al entrenador herramientas pedagógicas y metodológicas las cuales sugieran procesos óptimos para el adecuado desarrollo de las habilidades básicas de dicho deporte en los niños.

1.2 Pregunta problema.

¿Cuáles son los Efectos de un programa de actividades sugeridas sobre las habilidades básicas para la iniciación deportiva en el patinaje de carreras?

1.3 Justificación.

La iniciación deportiva, hace referencia al proceso en el cual el niño comienza aprender de una manera específica la práctica de un deporte, de esta forma, el niño adquiere un nuevo conocimiento permitiéndole explorar diferentes entornos y tener contacto con su propia conciencia corporal, a partir de esta se adquieren habilidades y destrezas más complejas, las cuales ayudaran a desenvolverse en cualquier disciplina deportiva.

En el presente trabajo se habla específicamente del deporte de patinaje de carreras, cuya práctica, requiere de un gran énfasis en el proceso de iniciación deportiva, en el cual se encuentran las habilidades básicas necesarias en esta práctica, las cuales son: saltos, equilibrio, desplazamientos, giros y frenado.

Es importante resaltar que en la actualidad no se cuenta con guías metodológicas necesarias para llevar a cabo el proceso óptimo del desarrollo de las habilidades básicas que se deben trabajar

en la iniciación deportiva de esta disciplina, lo cual se ve evidenciado en la falta de diseños o procesos pedagógicos y metodológicos coherentes para el desarrollo integral de un futuro deportista, esto visto desde la perspectiva de diferentes entrenadores que hacen parte del proceso de formación deportiva del patinaje de carreras, específicamente en iniciación, los cuales cuentan con una amplia experiencia en este campo y que fueron encuestados durante el desarrollo de la investigación.

Se debe agregar que al contar con una guía metodológica que describa el paso a paso de actividades sugeridas para el desarrollo de las habilidades básicas del patinaje de carreras, los entrenadores obtendrán una organización de la planeación del entrenamiento, un control de los procesos del desarrollo de las habilidades, así mismo conocer la importancia de cada uno de los aspectos mencionados anteriormente y brindar al niño todas las herramientas necesarias para asegurar que su proceso de formación deportiva se lleve a cabo de manera correcta.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general:

Determinar los efectos de un programa de actividades sugeridas sobre las habilidades básicas para la iniciación deportiva en el patinaje de carreras.

1.4.2 Objetivos específicos:

- Caracterizar morfológicamente la población que participara en la presente investigación.
- Desarrollar el circuito de habilidad número 13 del banco de pruebas de la federación colombiana de patinaje para evaluar el punto de partida de los deportistas.
- Diseñar una guía metodológica de actividades sugeridas para la mejora de las habilidades básicas de patinaje: (equilibrio, desplazamientos, saltos y giros).
- Aplicar la guía metodológica de actividades sugeridas durante un tiempo de 7 semanas,
 haciendo énfasis en detección y corrección de posibles errores.
- Ejecutar la prueba final del proceso, referente al circuito de habilidad número 13 del banco de pruebas de la federación colombiana de patinaje.
- Analizar el resultado obtenido entre el grupo al cual se aplicó la guía metodológica,
 respecto el que no hizo uso de la guía metodológica.

1.5 Hipótesis.

Hi: La guía metodológica tiene inferencia positiva sobre el desarrollo de las habilidades básicas, por ende, se obtiene un mejor desempeño en la ejecución de la prueba, respecto con el grupo al cual no se le aplicó la guía y no será intervenido durante el proceso.

Ho: La guía metodológica no tiene inferencia positiva sobre el desarrollo de las habilidades básicas, por ende, no se obtiene un mejor desempeño en la ejecución de la prueba, respecto con el grupo al cual no se le aplico la guía y no será intervenido durante el proceso.

2. Marco teórico

A lo largo de este apartado, se mostrarán diferentes aspectos acerca de temas relacionados con el desarrollo motor y adquisición de habilidades en niños según su edad, específicamente edades entre los 5 y 6 años, relacionándolas con la aplicación de las mismas en la iniciación de la práctica deportiva del patinaje de carreras, en cuanto a este deporte encontramos diferentes características tales como: 1. Es un deporte socio motriz en el cual se busca recorrer la distancia de cada modalidad en el menor tiempo posible en la cual el deportista debe vencer la resistencia aerodinámica junto con la resistencia producida por la fricción de las ruedas sobre el suelo, al respecto Sánchez y González (Alvarado, Octubre 2015) definen el patinaje como una actividad deportiva la cual consiste en deslizarse sobre una superficie regular mediante unos patines colocados en los pies mientras que Lugea (Alvarado, Octubre 2015) sostiene que el patinaje es un deporte cíclico, en el que se entrena la condición física para incrementar la potencia de aparato locomotor, así como la técnica y la táctica. Así pues, este deporte es cíclico compuesto por diferentes pruebas en las que se evidencia la resistencia y la velocidad llevadas a cabo en una pista o ruta según la modalidad o sistema de competencia, en la cual se busca desarrollar y mejorar las capacidades físicas y coordinativas de las deportistas asociadas al desarrollo de la técnica requerida para este deporte.

Dentro del proceso de iniciación deportiva en el patinaje de carreras, se evidencia una alta prevalencia del uso y desarrollo de las capacidades coordinativas debido a la etapa de desarrollo que tiene el niño en edades tempranas. En este sentido, Escobar Arellano, Weineck, & Zhelyazkov (2006) postulan que

las capacidades coordinativas generales son el resultado de un trabajo motor múltiple en diferentes modalidades. Se manifiestan en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana y el deporte para solucionar de forma racional y creativa las tareas que requieren movimiento.

Dentro de este deporte se encuentra que se da gran énfasis en el desarrollo de estas capacidades en busca de un correcto desempeño en las diferentes actividades propuestas en las prácticas deportivas, por medio de ejercicios referentes a saltos, giros, desplazamientos, equilibrio donde se ve evidenciado el desarrollo coordinativo del deportista, estos toman gran importancia dentro de la iniciación deportiva donde se hace referencia al momento en el cual se inicia a realizar la práctica de algún deporte, con principal énfasis en la familiarización y dominio del equilibrio con el implemento. Dado lo anterior Lugea (2003) indica que "el patinaje debe iniciar entre los 5 y 6 años, desarrollando cualidades motrices de base hasta los 12 y 13 años". Según esto, entendemos que esta es la fase principal de base en cualquier deporte; dentro del patinaje de carreras se habla del desarrollo de diferentes habilidades motrices que son necesarias para el dominio y control que debe ir adquiriendo el niño de su cuerpo respecto a la relación y uso del elemento, en este caso los patines. Estas habilidades entendidas como los aspectos fundamentales requeridos para el desarrollo del deporte y como base fundamental del mismo,

A lo anterior, Lugea (2003) sostiene que:

Son las acciones que a través de un ejercicio repetido son consolidadas y corren en modo parcialmente automatizado sin una concentración voluntaria de la atención. La coordinación motora esta así perfeccionada y estabilizada, y el movimiento viene así resuelto con gran seguridad.

Con el desarrollo de las habilidades motoras en este deporte se busca que el niño adquiera diferentes medios por los cuales a través de la repetición de diferentes actividades logre consolidar y posteriormente automatizar los movimientos.

Etchart, Meinel y Schnabel (Alvarado, Octubre 2015)en su libro de *teoría del movimiento* describen tres etapas para la formación de la habilidad motora: 1. Desarrollo de la coordinación global del movimiento, 2. estabilización del movimiento y 3. Corrección y perfeccionamiento del movimiento, hablando del patinaje de carreras específicamente en los procesos de iniciación deportiva, debido a la edad de los niños y el tipo de patín que se usa (semi-profesional) se llevan a cabo estas etapas en cierta medida según se requiera, dadas en la familiarización, ejecución de diferentes actividades y/o ejercicios y detección de errores durante el proceso con el fin de lograr el total dominio y adecuado desenvolvimiento en diferentes tareas.

A partir de lo anterior y teniendo en cuenta la edad correspondiente a los niños se deben trabajar las capacidades coordinativas según las fases sensibles, definidas según Vasconcelos (2005), De Martin (1999) como "periodos del proceso de desarrollo del ser humano en el que, cuando están sometidos a ciertos estímulos, reaccionan con una adaptación de mayor intensidad que en cualquier otro periodo" de tal modo que los estímulos que vayan a ser generados dependerán del periodo al cual pertenece el niño con el fin de llevar a cabo un proceso de enseñanza progresivo y sistemático, también, otro aspecto importante a tener en cuenta dentro del proceso de iniciación deportiva es el aprendizaje motor el cual es definido por (Schmidt & Vereijken, 2012), como un

Conjunto de procesos relacionados con la práctica o la experiencia que induce la aparición de cambios relativamente permanentes en el comportamiento de la habilidad, y ajuste de las características del movimiento a una nueva tarea o dificultad. Se produce en el marco de diferentes tipos de actividad (juego, trabajo),

pero también hay una actividad especial que está orientada a la adquisición de conocimientos y capacidades.

Dentro de este proceso de aprendizaje se busca la adquisición de nuevos patrones de movimiento y la consolidación de las habilidades a partir del método de repetición con el fin de que esta sea totalmente automatizada, encontramos diferentes teorías que postulan las diferentes etapas en las cuales se da el aprendizaje de una nueva habilidad y/o movimiento:

Según el documento (R. Cano-de-la-Cuerda, y otros, 2012) cita a (Posner & Fitts) Teoría del modelo de los tres estadios de Fitts y Posner. Estos autores sugieren que existen tres etapas principales en el AM.

En la etapa cognitiva el paciente aprende una nueva destreza o reaprende una antigua. El individuo necesita practicar con frecuencia una tarea bajo supervisión y guía externa, siendo importante el cometer errores y saber corregirlos. En la etapa asociativa el paciente consigue dirigir el programa dentro de restricciones ambientales específicas. Disminuirá el número de errores en la actividad y logrará realizar con menor esfuerzo la ejecución de la tarea. Los individuos comienzan a comprender como se interrelacionan los diferentes componentes de la destreza. En la etapa autónoma el paciente consigue moverse dentro de una variedad de ambientes, manteniendo el control en todo el programa. El verdadero sello del aprendizaje es la capacidad de retener la destreza y generalizarla a diferentes contextos gracias a la automatización, puesto que la práctica en la vida cotidiana es generalmente aleatoria.

Con base en esta teoría se evidencia que se aplican tres fases al momento de adquirir conocimiento de una nueva tarea: una de ellas es la etapa cognitiva, en la cual el niño aprende o desarrolla una nueva habilidad asociándola a su vida con tareas anteriormente realizadas (caminar,

correr, saltar, desplazarse), además el infante tiene la oportunidad de cometer errores y reconocerlos para así mismo poderlos corregir con ayuda de la persona que está supervisando la actividad, otra etapa es la asociativa, donde es importante que el niño tenga el contacto con el medio adecuado a la práctica deportiva que vaya a realizar, en esta etapa disminuirá el número de errores en sus movimientos y reducirá el nivel de esfuerzo a realizar la tarea a ejecutar, por último se habla de la etapa de la automatización, en esta el niño mostrara un mayor control y fluidez al momento de ejecutar los ejercicios propuestos tanto en la práctica como en su vida cotidiana.

Encontramos también que Berstein citado por R Cano de La rueda (2012) plantean los modelos de sistema de tres fases, Según esta teoría, el énfasis está en controlar los grados de libertad, es decir, el número independiente de movimientos necesarios para completar una acción, como un componente central del aprendizaje de una nueva destreza motora. Este modelo de aprendizaje plantea tres fases. En la fase inicial, el individuo simplifica el movimiento reduciendo los grados de libertad. En la fase avanzada el sujeto comienza a ganar ciertos grados de libertad, permitiendo el movimiento en mayor número de articulaciones incluidas en la tarea. Y, por último, la fase experta es aquella en la que el individuo posee todos los grados de libertad necesarios para llevar a cabo la tarea, con la mayor efectividad y de manera coordinada.

Dicho esto, se entiende que los procesos de enseñanza para los niños, deben tener un orden lógico que atienda al postulado de ir de lo fácil a lo complejo, basándose de tres momentos de la realización de un ejercicio efectivo, que están representados en cuanto a los grados de libertad o limitaciones que se le dan al niño para la ejecución de los diferentes movimientos que debe realizar, buscando cumplir con los objetivos planteados y mejorar sus habilidades.

Para empezar en la fase inicial, los ejercicios planteados en las diferentes actividades deben contar con características específicas, es decir, que sean puntuales, que no tengan un grado alto de

complejidad y que sean simples de realizar; la siguiente fase que es la avanzada, nos indica que el niño adquiere la capacidad de desenvolverse con un mayor número de movimientos en los ejercicios, haciendo uso de más segmentos corporales lo cual le permite realizarlo de la mejor manera; para terminar, la última fase es la experta, la cual menciona que el niño posee un amplio grado de libertad permitiéndole poder ejecutar las diferentes tareas de una forma más autónoma y coordinada con el fin de que las habilidades a lo largo de la práctica se conviertan en destrezas.

Además, según el documento (R. Cano-de-la-Cuerda, y otros, 2012) cita a (Gentile) se encuentra el Modelo de dos fases de Gentile. La primera fase incluye la comprensión del objetivo de la tarea, el desarrollo de las estrategias de movimiento apropiadas para conseguir el objetivo, así como la interpretación de las características del entorno críticas para la organización del movimiento. En la segunda fase, denominada de fijación o fase de diversificación, el objetivo del sujeto es redefinir el movimiento, lo cual incluye tanto el desarrollo de la capacidad de adaptar el movimiento a los cambios de la tarea y del entorno, como desarrollar la tarea consistente y eficientemente.

Cabe resaltar que, este modelo muestra dos fases fundamentales a tener en cuenta en el proceso de aprendizaje motor de una tarea para el niño, de esta forma entendemos que primero se debe tener claridad de la tarea que se realizará, es decir una explicación clara de la misma donde los niños comprendan de forma correcta cada uno de los ejercicios y que identifiquen la importancia de los mismo para poder cumplir con los objetivos planteados en cada una de las intervenciones y en un segundo momento el niño ya tiene la capacidad de ejecutar diferentes movimientos según el ambiente en el que se encuentra, estar sujeto a los cambios que se puedan manifestar en la práctica y cómo responder de forma correcta sin perder la fluidez del mismo.

Por último, Adamas (1971) citados por (Valdivielso, manso, & ojeda, 2011) la teoría del circuito cerrado se apoya en un planteamiento de Feedback en "bucle cerrado", donde el efecto de un movimiento es útil para preparar o modificar el movimiento siguiente. Esta teoría explica bien los movimientos que son lentos y regulares, como por ejemplo cuando se aprende a botar un balón, o el automatismo de muchas habilidades específicas.

A partir de esto podemos decir que al ejecutar un movimiento adquirimos bases fundamentales para una preparación del movimiento siguiente, lo cual corresponde a la guía metodológica propuesta donde se busca llevar un proceso progresivo donde la dificultad de los ejercicios a realizar ira aumentando poco a poco. Es así como cada una de las actividades descritas tiene un paso a paso con el fin del ir de lo fácil a lo difícil donde se tendrá un control constante y una supervisión de cada uno de los ejercicios para así identificar posibles errores, realizar la corrección de los mismo y de este modo facilitar en lo posible la ejecución del movimiento siguiente.

El medio y/o la herramienta por la cual se llevará a cabo este proceso de enseñanza-aprendizaje será una guía metodológica, lo cual se refiere Según Orellana (1998) a "un instrumento que contiene un conjunto de procesos educativos, conceptos, sugerencias e instrucciones para desarrollar de manera eficaz y sostenida diferentes actividades." Dicho lo anterior se realizará un proceso caracterizado por ir de lo fácil a lo complejo, teniendo en cuenta diferentes aspectos como la relación del sujeto con el elemento deportivo, el nivel en el cual se encuentre el niño, su edad, etc. A medida de la realización de las diferentes actividades propuestas en la guía, las cuales corresponden a las habilidades motrices básicas requeridas en el patinaje de carreras.

Dichas propuestas deben ser fundamentadas en el juego, la lúdica y la actividad programada como elementos determinantes; esto obedece a que muchos estudios han demostrado que el juego es una buena herramienta para mejorar el área de la conducta y la psicomotricidad de los niños.

Una propuesta metodológica cuenta con unas fases y características, las cuales serán descritas a continuación:

Propósito, toda guía metodológica cumple con el propósito de contribuir al mejoramiento de las experiencias con el fin de facilitar el acercamiento y posterior aprendizaje de nuevas tareas motrices, partiendo de las experiencias previas con las que cuenta el deportista en formación.

Modelo pedagógico, mediante este se establece una guía que ha de permitir las formas adecuadas de enseñar, con el único fin de facilitar el proceso de aprendizaje. Además de lo anterior implica tener claro el contenido susceptible a ser enseñado.

Metodología, entendida como el paso a paso que se estipula para lograr los propósitos contemplados, en un marco de referencia más amplio esta permite establecer los procedimientos para el cumplimiento del objetivo propuesto.

Contenido, definido como las unidades de temas y saberes a desarrollar dentro de la guía metodológica, estos pueden ser de carácter teóricos y prácticos, lo cual supone una elección metodológica acorde a su tipología. La principal característica del contenido es que este debe ser claro, preciso y adaptable a las características propias del grupo poblacional a trabajar.

Recursos, comprendidos como todos aquellos elementos que interviene y facilitan la realización de las actividades y más aún el proceso de aprendizaje. En este sentido es importante declarar que deben ser tenidos en cuenta: 1. el material, 2. la infraestructura y 3. El talento humano.

Ya que la adecuada planificación de estos tres (3) debe estar situada a las características del grupo poblacional a trabajar.

Evaluación, debe ser vista como un proceso de características formativas y continuas, la cual permitirá seguir el proceso de aprendizaje y de sistematización de experiencias adquiridas durante la realización del proceso.

3. Metodología

3.1 Diseño del estudio.

Postura empírico analítica o cuantitativa de corte exploratorio, de alcance experimental, aplicado dos grupos, uno de control y otro experimental; longitudinalmente en el tiempo, el cual estuvo enfocado en establecer los efectos de un programa de actividades sugeridas sobre las habilidades básicas del patinaje de carreras en niños de 5 a 6 años. Al respecto Lerma Gonzales, (2009) sostiene que:

Su objetivo es explicar la relación causa-efecto entre dos o más variables o fenómenos. El investigador modifica intencionalmente el estado de algunos de los sujetos de estudio, introduciendo y manipulado un tratamiento o una intervención (variable independiente o factor causal) que desea estudiar o evaluar.

3.2 Criterios de inclusión, exclusión y éticos.

3.2.1 Criterios de inclusión:

Niños de 9 años de edad.

Que cuenten con patín semi-profesional.

Que estén en el nivel de iniciación deportiva.

Que pertenezcan a una escuela de formación deportiva de patinaje.

Diligenciamiento del asentimiento informado.

3.2.2 Criterios de exclusión:

Que no cuenten con los implementos de seguridad o protección.

Alteraciones músculo esqueléticas como inestabilidades articulares producto del tejido blando articular, uso de prótesis, o algún otro tipo de lesiones.

Alteraciones de orden cardiovascular o cardiorrespiratorio.

3.2.3 Criterios éticos:

Confidencialidad de los Datos.

Trato profesional.

Respeto a su dignidad.

La protección de sus derechos y su bienestar.

La investigación se desarrolló de acuerdo con los lineamientos planteados en la Constitución Política Colombiana (1991), artículo 69, donde se señala, que la investigación debe ser promovida como un proceso permanente, vinculado con la identidad nacional, el Estado fortalecerá la investigación científica en las Universidades públicas y privadas, y ofrecerá las condiciones para su desarrollo.

Los participantes de esta investigación contaron con un consentimiento informado que fue diligenciado por los representantes legales de los menores que hicieron parte del estudio, de acuerdo con lo estipulado por el Ministerio de Salud en la resolución 830 de 1993, en el artículo 14 (Blank & Rodríguez, 2004). De igual manera, los sujetos participantes del estudio, diligenciaron el formato de asentimiento informado, donde declaran su intención voluntaria de participación en el estudio.

3.3 Técnica de selección.

En términos metodológicos la muestra debe seleccionarse de forma que sea representativa de la población a la que se pretende aplicar la conclusión; al respecto cabe la pena resaltar que el presente proyecto empleó el muestro probabilístico, por medio de la técnica de tómbola se seleccionaron los clubes participantes de la investigación, el método consistió en asignar un número a una balota la cual representa una de los veinte (20) clubes de patinaje de las localidades de Bosa, repitiendo el mismo proceso con los cuarenta clubes de patinaje de la localidad de Kennedy. Una persona externa al proyecto participo en el proceso de selección, sacado respectivamente las balotas. Esta técnica es similar a la planteada por Lerma Gonzales (1999) quien plantea que el método de selección

Consiste en numerar todos los elementos muéstrales de la población, del uno al número N. Después se hacen fichas o papeles, uno por cada elemento, se revuelven en una caja y se van sacando n número de fichas, según el tamaño de la muestra. Los números elegidos al azar conformarán la muestra.

Ahora bien, frente a la selección de las edades la técnica se determinó como no probabilística por conveniencia ya que al asistir a la caracterización de los clubes seleccionados se delimito que las edades participantes de la investigación serian niños y niñas entre los 5 y 6 años de edad, ya que son la población más representativa de los mismos.

La investigación se llevó a cabo con un total de 20 niños en proceso de formación de los clubes patinaje Real Bogotá y club de patinaje Navajos, divididos en dos (2) grupos, experimental club Real Bogotá y control club Navajos, cada uno con 10 practicantes.

3.4 Población.

Los deportistas que serán intervenidos están ubicados en Bogotá, Colombia, el grupo experimental es de la zona octava de Kennedy en el barrio Tintal y el grupo control es de la zona séptima de Bosa, en el barrio Clarelandia.

3.5 Operacionalización de las variables.

Tabla 1 . Operacionalización de las variables.

Según LUGEA, el patinaje es un deporte cíclico, en el que se entrena la condición física para incrementar la potencia de	
•	
física para incrementar la potencia de	
aparato locomotor, así como la técnica y la	
táctica.	
Según Hernández moreno (1995) la	
iniciación deportiva es el proceso de	
enseñanza-aprendizaje, seguido por el	
individuo para la adquisición del	
conocimiento y la capacidad de ejecución	
practica de un deporte, desde que se toma	
contacto con él hasta que es capaz de	
practicarlo con adecuación a su técnica,	
táctica y su reglamento.	
	táctica. Según Hernández moreno (1995) la iniciación deportiva es el proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución practica de un deporte, desde que se toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica,

Habilidad	Las acciones que a través de un ejercicio
Motora	repetido son consolidadas y corren en
	modo parcialmente automatizado sin una
	concentración voluntaria de la atención. La
	coordinación motora esta así perfeccionada
	y estabilizada, y el movimiento viene así
	resuelto con gran seguridad.

Guía	Según Orellana (1998) se define como un
metodológica	instrumento que contiene un conjunto de
	procesos educativos, conceptos,
	sugerencias e instrucciones para desarrollar
	de manera eficaz y sostenida diferentes
	actividades.
	Fuente: propia.

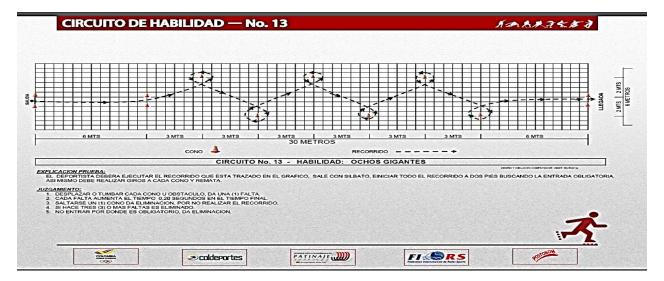
3.6 Descripción de los procedimientos, técnicas e instrumentos.

3.6.1 Descripción de los procedimientos:

FASE 1: realizar la respectiva reunión infamativa con los acudientes o padres de familia de los deportistas, con fin de que conozcan la investigación que se llevara a cabo con los niños como objetivo de estudio, seguido de la entrega de consentimiento y asentimiento informado.

FASE 2: capacitación o reconocimiento de la prueba circuito de habilidad No. 13 (prueba piloto) (Federacion colombiana de patinaje, 1954)

Ilustración 1. prueba circuito de habilidad No. 13



- FASE 3: aplicar el programa de actividades sugeridas a los diferentes deportistas que pertenecen al gripo experimental de la escuela club real Bogotá.
- FASE 4: transcurridas 20 sesiones de entrenamiento se llevarán a cabo de nuevo el circuito de habilidad No. 26 a los deportistas de la escuela club real Bogotá y club navajos.
- FASE 5: analizar y comparar los resultados obtenidos en las dos tomas ejecutadas durante todo el proceso.

Ahora bien, la propuesta metodológica cuenta con unas fases y características, las cuales serán descritas a continuación: (ver guía metodológica en anexos pag. 45)

Propósito, tener una guía metodológica que brinde al entrenador una herramienta adecuada y correcta para trabajar y desarrollar las habilidades básicas del patinaje de carreras.

Metodología, se realizó asignación de tareas con método repetitivo, donde los niños ejecutaban la acción e inmediatamente hubo corrección de errores para que posteriormente

volviera a realizar la actividad para llegar a la adquisición correcta del movimiento.

Contenido, cuenta con: 1 portada, 2 índice, 3 infografía, 4 descripción de la actividad

sugerida, 5 los implementos de protección, 6 el grado de dificultad, 7 la denominación, es decir si

la ejecución se realiza correctamente, 8 variantes y 9 materiales.

Recursos, escenario deportivo (PISTA PLANA), materiales (cono y platillos)

Evaluación, cada actividad sugerida está compuesta por una tabla que se clasifica en lo

bueno y malo al ejecutarla.

3.6.3 Instrumentos y materiales empleados:

Pista de patinaje

Deportistas

Aros

Platillos

Conos

Cronometro

Silbato

27

3.7. prueba piloto.

Se realizó una prueba previa del circuito de habilidad número 13 del banco de pruebas de la federación colombiana de patinaje, con el fin de determinar el tamaño de la muestra, la ejecución de la prueba a ejecutar durante el proceso investigativo, su práctica y total dominio con fin de evitar posibles errores futuros al momento de hacer la toma real de los datos. Esta consistió en elegir niños con edades entre 5 y 6 años, a los cuales será aplicada la guía metodológica de actividades sugeridas de habilidades básicas del patinaje.

4. Resultados

El análisis de los datos se realizó a través del programa estadístico SPSS versión 2, En donde se determinó estadística descriptiva (media, Desviación estándar y Nivel Confianza) para las variables susceptibles a análisis. Asimismo, se empleó el estadístico T de Student para variables independientes desiguales, el cual nos permite comparar las medias de los dos grupos, obteniendo para cada una de las muestras sus respectivas medias, el tamaño de las mismas y sus respectivas varianzas, en este mismo sentido aunque los grupos cumplen con dos criterios de igualdad: edad y tipo de deporte, al ser una investigación cuasi experimental contamos con un grupo control el cual continuó su proceso normal de formación, y un grupo intervenido al que se le aplicó una guía metodológica, caracterizada por atender a las habilidades especificas del patinaje de carreras con fuerte orientación a procesos de iniciación deportiva.

4.1 Resultados descriptivos.

La población participante del presente proyecto se encuentra ubicada en Bogotá, Colombia, el grupo experimental adelanta sus procesos de formación deportiva en la localidad octava de Kennedy, específicamente en el barrio Tintal y el grupo control en la localidad séptima de Bosa, barrio Clarelandia.

Para el grupo control la edad promedio es de $5,5\pm0,52$, el peso promedio de $19,16\pm1,60$, talla promedio de $103,9\text{cm}\pm7,09$, con un índice de masa corporal (IMC) promedio de $17,0\pm3,2$. Mientras que el grupo experimental presenta una edad promedio de $5,6\pm0,51$, un peso de $19,9\pm2,64$, en cuanto a la talla se encontró que esta presenta un promedio de $109,4\pm8,09$ y un IMC de $16,3\pm1,46$.

Por otra parte, se encontró que el promedio de la prueba inicial del grupo control fue de 26,2±2,17 y la del grupo experimental fue de 25,3±1,84. Al Finalizar el proceso de intervención el promedio de la prueba final para el GC fue de 25,64±2,15 mientras que para el GE fue de 23,5±1,41. Ahora bien la diferencia de medias fue 0,68±0,96 para el GC y 1,79±1,01 para GE.

Tabla 2. Edad grupo control

EDAD	
Media	5,5
Desviación estándar	0,527046277
Nivel de confianza(95,0%)	0,377026194

Tabla 3 Peso grupo control

PESO (kg)	
Media	19,16
Desviación estándar	1,602914013
Nivel de confianza(95,0%)	1,146655609

Tabla 4. Talla grupo control

TALLA (cm)	
Media	103,9
Desviación estándar	7,093815773
Nivel de confianza(95,0%)	5,074610103

Tabla 5. IMC grupo control

IMC	
Media	19,16
Desviación estándar	1,602914013
Nivel de confianza(95,0%)	1,146655609

Tabla 6. Prueba inicial grupo control

PRUEBA INICIAL	
Media	26,297
Desviación estándar	2,175730018
Nivel de confianza(95,0%)	1,556423494

Tabla 7. Prueba final grupo control

PRUEBA FINAL	
Media	25,64
Desviación estándar	2,159073876
Nivel de confianza(95,0%)	1,544508407

Tabla 8. Tiempo promedio grupo control

PROMEDIO	
Media	0,686
Desviación estándar	0,960869976
Nivel de confianza(95,0%)	0,687364973

Tabla 9. Edad grupo experimental

EDAD	
Media	5,6
Desviación estándar	0,516397779
Nivel de confianza(95,0%)	0,369408718

Tabla 10. Peso grupo experimental

PESO (kg)	
Media	19,92
Desviación estándar	2,64734668
Nivel de confianza(95,0%)	1,89379773

Tabla 11. Talla grupo experimental

TALLA (cm)	
Media	109,44
Desviación estándar	8,098175377
Nivel de confianza(95,0%)	5,793085682

Tabla 12. IMC grupo experimental

IMC	
Media	19,92
Desviación estándar	2,64734668
Nivel de confianza(95,0%)	1,89379773

Tabla 13. Prueba inicial grupo experimental

25,339
1,849927626
1,323358503

Tabla 14. Prueba final grupo experimental

PRUEBA FINAL	
Media	23,543
Desviación estándar	1,414394649
Nivel de confianza(95,0%)	1,01179698

Tabla 15. Tiempo promedio grupo experimental

TIEMPO PROMEDIO	
Media	1,796
Desviación estándar	1,019043124
Nivel de confianza(95,0%)	0,728979536

4.2 Resultados Inferenciales.

Para el tratamiento de los datos obtenidos al aplicar la guía metodológica el grupo experimental y comparar los resultados versus el grupo control se determinó que la prueba t de Student, nos permite determinar la diferencia significativa entre las medias de dos grupos, es decir que se utiliza cuando deseamos comparar dos medias.

Tabla 16. Prueba T de Student

	TIEMPO	TIEMPO
	PROMEDIO	PROMEDIO
Media	0,686	1,796
Observaciones	10	10
Estadístico t	-3,635024699	
P(T<=t) una cola	0,000946858	
Valor crítico de t (una cola)	1,734063607	

Fuente: propia.

7. Discusión

Los resultados obtenidos en la presente investigación, nos indican que la implementación de un conjunto de actividades sugeridas enfocadas hacia la mejora de las habilidades básicas requeridas en el patinaje de carreras, como lo son el equilibrio, los desplazamientos, los saltos, los giros, el frenado, específicamente en el proceso de iniciación deportiva, tienen una influencia positiva sobre las mismas, mostrando una mejora significativa reflejada en la diferencia entre los tiempos obtenidos en la prueba inicial respecto a la prueba final del grupo experimental, siendo esta mucho más alta comparándola con la obtenida para el grupo control.

Por lo anterior la hipótesis planteada en este estudio se confirma: La guía metodológica tiene inferencia positiva sobre el desarrollo de las habilidades básicas, por ende, se obtiene un mejor desempeño en la ejecución de la prueba, respecto con el grupo al cual no se le aplicó la guía y no será intervenido durante el proceso, continuando con su proceso y actividades normales de entrenamiento.

Diferentes autores como Hestbaek, L., Andersen, S y T., Skovgaard, ET;AL (2017) sostienen que la implementación de un nuevo programa dirigido a niños con edades promedio de 6 años en un tiempo determinado pertenecientes a un grupo experimental optimizando las habilidades motoras, presenta una mejora positiva sobre las mismas respecto a un grupo que no fue intervenido (grupo control), así mismo proponen implementar el programa en otros entornos similares debido a su positivo resultadlo reflejado en la alta participación y su control sobre las diferentes habilidades motoras, siendo así un factor de vital importancia ya que permitió a través de la aplicación del nuevo recurso metodológico, evidenciar una positiva mejora sobre las capacidades coordinativas de los sujetos participantes en la investigación, potencializando su equilibrio, ritmo, diferenciación, coordinación, entre otras, lo cual da soporte a que se cuenta con una buena

herramienta y de su uso en diferentes contextos relacionados con el patinaje de carreras en el proceso de iniciación, ya que es allí donde el niño experimenta un conjunto de nuevos retos, conocimientos, actividades y/o movimientos y comienza de tal modo a desarrollar sus capacidades para desenvolverse así dentro de su entorno, en este sentido, Escobar Arellano, Weineck, & Zhelyazkov (2006) postulan que

las capacidades coordinativas generales son el resultado de un trabajo motor múltiple en diferentes modalidades. Se manifiestan en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana y el deporte para solucionar de forma racional y creativa las tareas que requieren movimiento.

Lo anteriormente mencionado, junto con las diferentes actividades propuestas dentro de la guía metodológica, nos indica que el niño inicia un nuevo proceso de aprendizaje, dentro del cual desarrolla cada una de sus capacidades a través de la implementación de una nueva herramienta en este caso la guía, la cual infiere positivamente generando así un mayor grado de mejora respecto al tiempo de ejecución de la prueba propuesta, de tal modo que manifiesta un avance significativo en cada una de las habilidades básicas requeridas para este deporte, por consiguiente, Hernández moreno (1995) postula que:

la iniciación deportiva es el proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución practica de un deporte, desde que se toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, táctica y su reglamento.

Por otra parte, se encuentran diferentes teorías que soportan el resultado del efecto positivo de la guía metodológica implementada para dicho proceso de iniciación deportiva del niño al patinaje de carreras, vistas desde el punto del desarrollo de la coordinación, estabilización y corrección de los diferentes movimientos que se realizaron a lo largo del desarrollo de cada una de las actividades sugeridas dentro de la guía, donde se evidencio como el niño llevo a cabo cada una de estas fases, adquiriendo poco a poco la capacidad de desenvolverse de forma correcta ante cada actividad, y de esta forma lograr tener un mayor control y automatización de cada uno de sus movimientos, como lo plantean Etchart, Meinel y Schnabel en su libro de *teoría del movimiento*.

Así mismo, en cuanto al aspecto coordinativo, se evidencio una mejora notoria en la estabilidad y solvencia al momento de realizar cada movimiento propuesto, generando seguridad en el niño para realizar las diferentes tareas, a través de métodos repetitivos como lo postula Lugea (2003) donde dice que las habilidades motoras:

Son las acciones que a través de un ejercicio repetido son consolidadas y corren en modo parcialmente automatizado sin una concentración voluntaria de la atención. La coordinación motora esta así perfeccionada y estabilizada, y el movimiento viene así resuelto con gran seguridad.

De tal modo que se lleva el paso a paso según el grado de dificultad que tiene cada actividad y atendiendo a las necesidades del niño según el nivel en el cual se encuentre, para de este modo obtener una ganancia significativa respecto a la diferencia entre el tiempo de la prueba inicial y final, Albert Einstein defiende que "el aprendizaje es experiencia, y todo lo demás es solo información", lo cual, nos indica que a través de las actividades sugeridas dentro de la guía, cada niño experimento diferentes sensaciones a lo largo de la realización de los movimientos, por medio de los cuales conoció y exploro el contexto que lo rodea dentro de la características específicas del patinaje de carreras, desarrollando así su pensamiento, creatividad, ideas motoras, que lo llevan a adquirir mayor control sobre cada una de dichas habilidades y como hacer uso de

las mismas en las diferentes situaciones presentadas, es así donde se logró tener una influencia positiva en la coordinación motriz de cada uno de los individuos que fueron intervenidos, generando un orden y una amplia organización a través del tiempo en el cual fue llevado a cabo el estudio, de cada una de las acciones motoras que realizaban los mismos, las cuales fueron orientadas hacia un objetivo previamente planteado y considerando diferentes determinantes que podían influir en este proceso, que como bien sabemos son acciones que a lo largo de la vida deportiva de un deportista, conllevara a ir poco a poco adaptando diferentes destrezas para su desenvolvimiento frente a la práctica deportiva.

A su vez, la guía metodológica tuvo un efecto positivo sobre las habilidades motoras básicas de cada niño, ya que, visto desde el análisis específico del movimiento, según su estructura y la forma en la cual se llevó a cabo el proceso, atienden a las necesidades tanto del deporte en este proceso en edades tempranas, como al desarrollo de las habilidades por medio de los diferentes movimientos realizados en cada actividad. Como se ha planteado a lo largo de todo el proceso investigativo, cada movimiento se compone principalmente por ciertas fases que al unirse entre sí, cubren determinadas funciones o cumplen diferentes tareas propuestas, dichas fases son: 1. Fase preparatoria, donde se da la fase previa a la ejecución del movimiento por parte tanto de quien aplica la guía y sugiere la actividad, como por el sujeto que realizara la misma, 2. Fase principal, la cual se refiere al desarrollo de la tarea como tal, y 3. Fase final, en la que se lleva a cabo la parte final o de acompañamiento para culminar con el movimiento y la actividad a la que pertenece.

Dicho esto y bajo la estructura bajo la cual está diseñada la guía metodológica se entiende que cumple con una serie de características como lo son el orden de los ejercicios, los cuales van de lo fácil a lo complejo, y donde cada uno de ellos cuenta con su grado de dificultad independiente, por esta razón garantiza que se cumplan las tres fases del movimiento planteadas por Kurt Meinel

y de esta forma realizar un movimiento mucho más óptimo y coordinado para de este modo tras la repetición progresiva del mismo hasta desarrollar su correcta ejecución, tener una mejora sobre las habilidades motoras básicas y hacer uso de ellas para la realización de la prueba seleccionada para la investigación en la cual se reflejó la mejora respecto al tiempo obtenido.

De lo anterior podemos decir que, a lo largo del proceso investigativo y la ejecución de la guía metodológica, cada individuo genero nuevas experiencias sensoriales, en las cuales surgieron diferentes pensamientos nuevos, permitiendo que cada uno de ellos adquiriera un nuevo aprendizaje en cuanto a cada una de las habilidades motoras básicas implícitas en el patinaje.

Además, debido a la caracterización de la población, recordando que son niños en un promedio de 5 años de edad, se lleva a cabo un proceso organizado según su grado de dificultad, lo cual da pie a que la primera vez que se aprende una nueva tarea, se lleva a cabo de manera lenta, ya que es una situación desconocida para el individuo, sin embargo a lo largo de la ejecución de los diferentes movimientos, su repetición y el tiempo en el cual se lleva a cabo, se activa repentinamente el proceso neuronal, se produce más mielina; sustancia que incrementa la velocidad en la trasmisión de los impulsos nerviosos y por ende es más rápida la trasmisión del mensaje, de tal modo que el niño adquiere una mejora y así un mejor desempeño en cada una de las actividades.

Por consiguiente, se evidencio que es de vital importancia cada una de las actividades, ya que según su orden especifico, dan consecuencia a la siguiente, cada una corresponde a una serie de características que preparan el movimiento siguiente y así garantizar su correcta ejecución, el niño de esta forma logro poco a poco durante el tiempo establecido para la aplicación de la guía, sobrepasar cada uno de los movimientos automatizando y cumpliendo con los requerimientos de

cada uno de ellos, como se evidencia en la teoría de (Adams, 1971) o circuito cerrado, donde se afirma que "el efecto de un movimiento es útil para preparar o modificar el movimiento siguiente".

Para concluir los resultados de este estudio arrojan que le implementación de una guía metodológica en la formación deportiva del patinaje de carreras específicamente en procesos de iniciación, tienen una influencia positiva en cuanto a la evidente mejora del desarrollo de las habilidades básicas implícitas en esta disciplina, que corresponden a desplazamientos, equilibrio, frenado, saltos y giros, e influyen en como el niño se apropia de cada movimiento sugerido dentro de cada actividad y es de este modo que se desenvuelve de una mejor manera en su entorno, adquiriendo así nuevos conocimientos que serán poco a poco siento automatizados con el fin de garantizar una óptima ejecución en cada repetición realizada, esta mejora y su mayor rendimiento está reflejado en los tiempos obtenidos en la prueba final del circuito de habilidad número 13 del banco de pruebas de la federación colombiana de patinaje, mostrando una disminución de su tiempo de ejecución respecto al dato de la prueba inicial, y siendo más significativo este dato comparado con los tiempos obtenidos en la prueba final del grupo control, al cual no fue aplicada la guía y continuo con su plan de actividades normales.

6. Conclusiones

La caracterización se constituye como un elemento importante para determinar las características propias de una población, correspondiente al presente documento de investigación, se puede determinar la etapa de iniciación deportiva teniendo en cuenta cada uno de los aspectos de dicha población, entre los cuales se pueden resaltar, la edad, la talla, el peso, entre otros.

Finalmente se pudo concluir que el IMC estuvo en promedio normal, aspecto que nos permiten tener en cuenta que el grupo control y el grupo experimental no cuenta con ningún trastorno alimenticio o de peso que le impidiera seguir con el proceso.

Otro aspecto a tener en cuenta, es saber cómo cada uno de los deportistas, a evaluar desarrollo con total éxito la prueba del circuito de habilidad número 13 del banco de pruebas propuesto por la federación colombiana de patinaje, cumpliendo con cada una de sus características y llevando a cabo la actividad de forma correcta con fin de realizar la toma de datos correspondientes a cada uno de los deportistas que participaron en esta investigación.

El proceso de investigación, correspondiente a la aplicación de la guía metodológica en la población establecida, se realizó durante el tiempo previamente establecido, cumpliendo con las 7 semanas propuestas para dicho proceso.

Las habilidades objeto del presente artículo se mejoraron con la aplicación de la guía metodológica, unas en mayor proporción que otras, en este sentido se puede determinar que se cumplió con el objetivo como lo evidencia los resultados propuestos.

En cualquier proceso de formación y entrenamiento deportivo es necesario el diagnóstico previo a la iniciación de dicho proceso, esto permite tener mayor objetividad y se asegura un resultado positivo al final del proceso.

7. Recomendaciones.

A pesar de los hallazgos particulares de este estudio, existen otros factores que se podrían ampliar en futuras investigaciones, por ejemplo, la realización de un estudio de corte longitudinal que permitan analizar los cambios en la morfología y la funcionalidad en diferentes grupos poblacionales (niños, jóvenes y adolescentes), con el fin de analizar las alteraciones que trae consigo la aplicación de guías metodológicas acordes a las fases sensibles y los procesos deportivos propios de cada edad.

Es necesario sistematizar las prácticas deportivas adelantadas por cada uno de los entrenadores, sobre todo en el nivel de iniciación deportiva. Ya que la amplitud de experiencias formativas experimentadas por otros entrenadores permitirá construir bancos de actividades y ejercicio motrices, los cuales redundaran en procesos adecuados de aprendizaje y desarrollo deportivo.

8. Bibliografía

- Acosta, E. R. (2012). Iniciación y formación deportiva: una reflexión siempre oportuna. *Revista UDCA Actualidad & Divulgación Científica*, 15, 57-65.
- Alarcón, N. Técnica deportiva. España: PubliCE Standard. 2000. p. 17
 - Ortiz, E. (2016). Propuesta didáctica para el perfeccionamiento de fundamentos técnicos en el patinaje de velocidad, en deportistas del club alta vista de Bogotá.
- Barnett, L, Salmon, J. y Hesketh, KD (2016). Los niños preescolares más activos tienen una mejor competencia motriz en la edad escolar inicial: un estudio de cohorte observacional. *BMC Public Health*, 16 (1), 1068.
- Bascón, P., & física, e. (2010). Habilidades motrices básicas. *Inovación y Experiencias Educativas* (37), 1-10.
- Bascón, P., & física, E. (2011). La iniciación deportiva. Revista csif, 45.
- Bonvin, A., Barral, J., Kakebeeke, TH, Kriemler, S., Longchamp, A., Schindler, C., & Puder, JJ (2013). Efecto de un programa de actividad física dirigido por el gobierno sobre las habilidades motoras en niños pequeños que asisten a centros de cuidado infantil: un ensayo controlado aleatorio por grupos. *Revista internacional de nutrición conductual y actividad física*, 10 (1), 90.
- Cano-de-la-Cuerda, R., Molero-Sánchez, A., Carratalá-Tejada, M., Alguacil-Diego, I. M., Molina-Rueda, F., Miangolarra-Page, J. C., & Torricelli, D. (2015). Teorías y modelos de control y aprendizaje motor. Aplicaciones clínicas en neurorrehabilitación. Neurología, 30(1), 32-41.

- Flores Reátegui, N. M., Llerena, C., & del Rosario, M. (2017). Evaluación diagnóstica de las habilidades motrices básicas en estudiantes del 1er. grado-primaria de la institución educativa nº 60005 María Parado de Bellido, de la ciudad de Iquitos.
- Hestbaek, L., Andersen, S. T., Skovgaard, T., Olesen, L. G., Elmose, M., Bleses, D., & Lauridsen,
 H. H. (2017). Influence of motor skills training on children's development evaluated in the
 Motor skills in PreSchool (MiPS) study-DK: study protocol for a randomized controlled
 trial, nested in a cohort study. *Trials*, 18(1), 400.
- Kitsao-Wekulo, PK, Holding, PA, Taylor, HG, Kvalsvig, JD y Connolly, KJ (2013). Determinantes de la variabilidad en el rendimiento motor en la infancia media: un estudio transversal del equilibrio y las habilidades de coordinación motora. *BMC psicología*, *1* (1), 29.
- Knobbe, A., Orie, J., Hofman, N., van der Burgh, B., y Cachucho, R. (2017). Análisis deportivo para patinaje de velocidad profesional. *Minería de datos y descubrimiento de conocimiento*, 31 (6), 1872-1902.
- Etchart I., meinel. J, schnabel. K, günter. Teoría del movimiento: síntesis de una teoría de la motricidad deportiva bajo el aspecto pedagógico. Buenos Aires: Stadium, 1988. 149 p. ISBN 9505311036, 9789505311033.
- Lozada, J. Manual didáctico PATINAJE. Editorial Fonacit.
- Mantilla. E Patinaje de carreras. Técnica del patinaje sobre ruedas. Patín en línea. Editorial Kinesis. 2006. p. 17, 54, 119.

- Moreno, F. La evaluación de las capacidades físicas. Técnicas, instrumentos y registro de los datos.

 Las pruebas de capacidad física: usos y valor formativo. Madrid: Centro documentación de estudios y oposiciones. 2002. p. 15-16.
- Piucco, T., dos Santos, S. G., & de Lucas, R. D. (2014). Patinaje de velocidad en línea: una revisión sistemática. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 7(4), 162-169.
- Puentes, A. (2015). Propuesta instrumental para la evaluación de habilidades motrices básicas de niños inmersos en la iniciación deportiva.
- Rubio, C. (2009). Desarrollo motor en la infancia. Innovaciones y experiencias educativas, 18.

Tamayo, M. El proceso de la investigación científica. México D.F.: Editorial Limusa. 2004. p. 46.

9. Anexos









ACTIVIDADES EN CESCEP



DESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO

El niño flexiona las rodillas, apunta sus manos en dirección al piso dejando caer su cuerpo lo más leve posible, apoyado las manos en el piso quedando en seis apoyos.

BUENO	MALO
 Realiza correctamente	Si cae de manera
cada uno de los pasos	brusca Si omite alguno de
propuestos	pasos establecido

El niño flexiona las rodillas, dirige sus manos hacia atrás y deja caer su cuerpo apoyando las manos en el suelo que dando sentado al finalizar.

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
Realiza correctamente cada uno de los pasos propuestos	Si cae de manera brusca Si omite alguno de los pasos establecidos Caer en un solo brazo

2. ACTIVIDAD SUGERIDA: CAÍDA HACIA ATRÁS



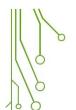


DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Fácil

El niño inicia sentado, luego su cuerpo lo ubica en posición de seis apoyos, levantando su extremidad inferior dominante, luego apoya su otra extremidad y eleva su tronco con la ayuda de sus manos sobre el suelo.

BUENO	MALO
 Si finaliza en posición	si durante la ejecución
de bipedestación Realiza correctamente	no logra levantarse del
cada uno de los pasos	piso Si omite alguno de los
propuestos	pasos establecidos



El niño se desplaza libremente sobre el espacio, determinado donde el realizara la actividad



4. ACTIVIDAD SUGERIDA

CAMINAR EN DIFERENTES

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
Si logra desplazarse sin perder el equilibrio Realiza el desplazamiento sin Otorcer los patines	Si se cae durante el desplazamiento Si tuerce los patines durante el desplazamiento





GRADO DE DIFICULTAD Media

MATERIAL

Platillos

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

DIFICULTADFácil

El niño se desplaza del punto A al punto B llevando el objeto en la mano, dependiendo de la cantidad de conos que se ubiquen para la actividad.

VARIANTES

· Caminar hacia atrás

BUENO	MALO
 Si logra desplazarse sin perder el equilibrio Realiza el desplazamiento sin torcer los patines Si no se cae el objeto durante el desplazamiento 	Si el niño se cae durante el desplazamiento Si tuerce los patines durante el desplazamiento Si se le cae el objeto durante el desplazamiento

camina hacia los conos semi-flexionando las rodillas haciendo un cambio de dirección, teniendo en cuenta que los dos pies deben ir juntos.

VARIANTES

· Caminar hacia atrás

DENOMINACIÓN

	BUENO	MALO
		Si toca algún platillo
	• Prealiza el recorrido por la	· Si no realiza el recorrido por
ı I	/ ruta correcta	la ruta correcta
		 Si el niño se cae durante el desplazamiento
		i i



6. ACTIVIDAD SUGERIDA

INICIO DE GLOBOS

MATERIAL

Platillos

GRADO DE

DIFICULTAD

Media

ACTIVIDAD SUGERIDA

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Camina hacia los conos donde debe realizar una abducción de piernas y posteriormente una aducción controlando las piernas al mismo tiempo.

VARIANTES

· Caminar hacia atrás

BUENO	MALO
 Si no toca ningún platillo Si realiza el recorrido por la ruta correcta Si la abducción y aducción de extremidades inferiores se realizan de forma correcta 	 Si toca algún platillo Si no realiza el recorrido por la ruta correcta Si el niño se cae durante el desplazamiento Si la abducción y aducción de extremidades inferiores se realizan de forma correcta

camina hacia el primer cono, pasa por el borde externo de este y se dirige hacia los demás conos realizando la misma dinámica.

VARIANTES

· Caminar hacia atrás

DENOMINACIÓN

Si no realiza el recorrido
por la ruta correcta Si el niño se cae durante e desplazamiento



8. ACTIVIDAD SUGERIDA

IATERIAL
Platillos

GRADO DE DIFICULTAD Media

9. ACTIVIDAD SUGERIDA INICIO DE SALTO



GRADO DE
DIFICULTAD
Alta
Platillos

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Flexiona sus rodillas a 90°, luego realiza una elevación despegando los patines del suelo y cae nuevamente en la posición inicial

VARIANTES

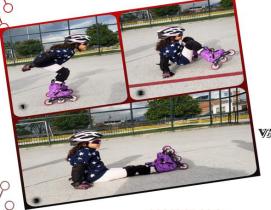
· Saltar hacia atrás

BUENO	MALO
 Si realiza una correcta elevación en el salto 	Si no realiza una correcta elevación en el salto
Si logra superar el obstáculo	Si no logra superar el obstáculo Si no finaliza en la posición
 Si finaliza en la posición correcta 	correcta • Si el niño se cae durante la Sactividad.



Los desplazamientos se definen generalmente como el hecho de pasar nuestro cuerpo de un punto a otro del espacio. así los definen ortega y Vázquez (1982) "toda progresión de un punto a otro del entorno, utilizando únicamente como medio, el movimiento corporal total o parcial."

L'ACTIVIDAD SUGERIDA: CAÍDA HACIA ATRÁS



GRADO DE IFICULTAD

MATERIAL

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño lleva un leve impulso, seguido de esto flexiona las rodillas, dirige sus manos hacia atrás y deja caer su cuerpo, apoyando las manos en el suelo y queda sentado al final.

<u>Variantes</u>

BUENO	MALO
Realiza correctamente cada uno de	 Si cae de manera brusca Si omite alguno de los pasos
los pasos propuestos	establecidos Si cae en un solo bazo.

El niño flexiona las rodillas, apunta sus manos en dirección al piso dejando caer su cuerpo lo más leve posible, apoyado las manos en el piso quedando en seis apoyos y esto se repite en cada cono demarcado.

2. ACTIVIDAD SUGERIDA: CAÍDAS HACIA ADELANTE



MATERIAL

Implementos de protección



DENOMINACIÓN

\circ	BUENO	MALO
0	Realiza correctamente cada uno de los pasos propuestos	Si cae de manera brusca Si omite alguno de los pasos establecidos No apoya las manos en el piso.

CTIVIDAD SUGERIDA: **CARRITO**



DIFICULTAD

Fácil

MATERIAL

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño lleva un leve impulso, al escuchar un sonido realiza una flexión de rodilla entre los rangos de 90° a 45° según quien dirige la actividad y mantiene esta posición hasta los conos finales.

BUENO	MALO	
 Mantiene el rango de flexión establecido No genera Genu valgo. mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. No Se cae durante la ejecución de la actividad 	 No realiza el rango de flexión establecido. Genera Genu Valgo. No mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Se cae durante la ejecución de la actividad. 	

El niño adopta una posición de flexión de rodilla, abducción de cadera y flexión de tronco, apoyando sus manos en el piso con las cuales genera el impulso para avanzar sin levantar los patines del piso.

VARIANTES

Realizarlo hacia atrás

DENOMINACIÓN

O BUENO	MALO
No genera Genu valgo. Mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. No Se cae durante la ejecución de la actividad. Se impulsa solamente con sus extenidades superiores.	Genera Genu valgo. No mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Se cae durante la ejecución de la actividad. Se impulsa con sus extremidades inferiores.

4. ACTIVIDAD SUGERIDA: ARAÑA



MATERIAL

Implementos de protección

GRADO DE DIFICULTAD

Fácil

5. ACTIVIDAD SUGERIDA SLALOM LEVANTANDO LOS



GRADO DE DIFICULTAD Fácil MATERIAL

Implementos de protección

Platillos

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma impulso y a partir del primer cono empieza a mover o levantar sus pies de forma simultanea pasando entre los conos en forma de zigzag.

VARIANTES

Realizarlo hacia atrás Realizarlo hacia atrás con un solo patin

BUENO	MALO
No genera Genu valgo y Genu varu. Levanta los dos ples No Se cae durante la ejecución de la actividad. Realiza el recorrido por la ruta correcta.	actividad.

El niño toma un mediano impulso, debe realizar abducción de cadera, seguido esto pasa entre los conos realizando una aducción de cadera.

Realizarlo hacia atrás

DENOMINACIÓN

No Se cae	Genu valgo y Genu varu. s dos pies durante la ejecución de la l recorrido por la ruta	:	Genera Genu v No levanta lo: Se cae duran actividad. No Realiza e correcta. Toca algún actividad.	s dos pies te la eje I recorrid	cución de la o por la ruta

BUENO

6. ACTIVIDAD SUGERIDA **GLOBOS CON TÚNEL LEVANTANDO LOS PIES**



MATERIAL

Implementos de protección Platillos

DIFICULTAD Fácil

CTIVIDAD SUGERIDA SLALOM

MATERIAL GRADO DE Implementos de DIFICULTAD protección

Platillos

Media

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma un mayor impulso y a partir del primer cono empieza a mover sus pies de forma simultánea pasando entre los conos en forma de 💍 zigzag sin levantar los patines del piso y balanceando su cuerpo de un lado a otro.

VARIANTES

Realizarlo hacia atrás

correcta. No levanta los patines del piso correcta. Toca algún platillo durante la actividad.		BUENO		MALO (
actividad.	:	Realiza el recorrido por la ruta		No Realiza el recorrido por la ruta
	•	No levanta los patines del piso	•	

Elniño toma un mayor impulso, debe realizar una abducción de cadera, seguido esto pasa entre los platillos realizando una aducción de cadera.

Realizar la actividad sin levantar los pies del piso en ningún momento

VARIANTES

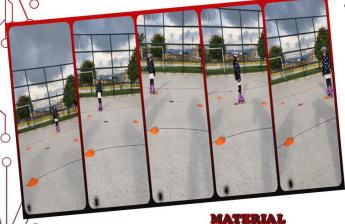
Realizarlo hacia atrás

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
No toca ningún platillo. Realiza el recorrido por la ruta correcta. La abducción y aducción de extremidades inferiores se realizan de forma correcta. No tuerce los patines.	correcta El niño se cae durante o



9. ACTIVIDAD SUGERIDA SLALOM GIGANTE



CRADO DE DIFECULTAD Media MATERIAL

Implementos de protección Platillos

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma partida desde el primer platillo y debe pasar por el borde externo de cada uno de ellos y debe mantenerse lo más cerca posible a los conos.

VARIANTES

Realizarlo hacia atrás

BUENO	MALO (
 No toca ningún platillo. Realiza el recorrido por la ruta correcta. No genera genus valgo No tuerce los patines. 	Toca algún platillo No realiza el recorrido por le ruta correcta El niño se cae durante e desplazamiento Genera denus valgo

El mño toma partida desde el primer cono, debe pasar por el borde externo de cada uno de ellos, calizando un giro en cada uno, y debe mantenerse lo más cerca posible a los conos.

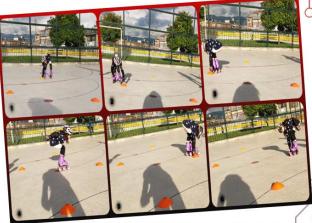
VARIANTES

Realizarlo por el borde interno del platillo

DENOMINACIÓN

h	BUENO		MALO
	No toca ningún platillo.	•	Toca algun platillo
•	Realiza el recorrido por la	•	No realiza el recorrido por la
1	ruta correcta.		ruta correcta
1.	No tuerce los patines.	•	El niño se cae durante el
١.	Mantiene la posición		desplazamiento
	7	•	No mantiene la posición

10. ACTIVIDAD SUGERIDA SLALOM GIGANTE CON GIRO



MATERIAL

Implementos de protección Platillos GRADO DE DIFICULTAD

Media

11. ACTIVIDAD SUGERIDA SEMI OCHOS



GRADO DE DIFICULTAD Media

Implementos de protección Platillos

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma partida desde el primerplatillo, debe pasar por el borde externo de cada uno de ellos, siguiendo la ruta trazada en la imagen.

VARIANTES

Realizarlo hacia atrás

	BUENO		MALO
•	No toca ningún platillo. Realiza el recorrido por la ruta correcta. No tuerce los patines.	•	Toca algún platillo No realiza el recorrido por la ruta correcta El niño se cae durante e
•	Mantiene la posición correcta.		desplazamiento

El niño toma partida desde el primer cono, debe pasar por el borde externo de cada uno de ellos, siguiendo la ruta trazada en la imagen.

VARIANTES

Realizarlo hacia atrás

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
No toca ningún platillo. Realiza el recorrido por la ruta correcta. No tuerce los patines.	Toca algún platillo No realiza el recorrido por la ruta correcta El niño se cae durante el desplazamiento

12. ACTIVIDAD SUGERIDA: OCHOS



MATERIAL

Implementos de protección Platillos GRADO DE DIFICULTAD

Media

13. ACTIVIDAD SUGERIDA TRENZADO ESTÁTICO



CRADO DE DIFICULTAD Alta

MATERIAL

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño adopta la posición básica de patinaje y sobrepasa el pie derecho por encima del izquierdo, su pierna derecha finaliza en una semiflexión de rodilla y su pierna izquierda debe quedar en extensión.

Finalmente sus brazos se ubican a patrón cruzado respecto a la pierna flexionada.

VARIANTES

Realizarlo tanto por el lado derecho e izquierdo

DENOMINACION			
BUENO	MALO Y		
Mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. No tuerce los patínes. Ubica sus brazos a patrón cruzado respecto a las piernas. Mantiene la posición básica de patínaje.	No mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. El niño se cae durante la ejecución de la actividad. No ubica sus brazos a patrón cruzado respecto a las piernas. No mantiene la posición básica de patinaje.		

El niño se desplaza alrededor de un círculo demarcado. Adopta la posición básica de patinaje y sobrepasa el pie derecho por encima del izquierdo, su pierna derecha finaliza en una semiflexión de rodilla y su pierna izquierda debe quedar en extensión. Finalmente sus brazos se ubican a patrón cruzado respecto a la pierna flexionada.

VARIANTES

Realizarlo en sentido horario y anti horario

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
Mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. No tuerce los patines. Ubica sus brazos a patrón cruzado respecto a las piernas. Mantiene la posición básica de patinaje.	la ejecución de la actividad. El niño se cae durante la ejecución de la actividad. No ubica sus brazos a patrón

14. ACTIVIDAD SUGERIDA TRENZADO DINÁMICO



MATERIAL

Implementos de protección

GRADO DE DIFFCULTAD Alta

15. ACTIVIDAD SUGERIDA TRENZADO SOSTENIDO



GRADO DE DIFICULTAD Alta MATERIAL

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño se desplaza alrededor de un círculo demarcado. Adopta la posición básica de patinaje y sobrepasa el pie derecho por encima del izquierdo, su pierna derecha finaliza en una semiflexión de rodilla y su pierna izquierda debe quedar en extensión. Finalmente sus brazos se ubican a patrón cruzado respecto a la pierna flexionada, manteniendo esta postura sin levantar los patines del piso y dejándose deslizar.

VARIANTES

Realizarlo en sentido horario y anti horario

BUENO	MALO \vee
 Mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. No tuerce los patines. Ubica sus brazos a patrón cruzado respecto a las piernas. Mantiene la posición básica de patinaje. 	No mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. El niño se cae durante la ejecución de la actividad. No ubica sus brazos a patión cruzado respecto a las piernas. No mantiene la posición básica de patinaje.

Elniño toma un mayor impulso y a partir del primer cono apoya una sola pierna en el piso y elevala otra, pasando entre los conos en forma de zigzag sin apoyar la pierna que se encuentra elevada y balanceando su cuerpo de un lado a otro.

VARIANTES

Pierna derecha - izquierda

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
No tuerce el patín. Mantiene el equilibrio durante la recución de la actividad. Realiza el recorrido por la ruta correcta. No apoya los dos patines en el piso durante el recorrido	e ecución de la actividad. No Realiza el recorrido por la ruta correcta.

16. ACTIVIDAD SUGERIDA SLALOM A UN PIE



MATERIAL

Implementos de protección

GRADO DE DIFICULTAD

EQUILIBRIO

El equilibrio puede definirse como el estado en el que todas las fuerzas que actúan sobre el cuerpo están compensadas de tal forma que el cuerpo se mantiene en la posición deseada o es capaz de avanzar según el movimiento deseado (Melvill 2001).

Torres (2005) lo define como la habilidad para mantener el cuerpo compensado, tanto en posiciones estáticas como dinámicas.

plerna y en la otra tener puesto un patín en una plerna y en la otra tener el zapato puesto, así se desplazara por el escenario deportivo, el impulso lo obtendrá por medio de la pierna que tenga el zapato y sin levantar el patín. Y por último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos a los lados.

VARIANTES

- Patinar hacia atrás
- · Pierna derecha-izquierda

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
 Si no tuerce el patín 	 Si tuerce el patín
Si no se cae durante la	• Si el niño se cae durante
ejecución	lą ejecución
T .	• Si no logra desplazarse
9	de un lugar a otro

1. ACTIVIDAD SUGERIDA PATINETA



MATERIAL

Implementos de protección GRADO DE DIFICULTAD

Fácil

2. ACTIVIDAD SUGERIDA PATINETA CON OBSTÁCULOS



GRADO DE DIFICULTAD Fácil

MATERIAL

platillos y implementos de protección

VARIANTES

- Patinar hacia atrás
- Pierna derechaizquierda

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño necesitara tener puesto un patín en una pierna y en la otra debe tener el zapato puesto, así se desplaza realizando diferentes actividades sugeridas slalom y slalom grande.

Demarcados platillos por el escenario deportivo, el impulso lo obtendrá por medio de la pierna que tenga el zapato, sin levantar el patín. Y por último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos y en movimiento de abducción.

	BUENO	MALO
•	Si no tuerce el patín	Si tuerce el patín
		 Si el niño se cae durante l
•	Si no se cae durante la	ejecución
	ejecución	Si no logra desplazarse de ui
		lugar a otro
•	Si realiza el recorrido por la	Si levanta el pie que tiene e
	ruta correcta	patin

ACTIVIDAD SUGERIDA GARZA EN FLEXIÓN



· Pierna derecha-izquierda

GRADO DE DIFICULTAD

Media

MATERIAL

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño debe hacer uso de los dos patines, con un breve impulso, tiene que elevar y flexionar unas de las piernas y la otra es el apoyo, generando la estabilidad suficiente para realizar la actividad. Después se cambia de pierna para desarrollar la misma actividad. Y por último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos hacia los lados.

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
 Si mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Si realiza la elevación de cadera y flexión de rodilla de manera correcta. Si no tuerce el patín Si realiza la abducción de extremidades superiores Si el niño se cae durante la ejecución. 	Si no mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Si no realiza la elevación de cadera y flexión de rodilla de manera correcta. Si tuerce el patín Si el niño se cae durante la ejecución Si no realiza la abducción de extremidades superiores

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El Diño debe hacer uso de los dos patines, con un breve impulso, tiene que elevar y extender, hacia el frente una de las piernas y la otra realiza el apoyo, generando la estabilidad suficiente para realizar la actividad. Y por 🗅 último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos hacia los lados.

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
 Si mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Si realiza la elevación de cadera y extensión de rodilla de manera correcta. Si no tuerce el patín. Si realiza la abducción de extremidades superiores. Si el niño no se cae durante la ejecución. 	 Si no mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Si no realiza la elevación de cadera y extensión de rodilla de manera correcta. Si tuerce el patín. Si el niño se cae durante la ejecución. Si no realiza la abducción de extremidades superiores.

4. ACTIVIDAD SUGERIDA GARZA EN EXTENSIÓN



MATERIAL

protección

VARIANTES

· Implementos de · Pierna derechaizquierda

GRADO DE DIFICULTAD Media



El niño debe hacer uso de los dos patines, con un breve impulso, tiene que elevar y extender hacia atrás una de las piernas y la otra realiza el apoyo, sin generar desequilibrio para desarrollar la actividad, flexionando C levemente el tronco. Y por último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos.

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
 Si mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Si realiza la abducción de extremidades superiores. Si no tuerce el patín. Si el niño no se cae durante la ejecución. Si flexiona el tronco 	Si no mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Si no realiza la abducción de extremidades superiores. Si tuerce el patín. Si el niño se cae durante la ejecución.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

protección

DIFICULTAD

Media

El niño debe hacer uso de los dos patines, con un breve impulso, tiene que llevar hacia los lados las piernas, realizando el cambio cada 3 segundos. Y por último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos y en movimiento de abducción.

DENOMINACIÓN

	BUENO	MALO
	Si mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Si realiza la abducción de extremidades superiores. Si no tuerce el patín. Si el niño no se cae durante la	Si no mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Si no realiza la abducción de extremidades superiores. Si tuerce el patín. Si el niño se cae durante la
/	elecución.	ejecución.

6. ACTIVIDAD SUGERIDA: PINGÜINO



VARIANTES Sostener mas tiempo

MATERIAL Implementos de protección

GRADO DE DIFICULTAD Media

izquierda

7. ACTIVIDAD SUGERIDA: MOTO



GRADO DE DIFICULTAD Alta MATERIAL

VARIANTESRealizar círculos

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño debe hacer uso de los dos patines, con un breve impulso, toma la posición básica de patinaje realiza una zancada, baja su centro de gravedad y mantiene ese movimiento aproximadamente 5 segundos. Y por último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos y en movimiento de abducción.

DENOMINACIÓN

	BUENO	MALO
•	Si mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. Si realiza la abducción de	durante la ejecución de la
•	extremidades superiores. Si no tuerce el patín. Si el niño no se cae durante la	Si no realiza la abducción de extremidades superiores. Si tuerce el patín.
	ejecución.	Si el niño se cae durante la ejecución.
		Si apoya la rodilla en el piso durante la actividad.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño debe hacer uso de los dos patines, con un Breve impulso, toma la posición básica de patinaje, realiza una zancada, baja su centro de gravedad, con la posición anterior se desplaza pasando entre los conos en forma de slalom sin levantar los patines del piso y balanceando su cuerpo de un lado a otro. Y por último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos y en movimiento de abducción.

DENOMINACIÓN

MALO

BUENO

mantiene el equilibrio durante la	Si no mantiene el equilibrio durante
ejecución de la actividad. Si realiza la abducción de	la ejecución de la actividad. Si no realiza la abducción de
extremidades superiores. Si no tuerce el patín. Si el niño no se cae durante la ejecución. Si tiene la "posición correcta de los patines.	extremidades superiores. Si tuerce el patín. Si el niño se cae durante la ejecución. Si apoya la rodilla en el piso durante la actividad. Si toca algún platillo

8. ACTIVIDAD SUGERIDA: SLALOM EN MOTO



MATERIALImplementos de protección
Platillos

GRADO DE DIFICULTAD Alta

ACTIVIDAD SUGERIDA:

PLANTIFIEXION



GRADO DE DIFICULTAD MATERIAL

Hacerlo con pierna

derecha- izquierda

Implementos de protección

El niño debe hacer uso de los dos patines, con un breve impulso, lleva la punta del patín hacia atrás y sobre la primera rueda realizara la actividad. Y por último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos y en movimiento de abducción.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
No tuerce los patines mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. el niño no se cae durante la ejecución. Realiza la abducción de extremidades superiores.	Tuerce los patines. No mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. se cae durante la ejecución de la actividad. No realiza la abducción de extremidades superiores. Si el pie que tiene atrás se mueve hacia los lados y no se mantiene quieto.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Al niño debe hacer uso de los dos patines, con un breve impulso, lleva el talón hacia adelante y sobre a ultima rueda realizara la actividad. Y por último las extremidades superiores (brazos) deben estar extendidos y en movimiento de abducción.

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
No tuerce los patínes mantiene el equilibrio durante la ejecución de la actividad. el niño no se cae durante la ejecución. Realiza la abducción de extremidades superiores.	la ejecución de la actividad.

10. ACTIVIDAD SUGERIDA: DORSIFIEXION



VARIANTES

Realizar slalom

Implementos de

protección Hacerlo con pierna derecha- izquierda

DIFICULTAD

Alta

FRENADO

Es la habilidad por medio de la cual el niño disminuye progresivamente la velocidad, hasta detenerse completamente.





GRADO DE DIFICULTAD Fácil MATERIAL

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma un leve impulso, realiza una abducción de cadera y luego una aducción hasta que la punta de sus patines se junten, logrando detenerse antes de llegar a la zona delimitada.

BUENO	MALO
 El niño no se cae durante la ejecución. Disminuye la velocidad o se detiene por completo antes de la zona delimitada 	El niño se cae durante la elecución. No disminuye la velocidad o no se detiene por completo antes de cruzar la zona delimitada

El niño toma un leve impulso, realiza una abducción de cadera, seguido esto comienza a levantar frecuentemente un patín realizando inversión del pie, dejando el otro patín apoyado todo el tiempo en el piso. Esto se realiza de la misma manera con el otro pie.

VARIANTES

Pierna derecha-izquierda

DENOMINACIÓN

DENO BUENO	MALO
El niño no se cae durante la cecución. Disminuye la velocidad o se detiene por completo antes de la zona delimitada Realiza bien la inversión del cuello de pie	El niño se cae durante la ejecución. No disminuye la velocidad o no si detiene por completo antes di cruzar la zona delimitada

2. ACTIVIDAD SUGERIDA FRENADO EN KIKO A UN PIE



MATERIAL

Implementos de protección

GRADO DE DIFICULTAD

Media

3. ACTIVIDAD SUGERIDA FRENADO EN KIKO



GRADO DE
DIFICULTAD

MATERIAL

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma un leve impulso, realiza una abducción de cadera, seguido esto comienza a levantar frecuente y simultáneamente sus patines realizando inversión de sus pies.

VARIANTES

Pierna derecha-izquierda

BUENO	MALO
 El niño no se cae durante la ejecución. Disminuye la velocidad o se detiene por completo antes de la zona delimitada 	El niño se cae durante la ejecución. No disminuye la velocidad o no se detiene por completo antes de cruzar la zona delimitada

El niño toma un leve impulso, llevando una de sus piernas hacia atrás en rotación externa, generando presión sobre la superficie. La otra pierna se queda en posición neutra, formando una T

VARIANTES

Pierna derecha-izquierda

DENOMINACIÓN

MALO

El niño no se cae durante la ejecución. Disminuye la velocidad o se detiene por completo antes de la zona delimitada. Mantiene la posición correcta de los patines (T).	No disminuye la velocidad o no detiene por completo antes coruzar la zona delimitada No mantiene la posición correcta corucata de la coruca del coruca de la coruca del coruca de la coruca del coruca de la coruca de la coruca de la coruca del la coruca del coruca de la coruca de la coruca de la coruca de la coruca del la cor	se le

BUENO

4. ACTIVIDAD SUGERIDA FRENADO EN T

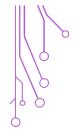


MATERIAL

Implementos de protección

GRADO DE DIFICULTAD

Alta



SALTOS

"El salto implica un despegue del suelo, como consecuencia de la extensión violenta, de una o ambas piernas como cuerpo. El cuerpo queda momentáneamente suspendido en el aire, para cumplir su misión". (Sánchez Bañuelos, 1984)

"Desplazamiento eficaz y activo, que se realiza sin tener ningún contacto, por parte del ejecutor, con la superficie de desplazamiento" (Seirul, 1986)



El niño Adopta la posición básica de patinaje, ante cada señal realiza un impulso hacia arriba levantando simultáneamente los patines del piso y al caer finaliza nuevamente en posición básica

VARIANTES

Realizarlo hacia atrás

DENOMINACIÓN

	BUENO		MALO
•	Si realiza una correcta elevación en el salto	•	Si no realiza una correcta elevación en el salto Si no logra superar el obstáculo
•	Si logrą superar el obstáculo	•	Si no finaliza en la posición correcta Si el niño se cae durante la actividad.
•	Si finaliza en la posición correcta		1/

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño Adopta la posición básica de patinaje, realiza un impulso hacia arriba levantando alternadamente los patines del piso.

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
Si realiza una correcta elevación en el salto Si logra superar el obstáculo Si realiza la ejecución con un pie seguido del otro	Si no realiza una correcta elevación en el salto Si no logra superar el obstáculo Si el niño se cae durante la actividad Si no realiza la ejecución con un pli sequido del otro

2. ACTIVIDAD SUGERIDA SALTO DINÁMICO EN CABALLITO



MATERIALImplementos de protección
Platillos

GRADO DE DIFICULTAD Fácil

3. ACTIVIDAD SUGERIDA SALTO DINÁMICO SIN CONOS



Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma impulso, Adopta la posición básica de patinaje, ante cada señal realiza un impulso hacia arriba levantando simultáneamente los patines del piso y al caer finaliza nuevamente en posición básica dejándose deslizar a lo largo del espacio.

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
 Si realiza una correcta elevación en	Si no realiza una correcta eleváción
el salto Si finaliza en la posición correcta	en el salto Si no finaliza en la posición correcta Si el niño se cae durante la actividad.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

DIFICULTAD

Fácil

El niño toma impulso, Adopta la posición básica de patinaje, en cada hilera de conos realiza un impulso hacia arriba levantando simultáneamente los patines del piso y pasando por encima de los platillos según la cantidad de veces que estén demarcados

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
Si realiza una correcta elevación en el salto Si logra superar el obstáculo Si finaliza en la posición correcta	Si no realiza una correcta elevación en el salto Si no logra superar el obstáculo Si no finaliza en la posición correcta Si el niño se cae durante la actividad

4. ACTIVIDAD SUGERIDA SALTO DINÁMICO CON PLATILLOS



MATERIAL

Implementos de protección Platillos

GRADO DE DIFICULTAD Media

5. ACTIVIDAD SUGERIDA SALTO DINÁMICO ALTO



GRADO DE DIFICULTAD Alta

Implementos de protección Conos

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma impulso, Adopta la posición básica de patinaje, en cada cono realiza un impulso hacia arriba levantando simultáneamente los patines del piso, elevando sus rodillas y pasando por encima del obstáculo según la cantidad de veces que estén demarcados.

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO Y
 Si realiza una correcta elevación en el salto Si logra superar el obstáculo Si finaliza en la posición correcta 	Si no realiza una correcta elevación en el salto Si no logra superar el obstáculo Si no finaliza en la posición correcta Si el niño se cae durante la actividad.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma impulso, Adopta la posición básica de patinaje, realiza un impulso hacia arriba y al frente levantando simultáneamente los patines del piso, pasando por encima del obstáculo, al caer finaliza nuevamente en posición básica dejándose deslizar a lo largo del espacio.

DENOMINACIÓN

BUENO	MALO
Si realiza una correcta elevación en el salto Si logra superar el obstáculo Sufinaliza en la posición correcta	Si no realiza una correcta elevación en el salto Si no logra superar el obstáculo Si no finaliza en la posición correcta Si el niño se cae durante la actividad.

6. ACTIVIDAD SUGERIDA SALTO DINÁMICO LARGO



MATERIALImplementos de protección

Platillos

GRADO DE DIFICULTAD Alta



GIROS

Santos (2011), se incluye bajo el término de giro a «cualquier rotación total o parcial, a través de los ejes imaginarios que atraviesan el cuerpo humano» (Blández, 2009; y Santos, 2011) integran, dentro de los giros, a cualquier movimiento de rotación del cuerpo, aunque este no suponga una vuelta de 360°

1.ACTIVIDAD SUGERIDA GIRO ESTÁTICO 90°



GRADO DE DIFICULTAD Fácil MATERIAL

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño adopta la posición básica de patinaje, ante cada señal realiza un impulso hacia arriba levantando simultáneamente los patines del piso y dando un cuarto vuelta (derecha o izquierda), al caer finaliza nuevamente en posición básica.

VARIANTES

Giro por lado izquierdo y derecho

BUENO		MALO	
•	Si realiza una correcta elevación y logra la rotación establecida Si no se cae durante la elecución de la actividad Si finaliza en la posición correcta		Si no realiza una correcta elevación y no logra la rotación establecida Si no finaliza en la posición correcta, Si el niño se cae durante la actividad.

El niño Adopta la posición básica de patinaje, ante cada señal realiza un impulso hacia arriba levantando simultáneamente los patines del piso y dando media vuelta, al caer finaliza nuevamente en posición básica.

VARIANTES

Giro por lado izquierdo y derecho

DENOMINACIÓN

/ O BUENO	MALO
Si realiza una correcta elevación y logra la rotación establecida Supo se cae durante la ejecución de la actividad Si finalizaren la posición correcta	y no logra la rotación establecida

2. ACTIVIDAD SUGERIDA GIRO ESTÁTICO 180°



MATERIAL

Implementos de protección

GRADO DE DIFICULTAD

Media

3. ACTIVIDAD SUGERIDA GIRO DINÁMICO 180°



GRADO DE DIFICULTAD Difícil

MATERIAL

Implementos de protección

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El niño toma un leve impulso, Adopta la posición básica de patinaje, ante cada señal realiza un impulso hacia arriba levantando simultáneamente los patines del piso y dando media vuelta (derecha o izquierda), al caer finaliza nuevamente en posición básica.

VARIANTES

Giro por lado izquierdo y derecho

BUENO	MALO	
 Si toma el impulso adecuado previo al giro Si realiza una correcta elevación y logra la rotación establecida Si no se cae durante la ejecución de la actividad Si finaliza en la posición correcta 	Si no toma el impulso adecuado previo al giro Si no realiza una correcta elevación y no logra la rotación establecida Si no finaliza en la posición correcta Si el niño se cae durante la actividad.	