

**VI Conferencia Internacional  
Científico Pedagógica de Educación Física y Deportes.  
Pinar del Río '07.**

**Título: Control de la agilidad en niñas/os del II ciclo de la enseñanza primaria de la escuela Manuel Parajón de Ciego de Ávila.**

**Autores: M. Sc. José Manuel Sánchez Gómez.**

**Lic. Mirurgia Velázquez Cedeño.**

**Lic. Denisse Sánchez Velázquez.**

**Lic. Osvaldo Rabasa Vázquez.**

**Institución. Facultad de Cultura Física de Ciego de Ávila.**

**Correos electrónicos: [josema@cfisica.unica.cu](mailto:josema@cfisica.unica.cu)**

**[mirurgia@cfisica.unica.cu](mailto:mirurgia@cfisica.unica.cu)**

**RESUMEN**

El trabajo fue realizado en una escuela primaria de la provincia Ciego de Ávila, con alumnos de 5to y 6to grado, a los cuales se les aplicó durante los cuatro períodos del curso escolar 2005 -2006 la prueba de Carreras de tacos 4 x 9 metros, la cual permitió conocer el desarrollo alcanzado por los niñas y niños en la capacidad física agilidad. Con esta prueba el profesor de E. F tiene en sus manos la forma de controlar el desarrollo que van alcanzando sus alumnos en las diversas etapas del curso, pudiendo de esta forma dosificar las cargas en las clases de Educación Física por lo que se recomienda el empleo de esta prueba como forma de controlar esta capacidad física.

El control y la evaluación constante del rendimiento físico de los estudiantes constituyen una necesidad social dirigida a comprobar y valorar el logro de los objetivos prescritos en el plan de estudio y el programa con independencia de los estudios diagnósticos que pueden realizarse para comprobar el cumplimiento de los objetivos sociales en el campo de la Educación Física, ya que existen otros indicadores de eficiencia que permiten verificar, en las condiciones concretas de la practica escolar, si se han alcanzado los resultados deseados.

La evaluación docente que realiza el profesor de Educación Física del desarrollo alcanzado por sus alumnos en cada curso escolar representa una vía esencial de control de los planes de estudios y programas; no todos los alumnos alcanzan su nivel de rendimiento físico óptimo, por lo que se hace necesario la

aplicación de la batería de pruebas de eficiencia física establecidas en el ámbito nacional y su evaluación está determinada por el nivel general alcanzado en dicha prueba.

Esta batería establece pruebas para determinar la rapidez, la fuerza en los brazos a través de las planchas, fuerza abdominal, la fuerza en las piernas a través del salto de longitud sin carrera de impulso y por último la resistencia.

Estas pruebas se aplican en varios momentos del curso, el primero, su objetivo es diagnosticar el nivel de rendimiento de los participantes y de ahí establecer la programación del curso. Las demás tienen como finalidad hacer una comparación de sus resultados con la primera, y en correspondencia con el nivel alcanzado se otorga una puntuación. Además se analiza si hubo o no desarrollo en estas capacidades físicas.

De manera que solamente se evalúan las capacidades físicas condicionales mencionadas anteriormente, pero no se reflejan las capacidades físicas coordinativas.

Tanto en la caracterización de la asignatura, como en los objetivos de la Gimnasia Básica en este ciclo aparece reflejado el desarrollo de las capacidades físicas tanto condicionales, como coordinativas; y de esta última solo hace referencia a la capacidad física agilidad, planteando los contenidos a tratar en el grado, pero no se refiere a la forma de evaluación y control por parte del profesor de Educación Física.

El programa de este ciclo plantea también la realización del diagnóstico como punto de partida para la dosificación de las cargas.

Considerando la importancia que reviste para el profesor de Educación Física el conocimiento del nivel de rendimiento de sus alumnos en la agilidad, entonces podrá hacer una planificación adecuada del tiempo y los contenidos del grado en cuanto a esta capacidad física.

Teniendo en cuenta que las pruebas de eficiencia física establecidas en el plan nacional solo determinan el rendimiento motor de los alumnos en las capacidades físicas condicionales y que en el programa y orientaciones metodológicas del 2do ciclo no aparecen reflejadas como determinar el nivel de rendimiento de las

capacidades coordinativas referente a la agilidad y considerando que esta capacidad es muy importante en estas edades y que debe ser tratada y controlada por el profesor de Educación Física. Es que nos dimos la tarea de indagar sobre una prueba que pudiera medir la agilidad en los grados de 5to y 6to y que facilitara un mayor control de esta por los profesores.

Por tal motivo nos hemos planteado la siguiente interrogante como el problema fundamental a resolver en nuestro trabajo.

¿Cómo medir la capacidad física coordinativa Agilidad en niñas y niños del segundo ciclo de la enseñanza primaria?

En el proceso investigativo se asumió toda la población del II Ciclo de la Escuela Primaria “Manuel Parajón” del municipio Ciego de Ávila, con una matrícula de 47, 22 niños y 25 niñas, distribuidos en 2 grupos, uno de quinto grado y otro de sexto, a quienes se les aplicó, en los cuatro períodos del curso escolar 2005-2006, la prueba de carrera de tacos 4 x 9 metros con el objetivo de medir su Agilidad de desplazamiento.

La prueba se aplicó al iniciar cada período de los cuatro previstos en el programa de Educación Física. La primera prueba se realizó el 10 de septiembre del 2005, la segunda el 3 de diciembre del 2005, la tercera el 25 de febrero del 2006 y la última se realizó el 19 de mayo del 2006. Con un período de 85 días entre una prueba y otra.

Para la recogida de datos se crearon tablas donde se anotaban los tiempos realizados por los alumnos en cada una de los controles efectuados. Esta prueba se aplicó con todo el rigor científico que requiere, teniendo en cuenta criterios de calidad como la validez, confiabilidad y objetividad, así como, la estandarización por lo que las comprobaciones se realizaron a la misma hora, en el mismo lugar, con el mismo controlador del tiempo, todos las niñas y niños estaban con calzado adecuado, el mismo cronómetro, cinta métrica y silbato.

Antes de realizar la prueba, el comprobador realizaba una explicación detallada de la forma en que se debía realizar y posteriormente se efectuaba un calentamiento.

También se realizó un análisis de los Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física para el segundo ciclo de la Enseñanza Primaria, para constatar lo relacionado con los contenidos específicos de las Capacidades Físicas Coordinativas y dentro de ellas lo referente a la Agilidad.

También la revisión bibliográfica realizada dio la oportunidad de analizar las pruebas que se emplean para medir la Agilidad, tanto en el ámbito de la Educación Física como en el Entrenamiento Deportivo y seleccionar la adecuada en correspondencia con las características de los alumnos, los contenidos de los programas y exigencias de cada una.

La Medición nos permitió determinar los datos más exactos sobre las pruebas realizadas.

Para el procesamiento estadístico utilizamos, el tabulador electrónico Excel para Windows que nos permitió obtener la media aritmética de cada prueba aplicada.

### **ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

Como resultado de este trabajo conocimos que los objetivos y contenidos están bien definidos en cada uno de los grados investigados, pero en las indicaciones que se brindan no ofrece al profesor de Educación Física las vías o formas de medir el rendimiento en sus estudiantes.

Al analizar los resultados obtenidos por la aplicación de la prueba de carrera de tacos 4 x 9 metros a los grupos de 5to y 6to, comenzamos haciendo un análisis en cada grupo de las cuatro pruebas aplicadas en diferentes períodos de clases del curso 2005 – 2006, donde analizamos el comportamiento de los valores máximos, mínimos y la media aritmética, así como el comportamiento de los tiempos para cada grado, edad y sexo y otros aspectos relacionados con dichos resultados.

Resultados de 5to GRADO.

Primera Prueba

Se observó que los valores máximos y mínimos de los niños oscilan entre 11.98 y 11.22 respectivamente, con una media aritmética de 11.90. mientras las niñas oscilan entre 12.42 y 11.83 correspondiendo los mejores tiempos a los

niños, se apreció también que en la realización de esta prueba, presentaban dificultades en la reacción motora y en la recogida y colocación de los tacos en las líneas.

#### Segunda Prueba

Los resultados obtenidos en esta prueba son superiores, ya que los valores máximos en los niños están en 11.78 y los mínimos en 11.01, en las niñas, también hubo cierta mejoría con valores entre 12.07 y 11.22. la media se comportó en 11.55 y los mejores tiempos corresponden a los niños. Aunque algunos niños y niñas mantenían el resultado anterior. Ya las dificultades detectadas en la primera prueba, se fueron reduciendo.

#### Tercera Prueba

Este grupo continúa disminuyendo los tiempos al realizar la prueba, ya los valores máximos en los niños están en 11.42 y los mínimos en 10.68 y en las niñas entre 12.06 y 11.08 con una media de 11.28 y los mejores tiempos siguen en poder de los niños, aunque algunos niños y niñas han mantenido los resultados de la prueba anterior.

#### Cuarta Prueba

Cuando comparamos los tiempos obtenidos en las pruebas anteriores, con los tiempos de esta prueba, constatamos que ha disminuido, casi un segundo de diferencia; ya los valores máximos en los niños están en 11.08 y los mínimos en 10.08 y en las niñas entre 11.66 y 10.96 la media se comporta en 10.90. De manera que los niños se mantienen con los mejores tiempos.

### 6TO GRADO

#### Primera Prueba

Cuando analizamos la tabla, pudimos apreciar que los valores máximos en los niños se encontraban en 11.96 y los mínimos en 10.90, y en las niñas entre 12.82 y 11.81 con una media aritmética de 11.97 para ambos sexos. La totalidad de los niños y niñas se manifiestan un poco lentos, con dificultades en la reacción motora. Los mejores tiempos los realizaron los niños.

## Segunda Prueba

Aquí los niños y niñas mostraron notables avances, teniendo en cuenta que los valores máximos en niños están en 11.75 y los mínimos en 11.64, y las niñas entre 12.32 y 11.60 con una media de 11.71, para ambos sexos. Los tiempos son inferiores por lo que el recorrido se realizó más rápido, las mejores marcas realizadas corresponden a los niños.

## Tercera Prueba.

Cuando analizamos los tiempos en las pruebas anteriores, vemos que el tiempo en realizar la prueba sigue disminuyendo, de manera que los valores máximos en los niños están en 11.54 y los mínimos en 10.40, y en las niñas entre 11.46 y 10.60, con una media de 11.12. Para ambos sexos. Esto demuestra el avance paulatino que se viene dando en estos niños y niñas, a pesar que también se mantienen los mejores tiempos en poder de los niños.

## Cuarta Prueba

Se pudo constatar que el avance ha sido sustancial para la mayoría de los niños y niñas de este grupo, los valores máximos en los niños oscilan entre 11.08 y 10.04 respectivamente, y en las niñas entre 11.00 y 10.50 con una media de 11.02 para ambos sexos. Al comparar los resultados obtenidos por los niños y niñas en la primera prueba, con los resultados de la cuarta prueba, se aprecia una disminución de los tiempos, al realizar el recorrido de la prueba, lo que confirma el avance en este sentido, los mejores tiempos continúan en poder de los niños.

De forma general se aprecia que hubo una disminución sustancial en los tiempos realizados por los niños y niñas de los grupos de 5to y 6to grado a partir de la segunda prueba, también apreciamos que los niños y niñas de 6to grado realizan la prueba en menor tiempo, y que los niños realizan los mejores tiempos en la prueba carrera de tacos 4 x 9 metros, teniendo en cuenta las características de la evolución de la coordinación motriz, donde varios autores plantean que, en los niños se extiende hasta los 12 años por su maduración tardía, además consideramos que hubo un trabajo sistemático por parte del profesor de Educación Física en esta dirección, lo que propició un incremento de la Agilidad en estos niños y niñas.

Después de haber revisado los programas de Educación Física previstos para el 2do ciclo de esta enseñanza lo cual constatamos la no existencia de una prueba capaz de medir la Agilidad en los grados investigados, así como los resultados determinados en la prueba carrera de tacos 4x9 metros, y teniendo en cuenta los criterios vertidos por el profesor en cuanto a la aplicación de esta prueba, queremos concluir señalando que:

1. Los objetivos y contenidos para el desarrollo de la Capacidad Física coordinativa Agilidad, aparecen bien definidos y establecidos en el programa de Educación Física del segundo ciclo de la enseñanza primaria, pero no ofrece al profesor las orientaciones de cómo medir y controlar su rendimiento.
2. Los resultados determinados en la prueba carrera de tacos 4 x 9 metros aplicada en cada período de clase, se notó una mejora en esta Capacidad Física, lo que demuestra la efectividad de esta prueba, como una forma para medir la Agilidad en alumnos de quinto y sexto grado.
3. Los mejores tiempos para esta prueba corresponden a los niños.
4. Los estudiantes de sexto grado de la escuela investigada son más ágiles que de quinto grado.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Castañar, y O. Camerino. *La Educación Física en la enseñanza primaria*. Inde. Barcelona. 1993
2. Fleitas, I y Col. *Teoría y práctica general de la gimnasia*. Ed. Dportes. Ciudad de La Habana. 1996.
3. Hansruedi, H. "Función e importancia de las cualidades coordinativas". Revista *Stadium* .Año 25, N° 148, pp 24-25. 1991
4. Harre, D. *Teoría del entrenamiento deportivo*. Editorial Científico – Técnica. La Habana. 1973
5. Jacob, F. "Función e importancia de las cualidades coordinativas". Revista *Stadium*. Año25, N° 147, pp 36-40. 1991
6. Kosel, A. *Actividades gimnásticas. La coordinación motriz*. Editorial Hispano Europea. Barcelona. 1996
7. Le Boulch, J. *La educación psicomotriz en la educación primaria*. Editorial Paidos. Barcelona. 1987.
8. Le Boulch, J. *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Editorial Paidos. Barcelona. 1969.
9. López, A. *El proceso enseñanza aprendizaje en Educación Física* .Editorial Deportes. Ciudad de La Habana. 2003
10. Manno, R. "La capacidad coordinativa". Revista *Stadium*, N° 111, pp 2-3. 1985
11. Mainel, K. y G. Schnabel, (coordinadores) *Teoría del movimiento. Motricidad deportiva*. Editorial Stadium. Buenos Aires. 1988.
12. Ozolin, N. G. *Sistema contemporáneo del entrenamiento deportivo*. Editorial Científico – Técnica. La Habana. 1983.
13. Rivera, E, C. Trigueros, y J. Torres. *Coordinación y equilibrio. Concepto y actividades para su desarrollo*. Imprenta Rosillos. Granada.1993
14. Ruiz, A. y A. López. *Metodología de la enseñanza de la Educación Física*. tomo I .Editorial Pueblo y Educación. La Habana. 1985.
15. Schnabel, G. (). "El factor técnico coordinativo". *Revista de Educación Física. Renovación de la teoría y la práctica* N°. 27, pp. 26-33. 1989
16. Starosta, W. y P. Hirtz. (). "Periodo sensibili e sviluppo della coordinazione motoria". *Revista di cultura sportiva*. pp. 55-61. 1990. Roma. Sds.
17. Winter, R. (1987). "Las fases sensibles". *Revista di cultura sportiva* # 28, pp. 13-20. Roma.