



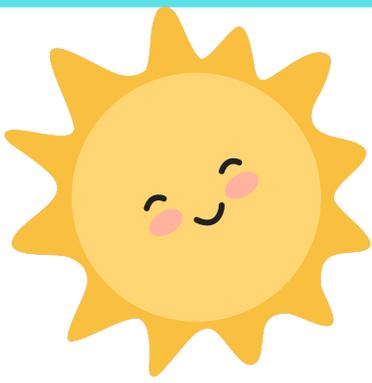
Uniautónoma  
DEL CAUCA

# **HERRAMIENTAS DIDÁCTICAS PARA LOS PATRONES BÁSICOS DE LOCOMOCION (CAMINAR-CORRER- SALTAR) EN NIÑOS DE 8 A 9 AÑOS.**

PRESENTADO POR:  
JHON EDINSON GIRÓN CASTRO

DIRECTOR:  
LADY YOLIMA GÓMEZ CHÁVEZ

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS  
POPAYAN 2023



# INTRODUCCIÓN

Las herramientas didácticas han surgido como un elemento fundamental para facilitar y enriquecer la enseñanza, especialmente en el ámbito de las habilidades motoras en el nivel de educación primaria, éstas desempeñan un papel esencial en el desarrollo integral de los estudiantes, ya que aportan no solo a su salud física, sino también en aspectos cognitivos, sociales y emocionales. La fase de educación primaria, siendo un periodo formativo crucial, es el momento en el que se establecen las bases para una vida activa y saludable. Los patrones básicos de locomoción, como caminar, correr y saltar, no sólo son actividades físicas fundamentales, sino que también actúan como base para las habilidades motrices más complejas.





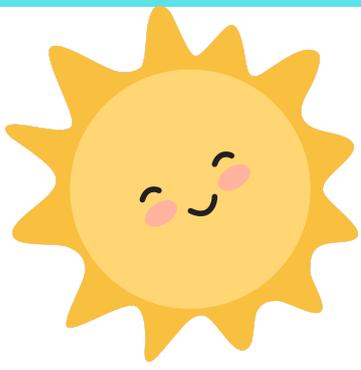
# EXPLICACIÓN

A continuación se va a realizar una serie de secuencias que se ejecutarán en la sesión por cada patrón.

1. Se encuentran **3** juegos por el patrón (Caminar).
2. Se encuentran **3** juegos por el patrón de (correr).
3. Se encuentran **3** juegos por el patrón de (saltar).
4. Se encuentra **1** juego tipo circuito donde se involucran los **3** patrones básicos de locomoción (caminar, correr y saltar).

-Para finalizar en la sesión con 1 juego tipo circuito, se pretende involucrar los 3 patrones para crear dificultad y experiencias nuevas al niño que le permitan mejorar y seguir creciendo en sus habilidades motoras.





## RECOMENDACIONES

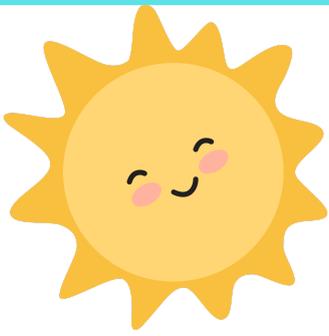
Se recomienda trabajar esta sesión durante 1 mes en adelante donde se podrán ver y obtener resultados positivos, la cuál se estructura para realizarse de corto a largo plazo.

Adaptar los juegos teniendo en cuenta edad, investigación, espacios, material y ambiente.

## MODO DE USO

Aplica los 3 juegos de cada patrón de forma progresiva, en una sesión de aproximadamente 1h a 2h horas de duración, cada una durante cada semana, en la última semana aplica la sesión completa dónde involucren los tres patrones básicos de locomoción .





# ACTIVIDAD 1

## COMECOCOS



### OBJETIVO GENERAL

\*Desarrollar la habilidad motriz de la marcha

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- \*Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera
- \*Observar el ritmo de la caminata del estudiante
- \* Corregir las fases de la marcha en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste en que los 8 o 10 estudiantes caminen por la cinta o líneas pintadas en el suelo (cocos), para no ser atrapados por el (comecocos) sin correr ni salirse de las líneas.

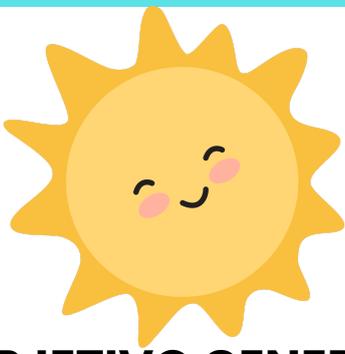
### ORGANIZACIÓN

- \*35 estudiantes que serán formados por grupos de 8 a 10 estudiantes.
- \*Se forman en dos filas ej: Una fila de 8 estudiantes y la otra de 1 estudiante (comecocos)

### REGLAS

- \* Al que atrapen intercambian rol
- \*No se puede correr ni cruzarse





# ACTIVIDAD 2

## JEFE DE COLORES



### OBJETIVO GENERAL

Desarrollar la habilidad motriz de la marcha

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- \* Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera
- \* Observar el ritmo de la caminata del estudiante
- \* Corregir las fases de la marcha en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste en que los dos grupos se encuentran de espaldas, cada grupo es un color y el docente da la orden diciendo el color de uno de los grupos para que salga en su dirección de manera rítmica y el otro grupo sale en esa misma dirección hasta alcanzarlo.

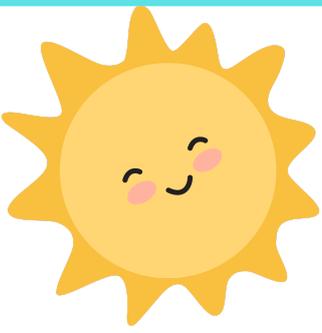
### ORGANIZACIÓN

- \* 2 grupos de 17 estudiantes
- \* Se forman en dos filas en la mitad de la cancha

### REGLAS

- \* No correr ni saltar
- \* Solo con tocarlo ya es atrapado





# ACTIVIDAD 3

## CAMINAR PARA GANAR



### OBJETIVO GENERAL

\*Desarrollar la habilidad motriz de la marcha

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- \*Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera
- \*Observar el ritmo de correr del estudiante
- \* Corregir las fases de correr en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste en que cada grupo que está enfrente del otro son un equipo y deben pasar uno a uno de un lado al otro y los grupos que lleguen al otro lado primero son los ganadores.

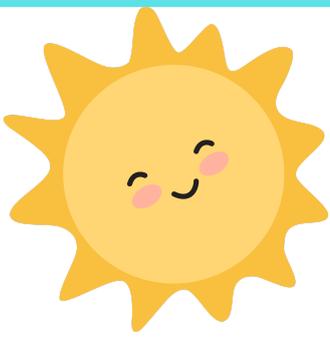
### ORGANIZACIÓN

- \* 1 grupo de 35 estudiantes
- \*Los estudiantes se forman en un círculo

### REGLAS

- \* No estrellarse entre compañeros
- \*Atender a cada color que sea nombrado





# ACTIVIDAD 4

## SEMÁFORO



### OBJETIVO GENERAL

\*Desarrollar la habilidad motriz de correr.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- \*Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera
- \*Observar el ritmo de correr del estudiante
- \* Corregir las fases de correr en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste en que los estudiantes cada uno sea un automóvil y en cada color deben cumplir una función, rojo pausa, amarillo enciende y verde arranca (correr).

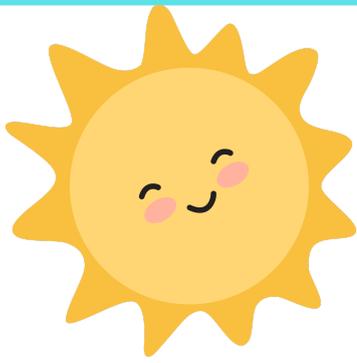
### ORGANIZACIÓN

- \* 1 grupo de 35 estudiantes
- \* Los estudiantes se forman en un círculo

### REGLAS

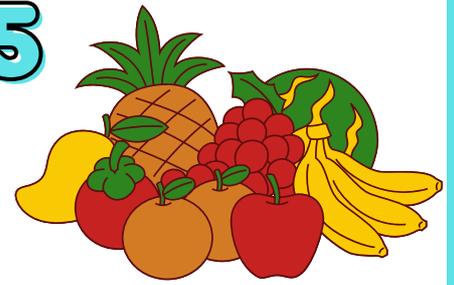
- \* No estrellarse entre compañeros
- \* Atender a cada color que sea nombrado





# ACTIVIDAD 5

## LA GRANJA DE LAS FRUTAS



### OBJETIVO GENERAL

\*Desarrollar la habilidad motriz de correr

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

\*Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera

\*Observar el ritmo de correr del estudiante

\* Corregir las fases de correr en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste en que cada uno de los estudiantes (caperucita) y el docente nombra dos estudiantes (lobos), los que se encargan en perseguir y atrapar a cada (Caperucita), en el que la única manera de no ser atrapado es nombrando una fruta y quedándose quieto para salvarse.

### ORGANIZACIÓN

\* 1 grupo de 35 estudiantes

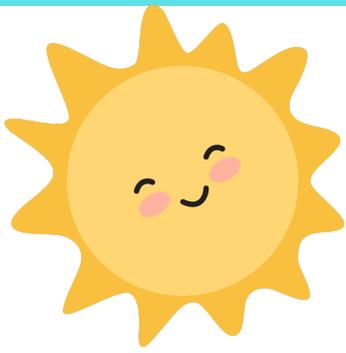
\*Los estudiantes se forman en un círculo

### REGLAS

\* No estrellarse entre compañeros

\*Atender a cada color que sea nombrado





# ACTIVIDAD 6

## CARRERA AL REVÉS



### OBJETIVO GENERAL

\*Desarrollar la habilidad motriz de correr

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

\*Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera

\*Observar el ritmo de correr del estudiante

\* Corregir las fases de correr en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste en que cada grupo que esta frente al otro de extremo a extremo es un equipo, deben pasar de un grupo al otro al revés y corriendo, los grupos que logren pasar de lado a lado más rápido son los ganadores.

### ORGANIZACIÓN

\* 1 grupo de 35 estudiantes

\*Los estudiantes se forman en cuatro filas dos al inicio de la cancha y dos al final.

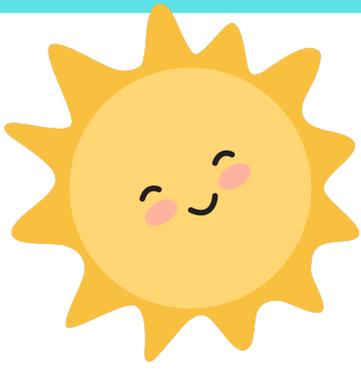


### REGLAS

\* No correr de frente

\*No trasladarse de lado





# ACTIVIDAD 7



## LOS CONEJOS DEL MAGO

### OBJETIVO GENERAL

- \*Desarrollar la habilidad motriz de saltar

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- \*Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera
- \*Observar el ritmo del salto del estudiante
- \* Corregir las fases del salto en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste en que cuando el mago da la orden, cada conejo debe buscar su jaula desplazándose mediante el salto.

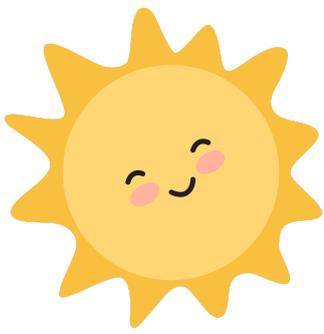
### ORGANIZACIÓN

- \* 10 parejas y 15 estudiantes sueltos
- \*Las parejas se ubican alrededor de la cancha cogidos de las manos
- \* Los 15 estudiantes se ubican sueltos alrededor

### REGLAS

- \* Solo pasar de jaula a jaula saltando
- \*No correr ni caminar





# ACTIVIDAD 8

## RAYUELA



### OBJETIVO GENERAL

\*Desarrollar la habilidad motriz de saltar

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- \*Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera
- \*Observar el ritmo de saltar del estudiante
- \* Corregir las fases de saltar en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste en que el primer estudiante de cada grupo empieza a saltar de tal forma que cada pie este en un cuadro. El recorrido inicia saltando de forma lateral ida y vuelta, dando un giro en el aire quedando en la posición contraria a la inicial, haciendo esto mismo en cada línea de cuadros hasta llegar al otro lado.

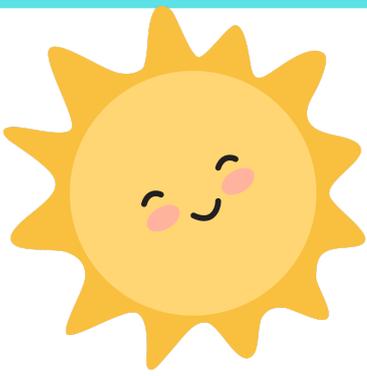
### ORGANIZACIÓN

\* 2 grupos uno enfrente del otro

### REGLAS

- \* No pisar las líneas
- \*No apoyar ambos pies en un cuadro





# ACTIVIDAD 9

## PONCHADO



### OBJETIVO GENERAL

\*Desarrollar la habilidad motriz de saltar

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

\*Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera

\*Observar el ritmo de saltar del estudiante

\* Corregir las fases de saltar en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste en que el docente nombra a 3 estudiantes los que serán elegidos para ponchar con un balón sin lanzarlo, cada estudiante para no ser ponchado deberá pasar por cada aro saltando según como se encuentren ubicados los aros, a un pie o ambos pies un pie en cada aro.

### ORGANIZACIÓN

\* Cada estudiante se ubica en un aro

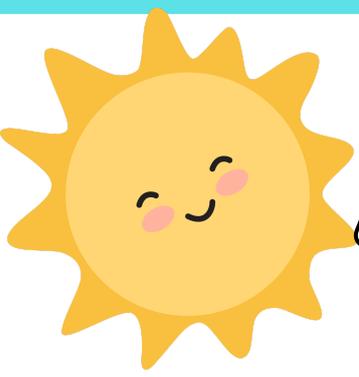
### REGLAS

\* No correr ni caminar

\*No se pueden salir de los aros

\*El ponchado deberá salir





# ACTIVIDAD 10



## CIRCUITO DIDÁCTICO

### OBJETIVO GENERAL

\*Desarrollar la habilidad motriz de saltar

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- \*Incentivar al estudiante a que participe activamente de la actividad con métodos pedagógicos aprendidos en la carrera
- \*Observar el ritmo de saltar del estudiante
- \* Corregir las fases de saltar en el momento

### DESARROLLO DEL JUEGO

El circuito consiste en que cada grupo tiene estaciones en frente, inician caminando en una línea recta de 20m limitada, seguido de correr en zic zac por los conos y terminan saltando en cada aro según se encuentren ubicados.

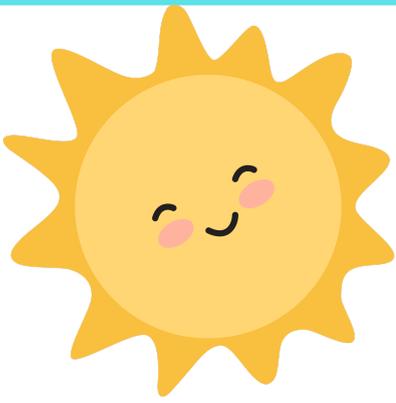
### ORGANIZACIÓN

\* 3 grupos de 9 estudiantes y 1 grupo de 8 estudiantes

### REGLAS

- \*Cumplir con cada estación
- \*No saltarse las estaciones
- \*Gana el primer grupo que llegue y lo haga bien





# AGRADECIMIENTOS

Agradecer y felicitar enormemente al grupo de grado tercero B de la Escuela Normal Superior de Popayán, a su coordinador y docente por permitir que este trabajo se llevara con éxito.

Se valora todo el apoyo, la disposición, el esfuerzo y el tiempo invertido para que este proyecto cumpliera con los objetivos deseados y se llevara con éxito.

