

PROGRAMA DE CAPACITACIÓN Y ORIENTACIÓN A DOCENTES SOBRE
ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑOS ESCOLARES DE 5 A 6 AÑOS DE EDAD DE
DIFERENTES JARDINES INFANTILES DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ

CLARA CAMPILLO CRUZ
LESLIE MOYA BASTOS
ALEJANDRA WILCHES

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA
FACULTAD DE CINÉTICA HUMANA Y FISIOTERAPIA
ESPECIALIZACIÓN EN FORMULACIÓN Y GESTIÓN DE PROGRAMAS DE
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO
BOGOTÁ, D.C. 2011

PROGRAMA DE CAPACITACIÓN Y ORIENTACIÓN A DOCENTES SOBRE
ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑOS ESCOLARES DE 5 A 6 AÑOS DE EDAD DE
DIFERENTES JARDINES INFANTILES DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ

CLARA CAMPILLO CRUZ
LESLIE MOYA BASTOS
ALEJANDRA WILCHES
AUTORES

YENNY PAOLA ARGUELLO
ASESOR METODOLÓGICO

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA
FACULTAD DE CINÉTICA HUMANA Y FISIOTERAPIA
ESPECIALIZACIÓN EN FORMULACIÓN Y GESTIÓN DE PROGRAMAS DE
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO
BOGOTÁ, D.C. 2011

FACULTAD DE CINÉTICA HUMANA Y FISIOTERAPIA
ESPECIALIZACIÓN EN FORMULACIÓN Y GESTIÓN DE PROGRAMAS DE
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

La decana de la Facultad de Cinética Humana y Fisioterapia, oído al concepto del respectivo asesor y del evaluador, hace constar que la formulación del presente programa fue debidamente APROBADO de acuerdo con los reglamentos de la corporación.

El comité focal de la facultad, le otorgó a la formulación del proyecto titulado “PROGRAMA DE CAPACITACIÓN Y ORIENTACIÓN A DOCENTES SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑOS ESCOLARES DE 5 A 6 AÑOS DE EDAD DE DIFERENTES JARDINES INFANTILES DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ” la calificación de APROBADO.

Para constancia se firma a los 25 días del mes de Agosto de 2011.

Dra. Johanna Moscoso
Decana Facultad de Cinética Humana y Fisioterapia
Corporación Universitaria Iberoamericana

Tabla De Contenido

	Pág
Interés	5
Énfasis	6
Antecedentes	7
Escenario	16
Apoyo	16
Impacto	18
Diagnóstico	19
Pronóstico	20
Planteamiento del Problema	
Formulación del problema	22
Sistematización del Problema	22
Objetivo general	23
Objetivos específicos	23
Justificación	23
Plan estratégico	24
Referencias	26
Anexos	

Interés

Una de las grandes oportunidades que brinda la actividad física es poder trabajar directa y sistemáticamente en el proceso educativo del ser humano a través del movimiento del cuerpo acompañado de muchas actividades. En el caso de la educación escolar; la de educación física juega un papel importante, ya que al realizarla de forma adecuada y con los suficientes cuidados por parte del educador o profesor que imparta dicha clase contribuye al desarrollo físico - motriz, social, psicológico y cognoscitivo del niño de forma integral y agradable.

Según WHO (2006), la actividad física es un determinante de la calidad de vida y salud en todas las etapas del ciclo vital, está influenciada por un sin número de factores que se clasifican en diversas categorías, desde lo específico a lo general. En los niños en etapa inicial el ejercicio físico es reconocido en gran parte como actividades recreativas que tiene un papel fundamental en su crecimiento y desarrollo, y es, en esta etapa, donde mediante el desarrollo se adquieren herramientas que definirán el desarrollo físico, psicosocial y emocional de los niños.

Los niños que no reciben una adecuada estimulación tendrán probablemente en años posteriores limitaciones físicas, emocionales y sociales, y serán jóvenes y adultos poco activos, situación que suma condiciones de exposición para ser afectados por enfermedades crónicas no transmisibles.

Además de esto en la etapa escolar se están formando hábitos, en cuanto a socialización, alimentación, actividad física y otras que llevan al aprendizaje y formación; dado que el niño en edad escolar se desenvuelve en el hogar y con la comunidad educativa, se requiere conocer cómo se aborda el tema en estos espacios a fin de contar con herramientas que permitan aportar elementos a las instituciones encargadas del cuidado y educación de los escolares sobre la importancia de la promoción de la actividad física, dadas las implicaciones que esta tiene en el crecimiento y desarrollo, ya que el proceso de aprendizaje es continuo, cambiante y recíproco, en donde intervienen múltiples factores que tienen que ser impactados de forma precisa por los

programas e intervenciones que se planeen y que deben ser clave para lograr objetivos en el bienestar y desarrollo de los niños.

Énfasis

El programa es de tipo pragmático indirecto ya que en el mismo se propone crear un programa de capacitación y orientación al docente escolar para enseñarles cómo es el manejo del acondicionamiento físico en edades de 5 a 6 años pertenecientes a jardines de la ciudad de Bogotá y que se encuentren cursando el nivel de transición. Todo esto nació desde la experiencia de una Fisioterapeuta que trabajó en el jardín infantil PACO Y TUTI, uno de los jardines escogidos para el programa, donde vio la necesidad de crear algo nuevo, innovador tanto para la población infantil como para el trabajo de campo de los fisioterapeutas. Trabajando con los niños por casi 1 año donde la actividad física que realizaban era planeada por el mismo docente sin tener las bases morfofisiológicas y prácticas de la actividad necesaria para ellos a esa edad.

El desarrollo del programa está incluido en el área de la educación puesto que va orientado a los escolares y docentes que intervienen en su desarrollo infantil, ya que se busca fomentar la actividad física y estilos de vida saludables con el fin de evitar futuras deficiencias motrices (limitaciones posturales, de desplazamiento o de coordinación del movimiento, entre otras) y enfermedades crónicas no transmisibles, las cuales no solo se presentan en la adolescencia y adultez, sino en la infancia como el sedentarismo, la obesidad, el estrés, entre otros.

Además de esto se busca capacitar al docente en el desarrollo de las actividades realizadas en la clase de educación física, buscando que como profesionales de la educación infantil fomenten el desarrollo de actividades enfocadas a mejorar las capacidades motrices de los escolares, ya que se daría desde la fisioterapia un sustento teórico del desarrollo motor, aprendizaje

motor y actividad física, para que el docente lo desarrolle en sus clases desde su enfoque profesional y didáctico.

Antecedentes

Directos

Melgarejo (2009), el factor dinámico es el elemento más importante. Los niños al realizar actividad física perciben grandes emociones y vivencias, al relacionar sus acciones con las cosas que pasan a su alrededor. En cada niño existe una necesidad de movimiento y de actividad.

Según Arribas T et al, (2000), en la etapa preescolar es entendida entre el primero y el quinto año de edad, la cual se caracteriza por un acelerado crecimiento corporal y adquisición de habilidades motoras y motrices.

El desarrollo psicomotor esta dado por la relación que existe entre la mente y la capacidad de hacer movimientos con el cuerpo; se destaca la motricidad fina: referida al movimiento de las manos, persigue la consecución de precisión y exactitud especialmente para la escritura, y la motricidad gruesa: es la coordinación general de movimientos y el equilibrio corporal. Los objetivos están encaminados a descubrir el movimiento del cuerpo. PPI (1999). Dentro de las habilidades motrices básicas de los preescolares está el gatear, caminar, correr, saltar, lanzar, atrapar y trepar a nivel intelectual y del lenguaje se da el inicio del habla; en el comportamiento social se destaca la curiosidad y exploración, entrando así, a una visión más amplia del entorno. Wake M., Craig Grace (2001).

Estas habilidades aparecen alrededor de los 2 años y se perfeccionan hacia los 5 años de edad, hecho que queda de alguna manera evidente en la ley general de educación. Arribas T. (2000), Ley 115, en la cual se plantean dentro de varios objetivos específicos los siguientes para la educación preescolar:

a. El conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y autonomía;

b. El crecimiento armónico y equilibrado del niño, de tal manera que facilite la motricidad, el aprestamiento y la motivación para la lecto-escritura y para las soluciones de problemas que impliquen relaciones y operaciones matemáticas;

c. El desarrollo de la creatividad, las habilidades y destrezas propias de la edad, como también de su capacidad de aprendizaje;

d. La ubicación espacio-temporal y el ejercicio de la memoria;

e. El desarrollo de la capacidad para adquirir formas de expresión, relación y comunicación y para establecer relaciones de reciprocidad y participación, de acuerdo con normas de respeto, solidaridad y convivencia;

f. La participación en actividades lúdicas con otros niños y adultos;

g. El estímulo a la curiosidad para observar y explorar el medio natural, familiar y social;

h. El reconocimiento de su dimensión espiritual para fundamentar criterios de comportamiento.

i. La vinculación de la familia y la comunidad al proceso educativo para mejorar la calidad de vida de los niños en su medio.

j. La formación de hábitos de alimentación, higiene personal, aseo y orden que generen conciencia sobre el valor y la necesidad de la salud.

Resaltando la importancia de la educación física y el movimiento corporal humano como un requisito en el desarrollo integral del ser humano desde etapas infantiles.

Según Carrillo S (2003), entre los dos y seis años, el cuerpo del preescolar va perdiendo su aspecto infantil, sus proporciones y formas se perfeccionan, así como las habilidades motoras gruesas y finas donde el desarrollo del cerebro da origen a habilidades más complejas y refinadas del aprendizaje.

Hacia los dos años los preescolares son extraordinariamente competentes, pueden caminar y correr siendo aún relativamente pequeños, a los tres años corren, vuelven la cabeza y se detienen con mayor suavidad que

a los dos años; a los cuatro años pueden variar el ritmo de la carrera, pueden saltar en el mismo lugar o mientras corren y a los cinco años caminan con confianza sobre una barra de equilibrio, brincan con facilidad y pueden sostenerse en un pie algunos segundos e imitar pasos de danza. Los cambios más importantes se concentran en las habilidades motoras gruesas como caminar, correr, brincar, arrojar, atrapar, entre otras, las cuales deben implantarse muy pronto en la vida si se quiere que los niños avancen a etapas más maduras. Cuando los niños viven en un ambiente limitado y restringido, su adquisición de habilidades motoras se rezaga. Craig Grace (2001).

Según Vern Seefeldt (1973) los niños que llegan de cinco años con las etapas preliminares mal establecidas, en lo referente a capacidad motriz fundamental, es poco probable que resulten con grandes habilidades, se puede decir, que es por medio de la actividad física que el preescolar desarrolla sus funciones sensoriales, perceptuales y motrices, aprendiendo a explorar el mundo que lo rodea y los medios con los que cuenta para ello, evidenciando que la primera infancia tiene como fin la formación para realizar actividades motoras bien elaboradas.

Por otro lado los cambios que ocurren en el desarrollo cognoscitivo del preescolar son difíciles de distinguir, el niño utiliza su cuerpo para abordar incipientes habilidades intelectuales; según Piaget, los menores elaboran activamente un conocimiento personal, crean su propia realidad mediante la experimentación, son como pequeños científicos que se esfuerzan por entender cómo funciona el mundo, exploran el ambiente y comprenden la nueva información sobre la base de su nivel, cuando se encuentran algo conocido lo asimilan y para lo desconocido adecuan su pensamiento para incorporarlo.

Durante la etapa preescolar el niño aprende palabras con rapidez, los progenitores hablan de modo diferente a sus hijos e hijas, lo que consolida las diferencias de género. Las conversaciones de los niños son monólogos colectivos en los cuales toma palabras por turnos, pero hablan de temas inconexos. Aprende actitudes generalizadas respecto a su persona, incorpora

el auto concepto de valores y normas morales de su sociedad, interioriza imitando patrones verbales. Los niños adquieren en forma directa esquemas de género de lo que les enseñan, de los modelos que ven a su alrededor y de manera indirecta de las historias, películas y televisión Craig Grace (2001).

En la teoría constructivista, Piaget defiende que el niño construye sus propias estructuras mentales en un proceso de ajuste con el entorno, desde la adaptación, siendo ésta el ajuste constante del ser humano con el medio y consigo mismo, en una participación dinámica entre los dos, conocido como la maduración siendo estos los cambios producidos por el ser genéticamente desde la concepción, el ejercicio funcional utilizando las posibilidades adaptativas en interacción con los objetos del entorno y la interacción social que son las relaciones dinámicas con las personas del entorno.

Arribas T, Bartolomé M, Araujo A. (2000), consideran que el aprendizaje está en función del desarrollo, y los principios que apoyan esta teoría son: el constructivismo que es el proceso donde el sujeto desarrolla su propia inteligencia, a través de sus propias acciones en un proceso interno; la actividad que lleva al niño al desarrollo intelectual, pero no solo actividad física también mental, donde realiza un suceso de acciones organizadas y que tiende a repetir en situaciones similares. La equilibración, que es el motor principal del desarrollo, donde el menor debe utilizar un esquema diferente al habitual usado para resolver imprevistos o situaciones a las que no ha estado expuesto Bartolome M, (1993).

Según Vygostki y las teorías ambientalistas, afirman que el niño construye sus estructuras cognoscitivas no solo a partir de la influencia esencial de las personas que lo rodean, ya que hay procesos individuales que van a ser interiorizados y se les constituye como individuales, sin embargo apoya la concepción que cuando un niño recibe de un adulto una adecuada orientación se facilita el descubrimiento, aprendizaje y el desarrollo cognoscitivo del menor Arribas T, Bartolomé M. (2000). Para este autor el aprendizaje es el motor del desarrollo, el niño lleva a cabo las actividades mediante la acción instrumental

donde se entabla una relación entre la realidad y la acción; la interacción que establece el niño con los que le rodean, ya que de allí incorpora cultura, conocimiento y procederá a interiorizarlo. Se ha descrito que el menor adquiere su conducta desde 3 espacios, Calvin, R (1999),: *maduracionistas*: predeterminado por factores internos que se despliegan mejor en un ambiente benigno, sin presiones culturales adultas; *entrenamiento cultural*: el desarrollo está determinado por factores externos, y que es fomentado por la enseñanza directa del conocimiento cognoscitivo, moral y cultural y *desarrollo cognoscitivo*: resultado de una interacción natural entre el niño y su ambiente, y que la educación debe proporcionar un medio con recursos que el niño utiliza para construir activamente su propio conocimiento.

De acuerdo con la FCJ (2007), al realizar actividad física, se reconoce que su práctica es un factor protector para el bienestar físico, mental y social debido a que las perspectivas actuales de enfoques existencialistas, sociológicos y ecológicos reconocen que la práctica de la actividad física trasciende más allá de lo biológico y debe ser entendida para satisfacer necesidades inherentes al ser humano. La educación corporal o educación física para el preescolar pretende que el niño y la niña alcancen la propia disponibilidad corporal: el uso inteligente y emocional del cuerpo. La cual se centra en el niño y su cuerpo, sus producciones y reproducciones, ofreciendo una experiencia corporal vinculada con la experiencia lúdica, Gómez R (2002).

Indirectos

Según el reporte dado por la OPS en su hoja informativa N° 4 y 5 en enero del 2002 los niños deben participar en actividades físicas para su edad por lo menos 60 minutos diarios. El ambiente escolar es un factor clave para promover la actividad física a través de clases de educación física bien planificadas. Las mismas necesitan ser más frecuentes, agradables y dedicar la mayor parte del tiempo al ejercicio. OPS (2002). Así mismo los padres también pueden motivar a sus niños: alentándolos a que participen en los programas

atléticos o deportes en la escuela o su comunidad, planificando actividades familiares al aire libre (por ejemplo, montar bicicleta, caminar), desalentándolos a ver la televisión, jugar con videos o permanecer largos períodos sentados con la computadora, sin fijar límites de tiempo, dando un buen ejemplo y siendo físicamente activos.

Por otra parte la postura científica de la American Heart Association (AHA) en cuanto a la inactividad física es que es un factor de riesgo importante en el desarrollo de la arteriopatía coronaria. También aumenta el riesgo de que se produzcan accidentes cardiovasculares y de que se generen otros importantes factores de riesgo cardiovascular tales como obesidad, hipertensión, bajo nivel de colesterol HDL ("bueno") y diabetes. La AHA recomienda que los niños y los adolescentes realicen actividad física entre moderada y enérgica por lo menos durante 60 minutos todos los días.

Además de esto refieren el porqué realizar ejercicio o actividad física son importantes para un niño, argumentando que el aumento de la actividad física se ha asociado con una mayor expectativa de vida y un menor riesgo de desarrollar una enfermedad cardiovascular. La actividad física produce beneficios generales físicos, psicológicos y sociales. Los niños inactivos tienden a convertirse en adultos inactivos. Y la actividad física ayuda a:

- Controlar el peso

- Reducir la presión arterial

- Elevar el nivel de colesterol HDL ("bueno")

- Reducir el riesgo de desarrollar diabetes y algunos tipos de cáncer

- Mejorar el bienestar psicológico, lo que incluye aumentar la confianza en uno mismo y elevar la autoestima

Recomendado así por la AHA:

Todos los niños a partir de los 2 años deben participar a diario en actividades divertidas de intensidad moderada durante por lo menos 30 minutos.

También deben realizar por lo menos 30 minutos de actividades físicas enérgicas por lo menos 3 o 4 veces por semana para desarrollar una buena capacidad cardiorrespiratoria (corazón y pulmones) y poder mantenerla.

Si su hijo no tiene un receso para realizar 30 minutos completos de actividad por día, trate de ofrecerle por lo menos dos períodos de 15 minutos o tres períodos de 10 minutos en los que pueda participar en actividades enérgicas apropiadas para su edad, su sexo y su etapa de desarrollo físico y emocional.

Como se describe en el informe de Rudisill (2006), a nivel mundial se ha notado que muchos niños y jóvenes no consiguen la actividad física que necesitan para crecer y ser adultos sanos. Con el desarrollo apropiado del juego físico, los niños avanzan en sus habilidades y se preparan para una vida sana. Se ha demostrado que con el programa HAPPE, si los niños avanzan en el desarrollo motor, su bienestar físico se afecta positivamente, y mejora la comprensión en otras áreas del conocimiento. El programa sugiere a los profesores se centren en seis principios o estrategias: tarea, autoridad, reconocimiento, agrupación, evaluación y tiempo para promover la motivación intrínseca de un niño para aprender. El programa aplica estos principios y estrategias de la siguiente forma: Los niños emplean una variedad de tareas auténticas y significativas que juegan con sus capacidades y habilidades. Rudisill M, Loraine E. (2006).

En el estudio descriptivo de Dunn, 2006, realizado con 486 cuidadores de la reserva Cherokee de los condados de Carolina del Norte, Estados Unidos se resalta la importancia de la ejecución de programas integrales para los niños, teniendo en cuenta que muchos de ellos pasan gran parte del día en centros de cuidado infantil Dunn C, Thomas C, Et al. (2006). El programa propuesto por este estudio es conocido como "*Color Me Healthy*" el cual tenía como objetivo capacitar a equipos del condado, integrados por profesionales de la salud pública y empleados de extensión cooperativa, para enseñar a los prestadores de servicios de cuidado infantil de sus comunidades a utilizar este

plan, el cual estaba compuesto por un Kit que contenía una guía para el profesor con 12 planes de evaluación, material lúdico de tarjetas tipo lotería, sellos y carteleras, piezas musicales exclusivas para el programa y un kit para los padres con 14 boletines de retroalimentación de las actividades de sus hijos. Color Me Healthy es una asociación entre la Cooperativa de extensión de Carolina del Norte y la División de Salud Pública (de la Actividad Física y División de Nutrición y Servicios de Nutrición).

Según Dunn C, Thomas C. (2006), el programa Color Me Healthy fue creado con el propósito de mostrarles a los niños que comer saludable y ser activos es divertido, integrando a las clases, actividades en las que se utilizan colores, olores y el juego, favoreciendo el conocimiento de los alimentos. Además se incluye, la participación de los padres promocionando las actividades vistas en la escuela. El estudio concluye que los prestadores de servicios de cuidado infantil necesitan material educativo sobre hábitos alimentarios saludables y actividad física, y deben recibir capacitación sobre cómo utilizarlo por profesionales de salud que son los que manejan estos temas y tienen la idoneidad para realizarlo. El modelo por el cual se propuso este programa “Educa al Educador” es un modo efectivo para enseñar a los profesionales de la salud pública a capacitar a los prestadores de servicios de cuidado infantil sobre cómo sacar mejor provecho de los materiales educativos relacionados con hábitos alimentarios saludables y actividad física que se presentan en el programa Color Me Healthy. Dunn C, Thomas C, Ward D, Et al, (2006).

La UNESCO, (2007), relaciona la importancia de la AEPI Atención y Educación de la Primera Infancia, cuyo objeto es prestar apoyo a la supervivencia, crecimiento, desarrollo y aprendizaje del niño (salud, nutrición, desarrollo cognitivo, social, físico y afectivo), desde su nacimiento hasta el ingreso a la educación primaria, en contexto formal, no formal e informal.

Se recomienda que los escolares acumulen 60 minutos diarios de actividad física estructurada, y esta debe ser incluida dentro del programa de

cuidado de los menores, las sesiones deben ser cortas de 15 a 20 minutos cada una, enfatizando en experiencias variadas de movimiento, incluyendo juegos no competitivos que envuelvan el movimiento acompañado de música; es por esto que la actividad física debe ser prevista e incorporada en el horario preescolar diario. Dowda M, Pate R, Trost S, y colaboradores (2004).

En el estudio de casos y controles de McKenzie, (1997), realizado con siete escuelas de primaria del sur de California, se evaluó la relación del componente de salud en el currículo escolar, y un programa sobre la cantidad y la calidad de la educación física en la escuela primaria. En un estudio previo McKenzie, Sallis, Faucette, Kolody, y Roby, (1993), se incluyeron 85 profesores de los grados de primero a cuarto, ellos participaron en un programa de entrenamiento por un año y fueron posteriormente comparados con profesores que no recibieron este entrenamiento dado por especialistas en educación física. Este estudio se extendió por dos años adicionales, e incorpora un grado mas, incluyendo el doble de clases y profesores. Este se llevó a cabo durante un periodo de cuatro años y las escuelas se asignaron al azar a una de las tres condiciones del estudio; una tercera escuela se ha añadido a la condición de control. Mckenzie T, Sallis J, Kolody B, Faucette N. (1997). Los resultados del estudio apoyan la importancia de la intervención de especialistas en educación física en las clases para preescolares, debido a que se observa una más alta calidad de las clases de estos docentes comparados con otros no universitarios; los especialistas ponen fin a los efectos devastadores (medidas como oportunidades de ser físicamente activo y aprender habilidades físicas) que puede tener un programa. Los directores de las escuelas reconocen que principal obstáculo a la calidad de los programas ofrecidos por los profesores de aula para los niños se debe a la falta de formación de los docentes y a la falta de motivación Mckenzie T, Sallis J, Kolody B, Faucette N. (1997)

Escenarios

El diseño del programa de acondicionamiento físico se desarrollará en 3 jardines infantiles de la ciudad de Bogotá, la población participante son los docentes responsables de los preescolares de 5 a 6 años de edad, de ambos géneros, sin antecedentes de alteraciones neurológicas.

El programa de acondicionamiento físico se desarrollará en los siguientes jardines:

Gimnasio Nueva Sociedad, ubicado en la carrera 109 A #77D-61 entre Villas de Granada y Garcés Navas, en la localidad de Engativá, con jornada única de 6:45 am a 3:00 pm. El plantel cuenta con tres pisos y sin espacios recreativos dentro del plantel.

La Casita de Toto, ubicado en la calle 159 # 26 - 06, barrio Villa Magdala en la localidad de cedritos, con jornada académica de 7am – 1 pm. El plantel cuenta con dos pisos, un garaje y una zona verde pequeña con juegos.

Jardín infantil PACO Y TUTI, ubicado en la ciudad de Bogotá, localidad de Usaquén, en el barrio Cedro Golf en la dirección: calle 147 n. 7b-12, segundo piso, Éste jardín presenta una infraestructura totalmente distinta, ya que no tiene espacios abiertos, y toda la luz que se maneja es artificial e insuficiente, con 3 jornadas de estudio: 7:00 am a 12:00, 1:00pm y 3:00pm.

Apoyo

Institucional: se cuenta con el apoyo de los diferentes jardines educativos en la ciudad de Bogotá (Gimnasio nueva sociedad, La Casita de Toto, Paco y Tuti) con la institución universitaria iberoamericana quien brinda el apoyo académico e investigativo y con acompañamiento de las asociaciones de jardines infantiles: JARDINCO, asociación de Instituciones de primera infancia, dedicada a construir una red de empresas educativas de alta calidad, comprometidas con el desarrollo del ser humano en sus primeros 6 años de vida.

Financiero: al implementar el programa de acondicionamiento físico, las instituciones se verán beneficiadas, ya que al desarrollar este programa no solo benefician los niños, sino que mejora la acreditación del plantel ante otras instituciones educativas, mejorando así su pensum académico. Teniendo el apoyo de las instituciones a intervenir, de Jardínco y de la Universidad Iberoamericana donde nos apoyarán para todo tipo de material que se necesite, trámites y transportes.

Político: Ley 528 de 1999: ley que reglamenta el ejercicio de la fisioterapia; donde el ejercicio profesional debe estar fundamentado en los procesos científicos relacionados con el movimiento corporal humano, además de diseñar, ejecutar, direccionar y controlar investigaciones científicas y programas de intervención. Así mismo de direccionar y gestionar programas académicos para la formación profesional en fisioterapia y en otras profesiones afines.

Ley 115 de educación en Colombia (sección segunda educación preescolar). Sustentando que la educación preescolar corresponde a la ofrecida al niño para su desarrollo en los aspectos biológico, cognoscitivo, sicomotriz, socio-afectivo y espiritual, a través de experiencias de socialización pedagógicas y recreativas.

DECRETO 1860 DE 1994: Artículo 6o. Organización de la educación preescolar. La educación preescolar de que trata el artículo 15 de la Ley 115 de 1994, se ofrece a los niños antes de iniciar la educación básica y está compuesta por tres grados, de los cuales los dos primeros grados constituyen una etapa previa a la escolarización obligatoria y el tercero es el grado obligatorio.

Logístico: Este apoyo será brindado por las integrantes del proyecto o por las personas responsables del programa de actividad física dentro de la institución educativa.

Impacto

Se diseñará un programa de capacitación al docente sobre acondicionamiento físico para niños entre 5 y 6 años de edad que cursan el nivel de transición, buscando generar hábitos y estilos de vida saludables para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles, todo esto por medio de una educación al personal docente de las instituciones; buscando que los profesores de educación inicial quienes asumen varias temáticas del currículo estudiantil del grado de transición, sean responsables de realizar de forma adecuada la clase de educación física, mediante la obtención de conocimientos, habilidades, aptitudes y actitudes que el docente obtenga y sea capaz de comunicar y orientar a los estudiantes en lo que ellos deben aprender y hacer al realizar actividades (movimiento corporal).

El grado de sensibilidad de un profesor es lo que le permitirá determinar diferencias individuales de sus estudiantes, desarrollando en ellos las habilidades para pensar, y para tal fin, los profesores deben comprobar cómo funciona el pensamiento del estudiante, favoreciendo el pensamiento creativo y en el cual es clave mantener la motivación. Donde será necesario ir implementando un equipo interdisciplinario, viendo la necesidad de involucrar al sistema de educación un Fisioterapeuta especialista o educador físico para el manejo de éste tipo de actividades dentro de la institución educativa que a su vez se verá beneficiada con la implementación de ayudas y guías para el manejo de la capacidad motriz de éstos niños en esa edad.

A diferencia de los profesores de salón de clase, los educadores físicos trabajan con todos los niños y no solo con un grado; tal diversidad requiere que se utilicen múltiples estrategias apropiadas de desarrollo para ellos. Al momento de comparar en términos la eficacia de la educación, los profesores de la educación inicial no tienen una formación integral relacionada con la prescripción, desarrollo y técnicas de educación física del niño, como sí la tiene un educador físico o un fisioterapeuta especializado, además, la formulación del juego como actividad física, se deja al libre deseo y/o pensamiento de lo

que el educador inicial considere pertinente desarrollar en su grupo de los estudiantes.

Planteamiento Del Problema

Diagnostico

La educación de la primera infancia es una etapa clave para la atención integral del niño, esta debe brindarles una adecuada estimulación promoviéndoles variadas experiencias que permitan poner en manifiesto su adecuado desarrollo a través de acciones que potencialicen su desarrollo motor desde las etapas iniciales que le generen hábitos saludables para su vida, produciéndose así el aprendizaje óptimo desde las primeras etapas. Según Rodríguez F y Huertas S, el balance efectivo es un elemento del movimiento, importante en la evaluación de niños en edad escolar, ya que predice la habilidad para funcionar de forma segura e independiente en diferentes ambientes. Se obtiene finalmente entre otros con la interacción del niño y su entorno.

Es por ello, que se hace necesario desarrollar un óptimo y planificado movimiento en el niño, ya que éste se encuentra presente en todas las relaciones que desarrolla con su entorno, se encuentra presente y debe mantenerse a lo largo de la vida como parte de un adecuado desarrollo, es en esta etapa que se debe promover su interiorización desde todo punto de vista: físico, social y psicológico, entre otros.

Desde este enfoque, es primordial entonces que el docente tenga la responsabilidad de originar y orientar experiencias significativas que promuevan el desarrollo integral del niño y para ello, es fundamental incitar entre otras cosas su proceso de integración motora y cognoscitiva, ofreciéndole a este un espacio adecuado y provechoso que le brinde verdaderas oportunidades; reconociendo el papel del educador como orientador y promotor de actividades que aporten al desarrollo del movimiento en las primeras etapas del niño escolar, es por esta razón que se debe educar y orientar al docente en el

manejo del desarrollo motor, brindándole al escolar una actividad física específica y programada, en donde el docente tenga en cuenta no solo la parte lúdica, sino el proceso de desarrollo motor y las cualidades físicas del niño.

Pronostico

Si se continúa realizando las clases de educación física desde la misma perspectiva en el cual no hay capacitación ni formación del docente en una adecuada metodología para el desarrollo de las clases no se alcanzaran los beneficios de realizar y potencializar el desarrollo motor en los niños escolares, puesto que el no fomentar actividad física en el escolar y no desarrollarla de forma adecuada generara probablemente en años posteriores niños con limitaciones físicas, emocionales y sociales, y serán jóvenes y adultos poco activos, situación que suma condiciones de exposición para ser afectados por enfermedades crónicas no transmisibles.

A nivel pedagógico y de competencias los docentes no cuentan con las suficientes herramientas para incluir en el proceso de planificación pedagógica actividades tendientes a desarrollar las habilidades motrices de los escolares. Por otra parte, están desprovistos de los conocimientos que les sirva de guía en este proceso. En consecuencia no se aplican las estrategias adecuadas y se desaprovecha el tiempo para desarrollar la actividad física y reforzar las capacidades motoras.

Es de suponer entonces, que no se están estimulando significativamente las capacidades físicas de los niños, en función de su desarrollo integral, que es dónde el fisioterapeuta interviene para dar el énfasis necesario con los conocimientos y las habilidades de intervención en ésta área, dándole la importancia al Fisioterapeuta de estar involucrado en el área pedagógica y no sólo clínica, mostrando otro campo de acción.

Control al Pronóstico

Por medio de este programa de capacitación y orientación se beneficiará a docentes e instituciones educativas ya que éstos tienen la responsabilidad de brindar a los niños actividades que promuevan la formación de individuos idóneos para vivir, haciendo uso de acciones pedagógicas acordes a cada uno de ellos según su edad y desarrollo. Así un plan de actividades planificadas fortalecerá el desarrollo de los niños del nivel escolar brindando al educador instrumentos que le permita cumplir con el trabajo de desarrollar en esta área, para alcanzar el aprendizaje efectivo en los niños a su cargo. De este modo las actividades a desarrollar se convierten en una guía que orientará al docente en el proceso de planificación y ejecución de las mismas, dirigidas a optimizar el desarrollo del niño.

Por otro lado, las instituciones educativas se verán beneficiadas ofreciendo a los niños una educación integral que permita garantizar los espacios y clases adecuadas, didácticas, activas y planificadas que serán la base para el fortalecimiento de su infancia, que se verá reflejado en niños más activos y adultos sanos, involucrando indirectamente a sus padres.

En este sentido, se evidencia la necesidad de diseñar un programa de capacitación y orientación por medio de un plan de acciones para el fortalecimiento del desarrollo motor de los niños dirigido a los docentes del Nivel Inicial, con la finalidad de mejorar su práctica educativa, donde será necesario la ejecución de esta propuesta a través de las actividades planteadas que le facilitarán su labor pedagógica, ya que contarán con el material y se les brindará el conocimiento para poderlo llevar a cabo correctamente y pedagógicamente. Además estarán cumpliendo con los nuevos lineamientos en la educación integral fundamentados en las nuevas leyes de la educación preescolar.

Formulación Del Problema

Actualmente no se evidencian estudios donde se muestre la necesidad de hacer una intervención en la parte pedagógica, con la forma de enseñar la

educación física en la edad escolar por parte de los docentes. Ya que existen lineamientos de políticas públicas se ha creado la necesidad de diseñar un programa de capacitación y orientación de la actividad física para el docente escolar con el fin de mejorar el desarrollo de la clase de educación física en los diferentes escenarios escolares de la ciudad de Bogotá. Contribuyendo al buen desarrollo de la experiencia docente.

Sistematización del Problema

¿Qué criterios debe contener un programa de actividad física para niños escolares entre 5 y 6 años de edad, brindándole al docente las herramientas necesarias para el desarrollo de cada una de las actividades?

¿Qué elementos debe tener un programa de capacitación a docentes del área escolar de niños entre 5 y 6 años de edad del grado transición identificando cada uno de los elementos y actividades que debe contener dicho programa?

¿Cuáles son los espacios, recursos y materiales necesarios para el desarrollo de las capacitaciones a los docentes del área de escolar (grado transición)?

¿Cuáles son las estrategias de promoción del programa de capacitación a los docentes para que se establezca en varias instituciones educativas de la primera infancia?

Objetivo General

Diseñar un programa de capacitación y orientación al docente del área escolar en el adecuado desarrollo de la actividad física en niños de 5 y 6 años de edad de instituciones escolares de la ciudad de Bogotá.

Objetivos Específicos

Establecer los criterios que debe contener un programa de actividad física para niños escolares entre 5 y 6 años de edad.

Desarrollar el programa de capacitación a docentes del área de escolar de niños entre 5 y 6 años de edad identificando cada uno de los elementos y actividades que debe contener dicho programa.

Determinar los espacios, recursos y materiales necesarios para el desarrollo de las capacitaciones a los docentes escolares del grado transición.

Crear estrategias de promoción del programa de capacitación y orientación a los docentes para que se establezca en varias instituciones educativas de la primera infancia.

Justificación

De acuerdo a lo estipulado por el PAIPI y la ley de INFANCIA y ADOLESCENCIA, que habla de la atención integral a la primera infancia, el proyecto tiene como meta educar al docente de preescolar mediante un programa de capacitación y orientación en cuanto actividad física en niños de 5 a 6 años, donde se busca dar a conocer al docente los criterios del desarrollo motor y la prescripción adecuada de actividad física en niños; teniendo en cuenta que esta se realizará mediante la lúdica y con los diferentes procesos pedagógicos que los docentes ya tienen.

Esto con el objetivo de mejorar el desarrollo motor de los escolares de 5 a 6 años y evitar posteriores limitaciones físicas, emocionales y sociales, y de ser jóvenes y adultos poco activos, y con riesgo de ser afectados por enfermedades crónicas no transmisibles.

Plan Estratégico

Estrategias a Corto Plazo

Alcanzar la participación activa de los docentes del área escolar para el desarrollo y ejecución del programa de capacitación.

Analizar los planes de acción de cada docente en cuanto a la clase de educación física para modificarlos según el desarrollo motor de los niños escolares.

Promover los beneficios del programa de capacitación a docentes escolares para alcanzar una participación activa de estos.

Comunicar a los docentes, asociaciones y directivas de las instituciones educativas sobre la forma adecuada de desarrollar la actividad física en niños escolares para potencializar su motricidad con base en el desarrollo motor.

Promocionar los beneficios a corto y largo plazo que tiene los docentes al capacitarse en la adecuada orientación y manejo de los niños en la clase de educación física.

Exponer la eficacia de desarrollar el programa de capacitación al docente para mejorar las intervenciones en cada clase según las necesidades individuales y grupales de los niños.

Aclarar las utilidades y necesidades de implementar el programa en cada una de las instituciones educativas en cuanto a los beneficios en calidad de la educación integral y las ventajas que se presentan en cada uno de los estudiantes en su primera infancia.

Estrategias a Mediano Plazo

Ofrecer la capacitación permanente a los docentes sobre las nuevas estrategias para el adecuado desarrollo de la clase de educación física en niños escolares.

Recolectar y considerar los datos sobre el plan de acción anual de los docentes posterior al programa de capacitación.

Adquirir el apoyo institucional y de los docentes de área para la realización y desarrollo del programa de capacitación.

Fomentar las capacitaciones de los docentes en actividad física por medio de la página web para estar en constante actualización

Estrategias a Largo Plazo

Aprovechar los recursos físicos y pedagógicos para implementar y desarrollar el programa.

Apelar a las políticas públicas relacionadas con la actividad física en este grupo poblacional para darlas a conocer en las diferentes instituciones educativas.

Adjuntar el programa de capacitación como política colectiva en cada uno de los jardines infantiles.

Discutir con los docentes y directivos sobre la importancia de desarrollar el programa en cada una de las instituciones educativas

Referencias

- Araujo de V. García, M., De Artega, J., Sierra, Á., Ortiz, E. y Pineda, V. (2000) Edad preescolar. Universidad de la Sabana segunda edición; Bogotá.
- Arribas T, Antón M, Candela F, Cardoner M, Carranza M, Cayuso M, et al. (200) La Educación Infantil – Descubrimiento de sí mismo y del entorno. 3 ed. Editorial Paidotribo. Barcelona
- Aznar, S. y Webster, T. (2006) Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación. Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid.
- Bartolomé, M., Górriz, N., Pascual, S. y García, M. (1993) Educador infantil. Interamericana Mc Graw Hill. México.
- Calvin, R., Y Zaffiro, E. (1999) Educación Preescolar – Manual para la preparación de educadores de niños en edad preescolar. Editorial Diana. 3° edición. México
- Delgado, M. y Tercedor P. (2002) Estrategias de intervención en educación para la salud desde la educación física. INDE. Barcelona.
- Devís, J. (2000) Actividad física, deporte y salud. INDE. Barcelona.
- Dowda, M., Pate, R., Trost, S., Almeida, J. y Sirard, J. (2004). Influences of preschool policies and practices on Children's Physical Activity. Journal of Community Health; 29 (3): 183-196
- González, R. (2001) Educación física en preescolar. INDE publicaciones; España.
- Incarbone O. Juguemos en el jardín: el juego y la actividad física en la educación inicial. Disponible en: http://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=A4SA8pQwBVUC&oi=fnd&pg=PT72&dq=juguemos+en+el+jardin&ots=WWwx4C_sCu&sig=N8q-keCZyGPfRh1EaDCtGvPEvA#PPP1
- Organización Mundial de la Salud. (2002) Informe sobre la Salud en el Mundo. Ginebra.

- Organización Mundial de la Salud. (2004) Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario y Actividad Física. Génova.
- Organización Panamericana de la Salud. 138.a Sesión del Comité Ejecutivo. Resolución Ce138.R1. Estrategia regional y plan de acción para un enfoque Integrado sobre la prevención y el control de las Enfermedades crónicas, incluyendo el régimen alimentario, y la actividad física y la salud. Disponible en: www.paho.org/Spanish/DD/PIN/ps060228.htm.
- Organización Panamericana de la Salud. (2002) Organización Mundial de la salud. Programa de Alimentación y Nutrición. Actividad física y el ambiente. Washington: OPS Enero.
- Pedagogía y psicología infantil – la infancia. (1999) Biblioteca práctica para padres y educadores. Cultural SA, Royce Editores, S.A. de C.V.
- Rodríguez, F., y Huertas, S. (2009) Comparación del balance efectivo, entre niños escolares de 6 y 7 años de zonas urbanas y rurales de la Calera, Cundinamarca.
- Roncancio, M. y Sichacá, E. (2009) La Actividad Física Como Juego en la Educación Inicial de los Niños Preescolares.
- World Health Organization. (2000). Obesity. Preventing and managing the global epidemic. Genova.
- World Health Organization. Promoting physical activity and active living in urban environments. The Role of Local Governments 2006.
- Zampa, C. (2007) La importancia de respetar las etapas del desarrollo en deporte: una mirada desde la psicomotricidad. Revista Electrónica de psicología y políticas. Septiembre. Disponible en: http://pepsic.bvs-si.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1669-35822007000200007&lng=es&nrm=iso
- ISSN 1669-3582. (UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN LUIS).