



---

**Universidad de Valladolid**

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SORIA

Grado en Educación Infantil

TRABAJO FIN DE GRADO

**“LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES EN  
EDUCACIÓN INFANTIL COMO REFUERZO A LA  
EDUCACIÓN CORPORAL DEL AULA”**

Presentado por Elena Zenaida Rangil Andrés

Tutelado por: Ana María Magaz González

Soria, 2018

## **Resumen**

Este trabajo investiga las actividades extraescolares relacionadas con la actividad motriz en la etapa de Educación Infantil como servicio de refuerzo a la educación corporal curricular de los centros escolares. Primeramente se justifica lo oportuno de su oferta para contribuir a la finalidad de la etapa. A continuación analiza las características de estas actividades extracurriculares basándose en un análisis de caso. Y finalmente propone un diseño de programa de educación corporal extraescolar más acorde con la misión de estas actividades, la orientación educativa que deben tener, las características de los niños que cursan dicha etapa, y los principios del desarrollo motor. El estudio de caso tiene lugar en un centro de la localidad de Medinaceli con alumnos de Educación Infantil. Mediante la metodología de estudio de caso, el TFG describe y analiza una realidad concreta e interviene sobre la misma a partir de resultados recogidos mediante la observación directa. Se concluye que, a pesar de la importancia de las actividades extraescolares para aumentar el escaso tiempo dedicado a la educación corporal en horario escolar, serán adecuadas y oportunas siempre y cuando cumplan la premisa de ser educativas y ser diseñadas y revisadas desde el centro educativo.

**Palabras clave:** educación corporal, actividades extraescolares, educación infantil, actividad físico deportiva.

## **Abstract**

This research focuses on the extracurricular activities, related to the motor activity in the stage of early years education as reinforcement to the curricular corporal education of the schools. First of all, its offer is justified in order to contribute to the purpose of the stage. Next, it analyses the characteristics of these types of extracurricular activities based on a case study. And finally, it proposes a design of an extracurricular corporal education program more in line with the mission of these activities, the educational orientation that they should have, the characteristics of the children who attend this stage and the principles of the motor development. This case study takes place at a school in the town of Medinaceli, specifically with pupils in Early Years Education. Using the methodology of the case study, this Project “TFG” describes and analyses a specific reality and takes part on it based on results collected by direct observation. In conclusion, despite the importance of the extracurricular activities

in order to increase the little time dedicated to corporal education in school hours, they will be appropriate provided that they are educational and they are designed and revised within the school.

**Key Works:** corporal education, extracurricular activities, early years education, physical sportive activity.

# ÍNDICE

<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	6
Justificación	6
1.1. Objetivos del TFG	7
1.2. Estructura del trabajo	8
1.3. Relación del TFG con las competencias propias del título	10
<b>II. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA</b>	11
2.1. La educación corporal como fundamento del desarrollo motor	11
2.2. La educación corporal en el currículo de educación infantil	15
2.3. Las actividades extraescolares	16
<b>III. ESTUDIO DE CASO</b>	27
Metodología	27
3.1. Definición del objeto de estudio y propuesta de diseño observacional	27
3.1.1. Planteamiento de las hipótesis a contrastar	28
3.2. Recogida de datos	29
3.2.1. Muestra	29
3.2.2. Instrumentos de medición	29
3.2.3. Datos a recoger	30
3.3. Resultados	31
3.3.1. En cuanto a las actividades	31
3.3.2. En relación con el tiempo	32
3.3.3. En relación con los materiales	32
3.3.4. Atendiendo a los espacios	33
3.3.5. En relación con los agrupamientos	33

3.3.6. En función del tipo de alumnos	34
3.3.7. En cuanto al monitor responsable de la actividad	34
3.4. Análisis de resultados y discusión	34
3.5. Conclusiones	40
<b>IV. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN</b>	42
4.1. Introducción	42
4.2. Formato	42
4.3. Coordinación y programación	45
4.4. Aplicación de la propuesta	46
4.5. Evaluación de la propuesta	46
<b>V. CONCLUSIONES</b>	49
5.1. Conclusiones	49
5.2. Alcance, oportunidades y limitaciones del TFG	50
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	52
<b>VIII. ANEXOS</b>	55

# I. INTRODUCCIÓN

## JUSTIFICACIÓN

Este TFG se centra en el análisis de las actividades extraescolares de actividad motriz que se realizan en los centros educativos como refuerzo a la educación corporal que se lleva a cabo en la jornada escolar.

La educación corporal tiene un papel fundamental en la etapa de Infantil. Entre los 3 y los 6 años se producen cambios fundamentales en el desarrollo y crecimiento de los niños, los cuales serán las bases del dominio corporal y de aprendizajes motrices futuros.

En esta etapa es fundamental adquirir un adecuado desarrollo del esquema corporal, con una afirmación de la lateralidad acertada, una buena organización espacial y temporal y un correcto desarrollo de la coordinación motriz. Asimismo se va desarrollando la capacidad sensitiva y el niño adquiere conocimiento y experiencia sobre el cuidado de su cuerpo y la salud.

Con la educación corporal el niño se inicia en el desarrollo de sus destrezas motrices, afectivas y cognitivas, esenciales para la vida, le permite expresar su espontaneidad, fomentar su creatividad, a la vez que conocerse, respetarse y valorarse no sólo a sí mismo, sino también a los demás.

En otro sentido, la actividad física propia de los niños, el juego motriz, al ser práctica de ejercicio físico, es beneficiosa no sólo para su desarrollo motor sino para su salud, y su orientación lúdica contribuye a la creación de hábitos de realización de actividad física desde edades tempranas.

Está demostrado que los hábitos de comportamiento se adquieren desde pequeños y proponer múltiples y diversas actividades físicas a los niños desde pequeños facilitará su adhesión a la práctica de por vida. Esto es clave ya que no se pueden hacer oídos sordos al sedentarismo, cada vez más habitual en la sociedad. Mientras que el sedentarismo constituye un determinante factor de riesgo para el posterior desarrollo de muchas enfermedades, el llevar una vida físicamente activa produce beneficios para la salud a nivel físico y psicológico. La actividad física ayuda a luchar y combatir enfermedades derivadas del sedentarismo que actualmente poseen un alto nivel de mortalidad, como las enfermedades cardiovasculares (García, 2001).

Pero con el tiempo que se dedica en la escuela al trabajo corporal, es muy difícil conseguir los fines de la educación en relación con el desarrollo motor, la construcción de una imagen de sí mismo positiva, y el aprendizaje y adquisición de hábitos saludables. En la mayoría de los centros de infantil la práctica motriz durante la jornada escolar corresponde a una sesión semanal que en tiempo real, equivale aproximadamente a 45 minutos.

Las políticas educativas actuales no tienen planes de aumentar el tiempo de actividad física en el horario escolar y puesto que este tiempo dedicado a la misma no es suficiente para lograr los fines educativos en el ámbito motor, como alternativa se debe buscar una solución para incrementar la actividad motriz fuera de la jornada escolar.

Una opción es la oferta de actividades extraescolares enfocadas a la actividad física. Esta oferta aprovecha la gran necesidad de movimiento que tienen los niños y la gran inquietud por jugar. Pero no siempre están diseñadas bajo premisas educativas ni supervisadas ni dirigidas por especialistas que garanticen su carácter educativo, para ser así refuerzo a la educación corporal del aula y contribuir de forma conjunta a lograr los fines que propone el currículo en el ámbito motor.

A partir de estas ideas, el TFG tiene como objetivo analizar las actividades extraescolares que llevan a cabo los niños de segundo ciclo de la etapa de Educación Infantil, periodo en el cual se producen importantes cambios y avances tanto a nivel cognitivo como a nivel afectivo y motor. Utiliza la metodología del análisis de caso para explorar, describir y analizar las actividades extraescolares que realizan los alumnos de Educación Infantil del colegio de Medinaceli. Y con la información recopilada realiza una propuesta y marca unas pautas para establecer un proyecto de actividad física para edades tempranas.

## **1.1. OBJETIVOS DEL TFG**

OBJETIVOS
Identificar la importancia de la actividad física para el desarrollo motor en edades tempranas, concretamente la educación corporal.
Mostrar la realidad de la práctica de actividad física en los centros de educación infantil.

Analizar las actividades extraescolares, relacionadas con la actividad física, que realizan los alumnos de educación infantil en la localidad de Medinaceli y estudiar su idoneidad como complemento de la educación corporal y su contribución al desarrollo en Educación Infantil.
--

Diseñar una propuesta de intervención para implementar la oferta existente.
---

## **1.2. ESTRUCTURA DEL TRABAJO**

Para la consecución de los objetivos citados la estructura del trabajo es la siguiente:

En primer lugar, se expone la importancia que tiene el movimiento y la educación corporal en los más pequeños para su desarrollo. Seguidamente se describe el tratamiento de la motricidad a nivel curricular en la comunidad de Castilla y León, y en contraposición se muestra la realidad educativa del tratamiento corporal en las escuelas. A continuación, se presentan las ventajas y los beneficios que aportan las actividades extraescolares a los sujetos que las practican. Así como la semejanza, o no, que este tipo de actividades presentan con la Educación Física que se realiza en el aula. Además, se enumeran algunas de las actividades extraescolares de aprendizaje más recomendadas para el periodo de edad comprendido entre los 3 y los 6 años.

Seguidamente para analizar las actividades que los alumnos de infantil practican en la localidad de Medinaceli durante el tiempo extraescolar se recopilan una serie de datos relacionados con el formato, la orientación y el programa, la coordinación, el horario y la duración: titulación del responsable de la actividad, agrupamientos de los alumnos, sesiones semanales dedicadas, duración de las mismas, tipo e intensidad de las actividades realizadas,... Se observan en la figura 1.



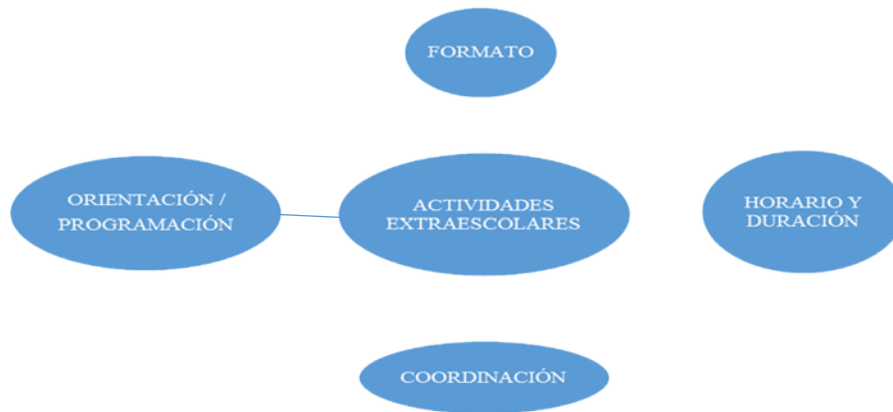


Figura 1. Estructura del análisis de las actividades extraescolares

Esta recopilación permite conocer la situación real, analizar la idoneidad de las mismas de cara a ser un verdadero refuerzo a la educación corporal recibida en el aula y plantear propuestas de intervención.

A partir de ese análisis de la situación y teniendo en cuenta todo lo expuesto anteriormente, se realiza y presenta un proyecto de actividad física con objeto de mejorar la realidad.

Para terminar, se exponen las conclusiones obtenidas de todo el estudio y trabajo llevado a cabo y, como punto final, aparecen las referencias bibliográficas utilizadas a lo largo del TFG.

La estructura del trabajo se observa en la figura 2.

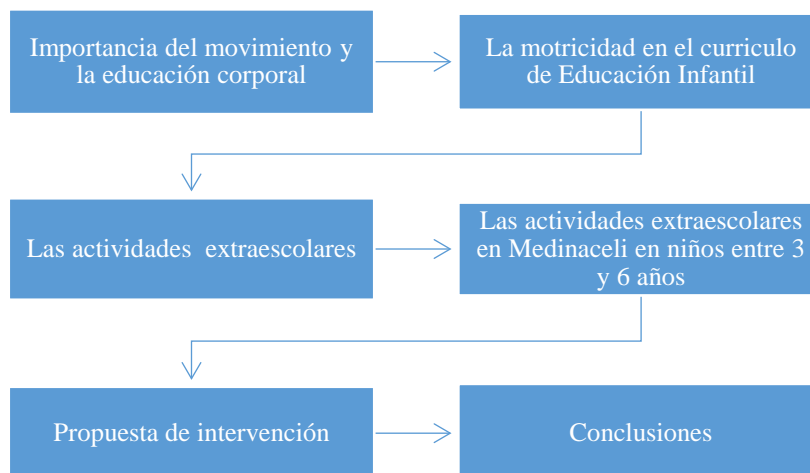


Figura 2. Estructura del trabajo

### 1.3. RELACIÓN DEL TFG CON LAS COMPETENCIAS DEL TÍTULO

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CÓMO LAS ADQUIRIMOS
Comprender las complejas interacciones entre la educación y sus contextos, y las relaciones con otras disciplinas y profesiones.	Mediante la investigación, la recogida de datos y su posterior análisis, sobre el tema objeto de estudio.
Conocer el desarrollo psicomotor y diseñar intervenciones destinadas a su práctica.	A través de la observación de la actividad motriz de los niños, de forma directa. A partir de los datos recopilados y analizados, diseñaremos un proyecto de actividad física como propuesta de mejora.
Valorar la importancia del trabajo en equipo.	Las entrevistas mantenidas con el responsable de las actividades extraescolares y con los propios niños. Además, tendremos en cuenta que la propuesta está orientada al trabajo colaborativo.
Capacidad para comprender que la observación sistemática es un instrumento básico para poder reflexionar sobre la práctica y la realidad, así como contribuir a la innovación y a la mejora en educación infantil.	Asistiendo de manera presencial a varias clases de multideporte.
Capacidad para analizar los datos obtenidos, comprender críticamente la realidad y elaborar un informe de conclusiones.	Analizando la recopilación de datos, identificando factores clave sobre el tema de estudio y elaborando un proyecto de actividad física para edades tempranas.
Ser capaces de elaborar propuestas didácticas que fomenten la percepción y expresión musicales, las habilidades motrices, el dibujo y la creatividad.	Mediante la elaboración de un proyecto de intervención de actividades físicas para los alumnos de infantil de la localidad de Medinaceli.

## II. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### 2.1. LA EDUCACIÓN CORPORAL COMO FUNDAMENTO DEL DESARROLLO MOTOR

Desde la prehistoria, el movimiento es fundamental para satisfacer las necesidades básicas de supervivencia, el deseo de exploración y descubrimiento del entorno, así como el control y equilibrio corporal y la práctica lúdica y de expresión, especialmente en el niño. Es por eso que el movimiento es considerado un elemento fundamental en el desarrollo de las personas, tal como han podido demostrar diversas disciplinas a lo largo de los tiempos.

Revisando la literatura se observa que desde los comienzos de la historia se utiliza el término movimiento para referirse a cualquier acción corporal o psicomotriz. Es a principios del siglo XX cuando aparece una nueva corriente llamada psicomotricidad para referirse a estos contenidos.

Incluso hay autores, como Wallon y Piaget, que en sus primeros estudios utilizan el término movimiento, y posteriormente se introducen dentro de la corriente creada por Dupré (citado en Da Fonseca, 1996) y denominan psicomotricidad a todo lo relacionado con cualquier actividad psicomotriz.

Para H. Wallon, el desarrollo humano se encuentra totalmente unido al movimiento y a la acción, a partir de los cuales se accede al pensamiento. Durante las primeras edades, las vivencias experimentadas con el cuerpo y a través del cuerpo en relación al movimiento y a sus propias interacciones, son esenciales a la hora de construir la personalidad infantil y así, poder adquirir la propia identidad (Wallon, 1969).

Además J. Piaget defiende que el niño realiza los distintos esquemas de pensamiento a partir de la propia actividad del cuerpo, y sostiene que la inteligencia es producto de la conducta motriz de los niños (Piaget, 1975).

Estas dos teorías, pueden ser consideradas como punto de partida para estudiar el desarrollo psicomotor, el cual es concretado en los aspectos perceptivo motores y neuromotores, favoreciendo dicho desarrollo (Antón, 2006).

En 1907 Dupré utiliza el término “psicomotricidad” para exponer las íntimas relaciones existentes entre las anomalías psíquicas y motrices. Los estudios iniciales se realizaron con

personas débiles mentales pero poco a poco, la investigación se amplió desde la infancia hasta la vejez, añadiendo a personas sanas (Da Fonseca, 1996).

Las valoraciones realizadas desde que se empezó a usar el término psicomotricidad o educación psicomotriz han sido numerosas y, aunque cada una de ellas matizadas por sus autores correspondientes, todas coinciden en que, teniendo como punto de partida la vivencia del propio sujeto, la práctica de la misma incide en el desarrollo integral del niño (Encarnació, 2007).

Picq y Vayer (1969), destaca su perspectiva psicopedagógica por llevar a cabo su estudio de psicomotricidad con alumnos con deficiencias psíquicas. La educación psicomotriz tiene como objetivo normalizar o mejorar el comportamiento infantil, usando los medios que la educación física le ofrece.

Ajuriaguerra (1976) y su punto de vista psiquiátrico y reeducativo, defiende que la práctica psicomotriz permite al niño adquirir una percepción y estructuración espacio-temporal de sí mismo y en el mundo de los objetos, mejorando la relación con los demás. Por tanto, el movimiento constituye un medio para hacer evolucionar al niño.

Lapierre y Aucouturier (1977), al igual que los autores citados anteriormente, defienden una perspectiva psicopedagógica y a través de la misma exponen que el ámbito corporal y motriz está completamente conectado con el proceso intelectual. A través del cuerpo y sus acciones, el sujeto se relaciona consigo mismo, con los demás y con los objetos.

Wallon (1980) desde su enfoque psicobiológico, sostiene que el movimiento influye tanto en el desarrollo psíquico como en las relaciones que el niño establece con otras personas. Por lo tanto, la acción motriz es el reflejo de la vida psíquica y la base del desarrollo de la personalidad.

Le Boulch (1983) desde su enfoque neuropsicológico y educativo, defiende “la educación por el movimiento”. La psicomotricidad condiciona los aprendizajes fundamentales preescolares y escolares. Para adquirir unos óptimos aprendizajes, el niño ha de conocer su esquema corporal, adquirir la lateralidad, saber situarse en el espacio, poder orientarse en el tiempo, así como ser capaz de coordinar sus gestos y movimientos, lo cual constituyen los contenidos elementales de cualquier programa de actividad física para escolares.

Piaget (1985) con perspectiva cognitiva, afirma que la actividad motriz está estrechamente relacionada con la actividad psíquica. La acción motriz del niño va a desarrollar la inteligencia durante los primeros años de la infancia. A través de la coordinación entre los propios movimientos y su interacción con el entorno, surge el conocimiento sensorio-motor,

hasta los dos años aproximadamente, para pasar de la acción a la reflexión, pensamiento representativo, entre los dos y los siete años de edad. (Arnaiz, Rabadán y Vives (2001).

Durante los primeros años de vida, la educación del ser humano es psicomotriz puesto que cualquier aprendizaje que se ponga en marcha, se centra en la acción y el movimiento del niño sobre sus propias experiencias, sobre los demás y sobre el medio.

En estas edades, los niños y niñas mediante diferentes técnicas y ejercicios adaptados a su edad se inician en el mundo del juego, desarrollando sus capacidades expresivas, creativas, psíquicas y por supuesto, motrices. Todo ello supone trabajar la coordinación, flexibilidad, orientación, equilibrio, atención, armonía y relajación, además de tratar valores fundamentales que enriquecen la convivencia y cooperación entre personas.

La organización mental del mundo exterior se construye a través del movimiento, por lo tanto, las actividades motrices realizadas en Educación Infantil se orientan a lograr la activación de lo mental y construir el conocimiento de la realidad. Existe un estrecho vínculo entre el desarrollo de las funciones psíquicas y el desarrollo de las funciones relacionadas con la acción y el movimiento. Tanto las conductas motrices como las perceptivo motrices, permiten al niño adquirir destrezas suficientes y esenciales para lograr aprendizajes (Arnaiz et al., 2001).

Todas estas aportaciones pertenecen a la corriente que utiliza el término psicomotricidad o educación psicomotriz para referirse a aquello relacionado con el movimiento. Ahora bien, se va a utilizar el término educación corporal por considerarse que engloba más aspectos como el cuidado corporal, la higiene y la alimentación, aspectos sobre los que se centra la acción pedagógica en estas edades.

Las aportaciones de estos autores se muestran de manera resumida en la Figura 3.

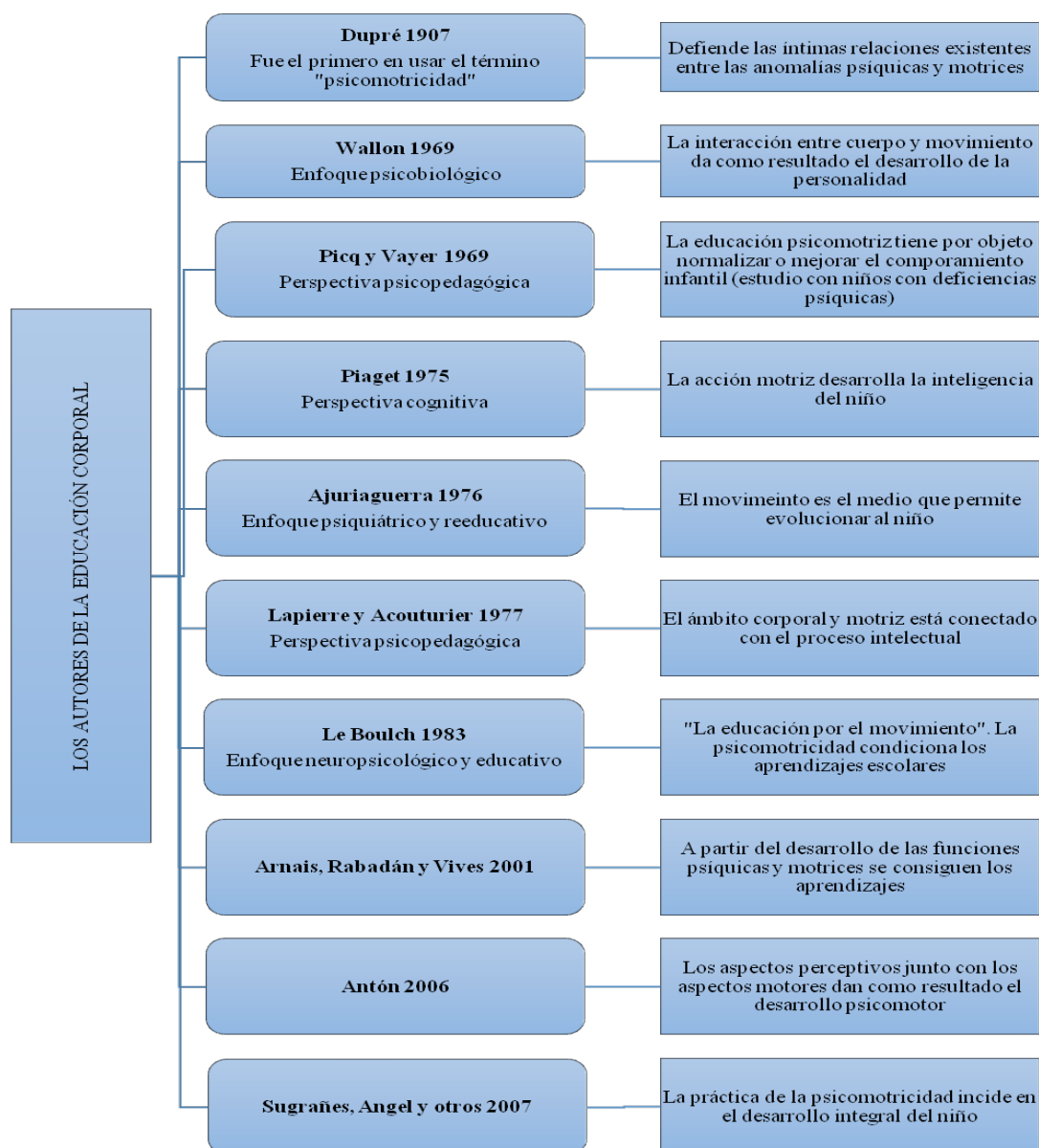


Figura 3. La corriente psicomotriz según distintos autores

La educación corporal se convierte pues en imprescindible tanto por su repercusión en el desarrollo físico y motor del alumnado, como en lo referente al conocimiento de sí mismo y su relación con el entorno inmediato.

Además, influye en las formas de relación y comunicación que se establecen con los demás, en los procesos que estimulan la adquisición de autonomía personal y en lo referente a la adquisición de conocimientos. Por tanto, la práctica psicomotriz o psicomotricidad tiene una importante incidencia a nivel afectivo, psicomotor e intelectual.

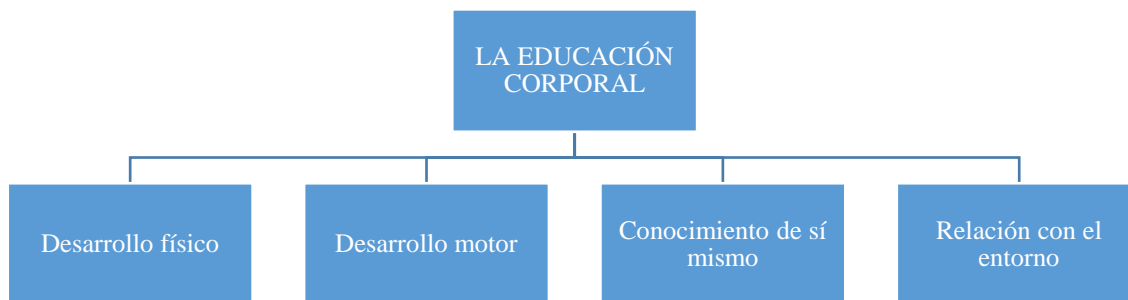


Figura 4. La educación corporal en el desarrollo del niño

## **2.2. LA EDUCACIÓN CORPORAL EN EL CURRÍCULUM DE EDUCACIÓN INFANTIL**

La etapa de Educación Infantil tiene como finalidad, contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños y niñas (D 122/2007, de 27 de diciembre). La Educación en infantil busca, por tanto, desarrollar capacidades que les permitan conocer su propio cuerpo, el de los demás, sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias. Además, les permite relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social y así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos. En esta etapa, la educación pretende desarrollar en el niño habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión, e iniciarlos en habilidades lógico-matemáticas, la lecto-escritura, el movimiento, el gesto y el ritmo. (Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo) Haciendo referencia al carácter global de la etapa, la educación corporal no existe como área específica de tratamiento sino que aparece reflejada en las distintas áreas y contenidos de las mismas: conocimiento de sí mismo y autonomía personal, conocimiento del entorno y lenguajes: comunicación y representación. Ésta tiene como fin ayudar en el desarrollo físico, afectivo, social, intelectual y moral de los niños/as.

A la hora de ponerla en práctica, se tendrán en cuenta y se respetarán las características de los niños/as en relación a su crecimiento y aprendizaje. Además, se partirá de sus conocimientos previos, así como de las necesidades y motivaciones que los alumnos/as

puedan tener, para que se produzca una participación activa de los mismos y se facilite su interacción con los compañeros y con el entorno en el que se encuentran.

Es importante crear un clima de confianza en el que los niños se sientan seguros y capaces de hacer, que les permita afrontar los retos que se les propongan. En todo ello, contribuirá la manera de presentar y desarrollar las actividades. Se harán de forma lúdica y divertida que fomenten la creación de lazos de unión entre los niños y niñas.

Se utilizarán los recursos humanos y materiales más adecuados para la etapa en la que se está trabajando, y la evaluación será global, continua y formativa, mediante la observación directa y sistemática de los alumnos/as.

A pesar de la gran importancia de la motricidad para todos los ámbitos del desarrollo, la norma educativa establece tan solo una hora obligatoria a la semana que, en la mayoría de los casos, se convierte en una sesión de 45 minutos. A ello añadir que dicha sesión está dirigida por un maestro de Educación Infantil que en la mayoría de los casos no se siente preparado para ello, o por el especialista de Educación Física del centro, el cual tampoco ha recibido una formación específica para trabajar con estas edades.

Dada esta realidad, en muchos centros educativos se ofertan actividades extraescolares como refuerzo a la actividad realizada en el aula. ¿Son adecuados, tienen una orientación educativa y complementan a la educación corporal curricular, son suficientes, están dirigidos por personal formado?

### **2.3. LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES**

Se entiende por actividad extraescolar aquellas realizadas fuera de la jornada escolar, pero planificadas dentro de los mismos centros educativos. Se trata de educación no formal.

Para cumplir la función de educativa, las actividades extraescolares deberán reunir las siguientes características:

- De acuerdo al Proyecto Educativo.
- De acuerdo con el Proyecto Curricular del Centro en el que se desarrollen.
- Dentro de la Programación General Anual.
- Aprobadas por el Consejo Escolar.



A la hora de especificar las actividades en los distintos documentos, se deben definir los responsables de dichas actividades, los horarios en los que se llevarán a cabo, las instalaciones y materiales utilizados.

Será el Consejo Escolar el encargado de aprobar y supervisar la actividad, así como asumir su responsabilidad, siendo el director el máximo comprometido al cumplir la función de presidente dentro del mismo consejo.

Es fundamental que desde el centro educativo se supervise la orientación educativa de cada actividad y aparezcan delimitados sus objetivos y su planificación. De la misma manera, es imprescindible que la persona encargada de impartir estas actividades extraescolares, sea aquella que posea una titulación apropiada para desarrollar dicha tarea.

Los objetivos de las actividades extraescolares se muestran a continuación:

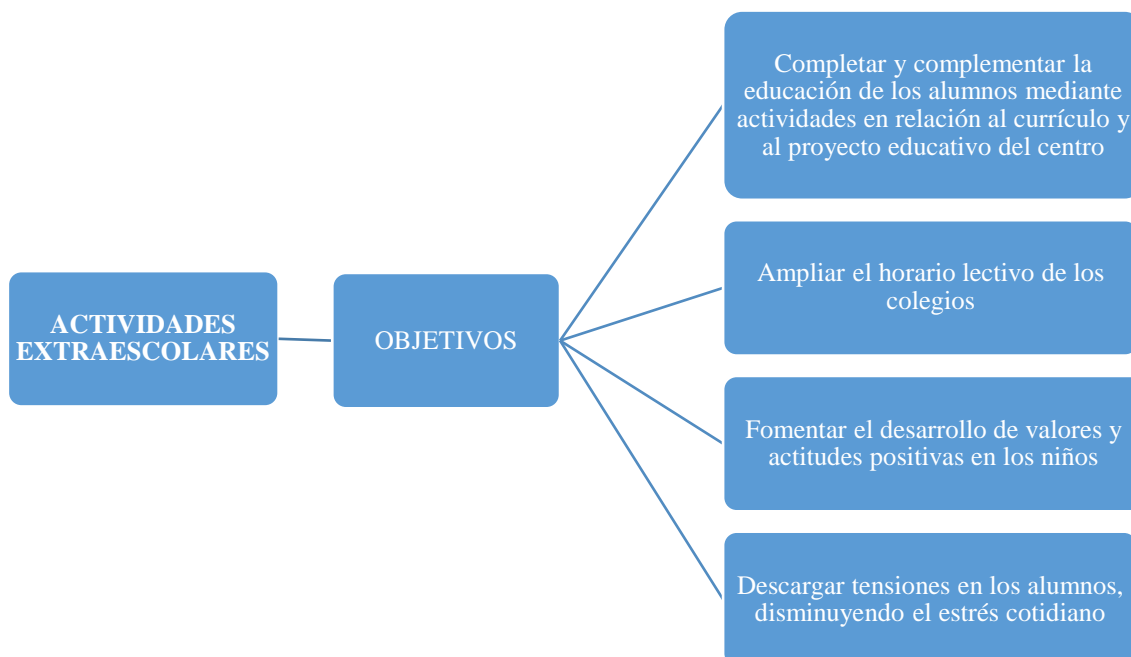


Figura 5. Objetivos de las actividades extraescolares (adaptado de Santi Martínez, 2018)

A pesar de las muchas horas que los niños/as pasan en los colegios, en ocasiones, en determinados ámbitos la formación proporcionada es escasa, como ocurre en el campo de la

actividad motriz. Por ello, la jornada extraescolar da la oportunidad de seguir formando y educando a los niños/as, a la vez que se divierten y desarrollan capacidades fundamentales. Es importante que las actividades extraescolares posean carácter educativo y estén totalmente coordinadas con la programación de la educación corporal que se dé en el aula, para que la práctica conjunta contribuya de manera coherente al desarrollo de la formación integral del niño.

El deporte y todo lo relacionado con él, se ha convertido en una de las actividades más demandadas fuera del horario escolar. Esta favorable predisposición que muestran los niños/as hacia el mismo, lo convierte en elemento básico que aporta importantes beneficios a nivel social, físico y psicológico. Si además, la práctica es realizada de manera estructurada e impartida por profesionales de la materia, los beneficios se multiplican positivamente.

Algunos de ellos se observan en la figura 6.

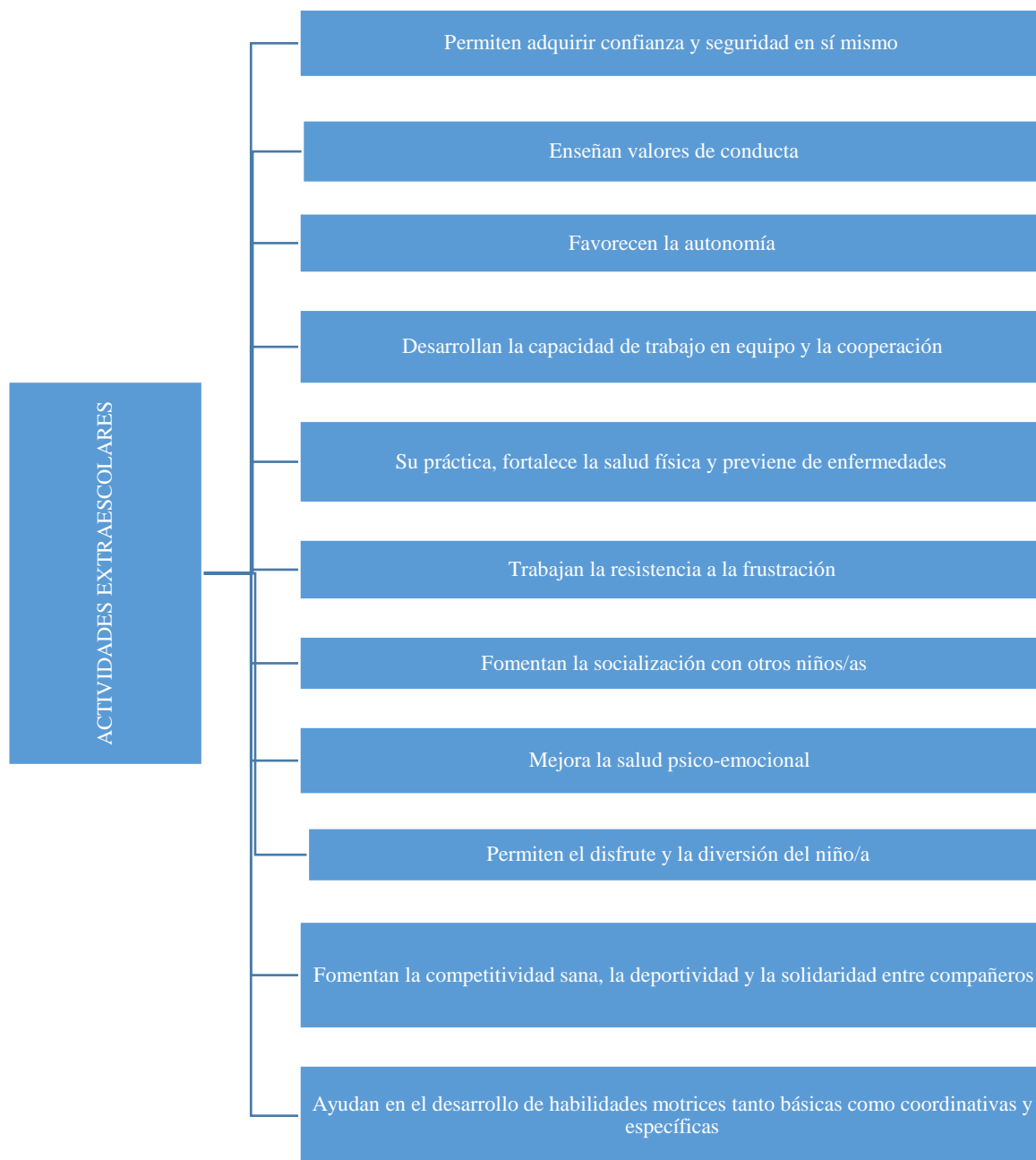


Figura 6. Beneficios de las actividades extraescolares (Alventus, 2013)

Tanto la educación corporal que se imparte en la escuela como las actividades extraescolares relacionadas con el ámbito motor, ofrecen las siguientes ventajas que se deben tener en cuenta (Santos, 2018):

- ✓ Es el medio ideal donde se pueden transmitir hábitos y conocimientos para que practiquen actividades físicas y deportes de forma regular y lo prolonguen a lo largo de sus vidas.
- ✓ Contribuye de manera notable, al desarrollo integral físico y mental del ser humano.
- ✓ Hasta el momento, es el único ámbito que trabaja el cuerpo, la actividad, el desarrollo físico y la salud.
- ✓ Crea hábitos en el niño para cuidar su salud, puesto que realizando ejercicio físico se previenen enfermedades.
- ✓ Ayuda a respetar el propio cuerpo y el de los demás.
- ✓ Promueve la sociabilidad, la colaboración y el compañerismo.
- ✓ La práctica de actividad física mejora el estado de ánimo, aumenta la autoestima y crea un bienestar psicológico, disminuyendo el riesgo de padecer estrés, ansiedad y depresión.
- ✓ Ayuda favorablemente a la maduración del sistema nervioso motor.
- ✓ Aumenta las destrezas motrices.
- ✓ Y mejora el rendimiento escolar.

Tabla 1. Ventajas de las actividades extraescolares (Santos, 2018)

Además, el tratamiento de lo corporal en Educación Infantil sea escolar o extraescolarmente otorga unos conocimientos y beneficios que a continuación se describen, y que serán de gran importancia en etapas posteriores y a lo largo de la vida.

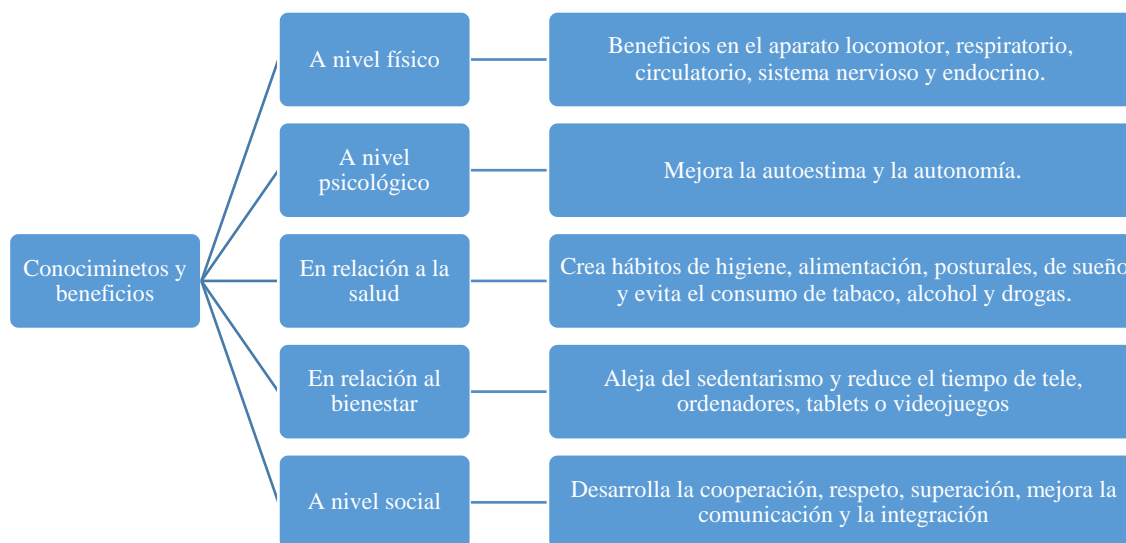


Figura 7. Conocimientos y beneficios del tratamiento corporal en edades tempranas (adaptado de González, 2014)

En este apartado, no hay que olvidar que le toca asumir al maestro el papel de eliminar algunos valores negativos que también se pueden generar desde la actividad físico-deportiva como la rivalidad, el egocentrismo y el individualismo.

Para los más pequeños, las actividades más adecuadas son las aeróbicas puesto que les permite desarrollar su coordinación, equilibrio, elasticidad y ritmo. Diariamente deberán realizar ejercicio físico mediante desplazamientos, juegos, actividades recreativas y programadas, tanto dentro de la escuela, en sesiones de psicomotricidad especialmente, como fuera de ella, a través de clubes u otras actividades extraescolares. Los periodos diarios ideales serán de 60 minutos en varias sesiones a lo largo de la jornada.

Como se puede observar, la práctica de actividades físicas y/o deportivas, no sólo ayuda a que los niños desgasten energía, se entretengan de manera lúdica y mejoren su salud. El deporte transmite valores como el compañerismo y el respeto a unas normas, ambos fundamentales en el desarrollo social y moral del niño/a.

A través de las normas, las cuales son admitidas por todos/as, aprenden a aceptar que, antes de los intereses propios, van aquellos en beneficio del grupo. Por lo tanto, ese respeto a las reglas fomenta y mejora la convivencia entre los miembros del grupo, así como la práctica de juego limpio.

Existe una amplia variedad de actividades extraescolares de aprendizaje para los niños/as entre 3 y 6 años. Entre las más recomendadas, Esteban (2015) destaca las acuáticas, la gimnasia, las artístico-expresivas, las actividades de oposición, y los juegos con balón.

<b>ACTIVIDADES</b>	<b>CARACTERÍSTICAS</b>
Acuáticas	Es una de las actividades físicas más completas. Permite mejorar las capacidades cardio-respiratorias y la coordinación muscular, desarrollando sus capacidades sensoriales y psicomotrices, lo cual provoca una mayor fortaleza muscular y como consecuencia, una mayor autonomía personal.
Gimnasia	Mejora la percepción sensorial, el control corporal, desarrolla la flexibilidad y favorece la concentración y el desarrollo muscular.
De oposición	Permiten descargar energía, desarrollan capacidades físicas y psíquicas y crean vínculos afectivos con los demás.
Artístico-expresivas	Aportan armonía, equilibrio, ritmo, coordinación, flexibilidad y concentración mental.
Juegos con balón	Desarrollan la motricidad en general aportando coordinación óculo manual y/o óculo pédica.

Tabla 2. Actividades más recomendadas (adaptado de Esteban, 2015)

Además de las prácticas enumeradas, se pueden proponer otras actividades según la edad que posea el niño. A los 3 años; bailar, correr, ir en bicicleta con o sin ruedines, caminar, jugar con la pelota. Desde los 4 a los 6 años; ir en bicicleta, ir con patines, juegos de puntería, caminar por la montaña, saltar a la comba.

Todo ello, favorece un desarrollo integral del pequeño aportándole unos beneficios físicos, psicológicos y sociales.



Figura 8. Importancia de las actividades acuáticas

La mayor parte de los niños poseen una energía insatisfecha pero cada niño/a es diferente al resto y por lo tanto, la elección de la actividad extraescolar a practicar ha de ser coherente con el modo de ser del propio niño. No se puede obligar a ningún niño a practicar una determinada actividad extraescolar porque el resto de niños la practique o porque les guste al padre o la madre. De ser así, se caería en un grave error que provocaría que el alumno llegase a detestar dicha actividad (Arco Iris, 2014).

Igual de importante es practicar este tipo de actividades a las que nos estamos refiriendo, como respetar el tiempo de convivencia que se tiene dentro de cada familia. Para evitar acotar la creatividad del niño, agotarlo y/o estresarlo, se debe pedir la opinión del niño sobre qué desea hacer en su tiempo libre o de ocio. Los niños, a pesar de ser pequeños, son personas, cada uno de ellos diferente, con personalidad propia.

De manera general, se debe proponer una actividad o un deporte para todos, puesto que la educación pretende lograr la integración de todos y cada uno de los ámbitos educativos. Por ello, se deben adaptar los objetivos, los contenidos y la metodología a esta manera de percibir las actividades extraescolares físicas y motoras.

La competición puede estar presente, como rasgo propio de la práctica del deporte y del juego, y como recurso para aprender determinados valores como el esfuerzo por superarse (competición contra uno mismo), por superar a los demás de forma limpia, de respeto por las diferencias, etc. Esto implica, además, aprender que cada niño puede ser bueno para una actividad o manifestación, haciendo que la competición, sea un elemento de formación, no de marginación o exclusión para los “menos” o “no tan” buenos en alguna representación lúdico deportiva. Entendamos el rendimiento como una mejora en los aprendizajes de los niños y niñas en consonancia con su edad y sus propias características (López, 2000-2002).

Otro aspecto importante a tener en cuenta es el tiempo que un niño debe realizar actividad física semanalmente. Observando la pirámide de actividad física para niños podemos saber cuánta actividad física es la recomendable para los mismos (Aznar, 2006).

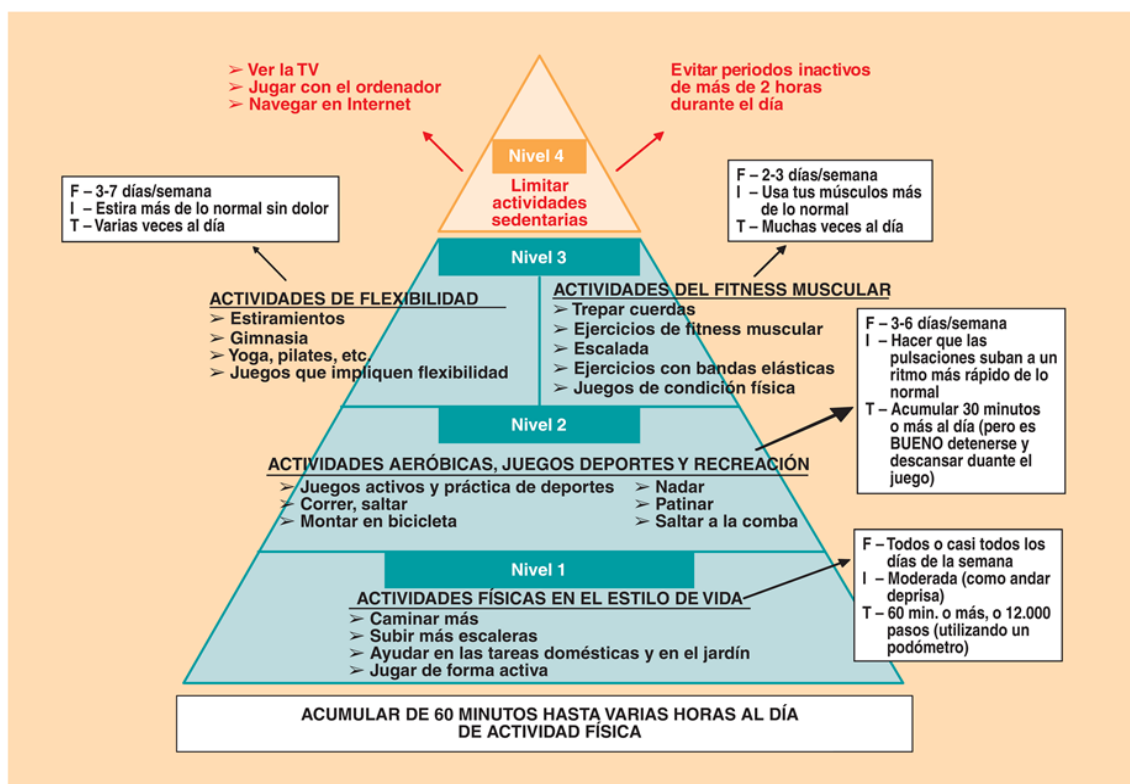


Figura 9. La Pirámide de Actividad Física infantil. (Aznar, 2006)

En relación con el material, este debe tener ciertas características para introducirlo como recurso educativo, seguro y estimulante.



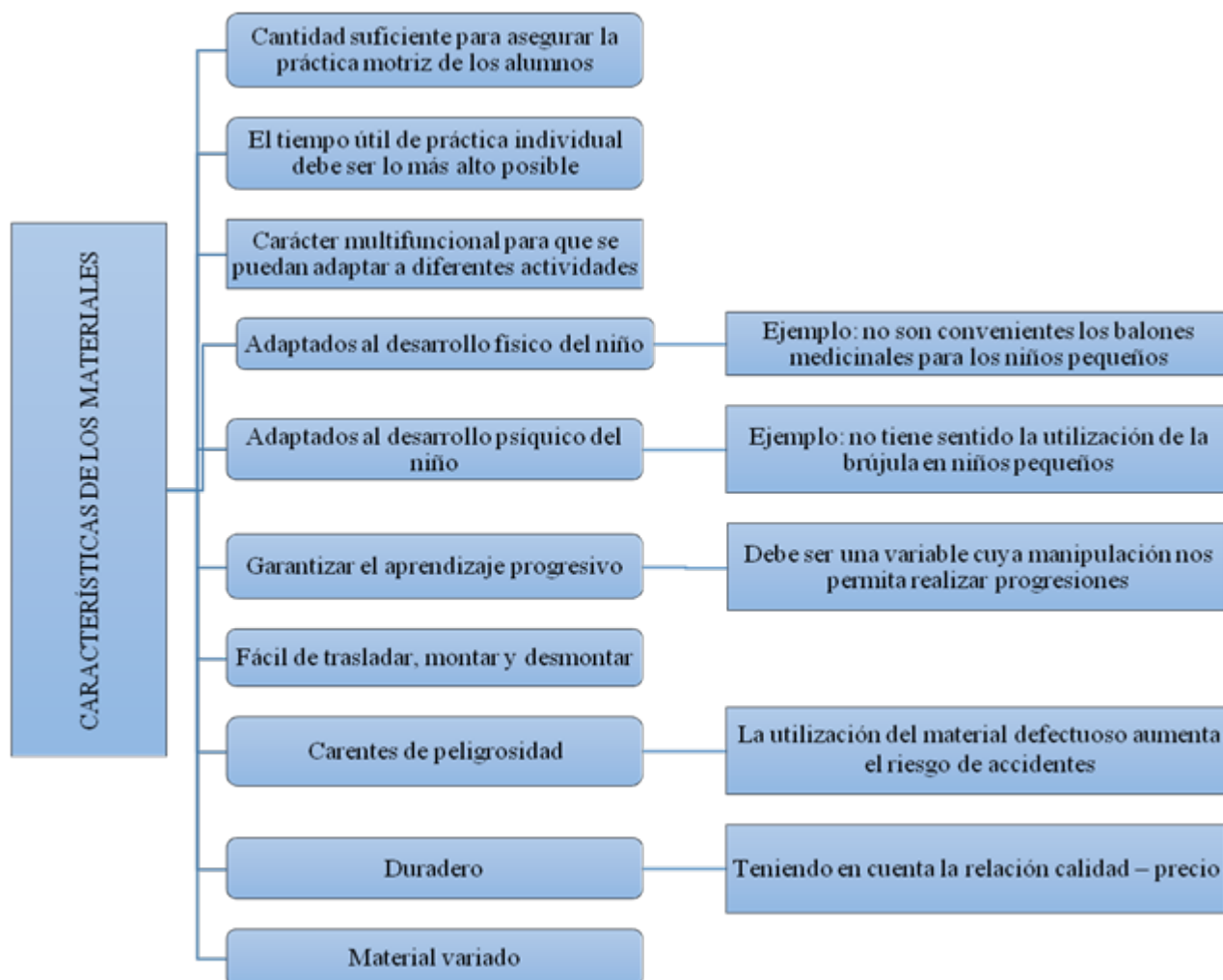


Figura 10. Características del material (adaptado de Rivadeneyra, 2001)

Para asegurar que las actividades extraescolares sean educativas, debería romperse la barrera que existe actualmente entre la Educación Física del centro y la actividad física practicada fuera del horario lectivo. Pérez (2010), piensa que el origen de este problema está en que la implicación de los maestros en este ámbito es opcional y voluntaria. La implantación de la jornada continua podría suponer un factor determinante para fomentar el deporte y la actividad física escolar, debido a que los maestros están obligados a ofertar y organizar talleres o actividades extraescolares. Pero este motivo ni es suficiente, ni asegura la realización de este tipo de actividades, ya que cada maestro puede elegir el contenido del taller que le parezca más oportuno.

Tal y como expone Pérez, (2010):

Hay que promover iniciativas encaminadas a buscar formas de contraprestación o incentivación del profesorado que se ocupe del deporte escolar de su centro, en forma de recompensas económicas, de reducción del horario lectivo o de reconocimiento formativo y profesional que les resulten útiles para su promoción docente. (p. 26)

Esto ya lo están haciendo otras Comunidades Autónomas como Madrid, Murcia o Castilla La Mancha.

A priori, en Castilla y León, es una posibilidad que tendría cabida pero muy a largo plazo. La solución más inmediata es la basada en la voluntariedad y profesionalidad de los maestros, lo cual es algo complicado de conseguir en la mayoría de los casos.

De cualquier forma, está claro que el deporte y la actividad física escolar debe estar vinculado a la escuela tanto en relación a las actividades desarrolladas, como a los propios fines de estas, los aspectos organizativos y los recursos, humanos y materiales.

# III. ESTUDIO DE CASO

## METODOLOGÍA

La metodología elegida para la consecución de los objetivos del trabajo y realizar el estudio de casos ha sido una “metodología observacional”.

La metodología observacional implica pasar por las siguientes etapas (Anguera, 1990):

- Definición del objeto de estudio y propuesta del diseño observacional.
- Recogida y optimización de datos.
- Análisis de datos.
- Interpretación de los resultados.

Es la única metodología que admite que la recogida de datos se realice directamente de los propios protagonistas, a partir de la captación inmediata de la información, tanto visual como auditiva.

### 3.1. DEFINICIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO Y PROPUESTA DE DISEÑO OBSERVACIONAL

La elaboración de este Trabajo Fin de Grado es el resultado del acuerdo tomado entre la tutora y la autora del mismo. Su desarrollo, ha sido revisado y dirigido de manera periódica en las reuniones de tutoría.

En la primera tutoría, definimos el tema objeto de estudio. Debido a mi profesión actual como maestra de Educación Física en el CRA El Jalón, la tutora me fue formulando preguntas sobre mi día a día en el colegio y, a partir de ahí, tomamos la decisión de investigar las actividades extraescolares que se realizan en la localidad de Medinaceli con los alumnos/as de educación infantil, mediante un análisis de caso para, una vez conocida y analizada esa realidad, proponer un proyecto de actividad física para edades tempranas como propuesta de mejora, para compensar las posibles debilidades que puedan existir.

Con el estudio de casos se da a conocer la situación real de una determinada actividad (actividades extraescolares de *multideporte*) en un contexto concreto (localidad de Medinaceli), mediante la recogida y análisis de los datos. El proceso se ha centrado en tratar de dar respuesta a las hipótesis a contrastar propuestas en el trabajo.

### **3.1.1. Planteamiento de las hipótesis a contrastar**

- En cuanto a las **actividades**:
  - El programa de actividad física seguido trabaja las tres áreas de educación infantil de forma globalizada.
  - Sus contenidos se adecúan al logro de la consecución de los objetivos de Educación Infantil.
  - Las actividades planteadas son educativas, variadas e integradoras.
  - La periodicidad semanal de la actividad es suficiente.
  - El tiempo de duración de cada sesión es adecuado.
  - Las horas a las que se imparten las actividades son aconsejables.
  
- En relación con los **materiales**:
  - Se poseen suficientes para la realización de las actividades.
  - Son adecuados para los alumnos y para las propuestas.
  
- Atendiendo a los **espacios**:
  - Son idóneos a las actividades en cuanto a iluminación, temperatura, textura, altura, amplitud,...
  
- En relación con los **agrupamientos**:
  - Son adecuados en relación al número de alumnos.
  - Son coherentes atendiendo al nivel motriz de los niños.
  
- En función del **tipo de alumnos**:
  - Asisten a las actividades los de mayor destreza motriz.
  - Son los propios alumnos los que eligen ir a las actividades.
  - Asisten a las actividades porque lo “mandan” sus papás.

- En cuanto al **monitor** responsable de la actividad:
  - Posee una formación adecuada.
  - Existe coordinación en cuanto a la planificación de las actividades entre el monitor responsable y el maestro/a de Educación Física.

## **3.2. RECOGIDA DE DATOS**

Para la recogida de datos he utilizado dos tipos de fuentes:

- Fuentes primarias o directas: he realizado algunas entrevistas, de manera formal al monitor de las actividades extraescolares y de forma informal a los alumnos implicados en las mismas. Además he asistido al desarrollo de varias clases de dichas actividades.
- Fuentes secundarias o indirectas: también he consultado libros, artículos de prensa, páginas web,...

Con esta metodología he realizado un estudio de casos mediante la recogida y análisis de los datos.

### **3.2.1. Muestra**

El estudio se lleva a cabo en la localidad de Medinaceli (Soria), población de 744 habitantes con un único colegio de educación infantil y primaria, que pertenece al CRA El Jalón, con cabecera en Arcos de Jalón de la provincia de Soria.

Los sujetos de estudio son 12 niños y niñas de 3 a 6 años de edad que participan en la actividad extraescolar “*multideporte*”, durante el curso escolar 2017/2018 de la localidad de Medinaceli del CRA el Jalón.

La investigación se realiza sobre un número reducido de niños/as, durante un tiempo limitado, unos espacios específicos y unos materiales determinados.

### **3.2.2. Instrumentos de medición**

El principal instrumento de medición que se ha tomado como referencia en la recopilación de datos, ha sido la observación descriptiva y directa de la práctica de las actividades por parte del investigador.

También han sido valiosas para el desarrollo del trabajo las entrevistas realizadas, tanto al monitor deportivo como a los propios niños protagonistas de las actividades analizadas, puesto que nos han aportados datos reales y concretos sobre el tema objeto de estudio.

### 3.2.3. Datos a recoger

Teniendo en cuenta el objetivo del trabajo y la fundamentación teórica sobre la que se apoya el mismo, se han recogido 7 categorías de datos.

<b>CATEGORÍAS</b>	<b>CRITERIOS</b>
<b>Actividades</b>	Naturaleza de las actividades
	El programa de actividad física desarrollado
	Objetivo de la actividad
	Relación entre los contenidos y los objetivos de Educación Infantil.
	Variedad de actividades ofertadas
	Amplitud de la oferta de actividades
<b>Tiempo</b>	Periodicidad semanal
	Duración de cada sesión
	Horario de las actividades
<b>Materiales</b>	Suficientes
	Adecuados a los alumnos
	Adecuados a las propuestas
<b>Espacios e instalaciones</b>	Iluminación
	Temperatura
	Textura

	Altura
	Amplitud
<b>Agrupamientos</b>	Número de alumnos
	Nivel motriz de los niños.
<b>Tipo de alumnos</b>	Según la destreza motriz
	Asistencia voluntaria o forzosa
<b>Monitor responsable</b>	Titulación o formación
	Existe coordinación con el maestro/a de Educación Física.

Tabla 3. Categoría y criterios a recoger

Los datos han sido recogidos a través de una entrevista realizada al monitor de la actividad en un momento puntal al iniciar el estudio de casos en el mes de febrero, en otra entrevista grupal realizada durante una sesión de psicomotricidad en el mismo mes de febrero, y mediante la observación directa de varias clases de *multideporte*.

Fueron observadas cuatro sesiones completas del grupo de infantil y otras cuatro sesiones completas del grupo de prebenjamines. Dos de cada una de ellas fueron observadas en el mes de febrero (una en martes y otra en jueves) y las otras dos sesiones de cada grupo fueron observadas en el mes de marzo (en martes y jueves al igual que ocurrió en el mes anterior).

### 3.3. RESULTADOS

#### 3.3.1. En cuanto a las actividades:

CATEGORÍAS	CRITERIOS	RESULTADOS
<b>Actividades</b>	Naturaleza de las actividades	Extraescolar, voluntaria
	El programa de actividad física desarrollado	Multideporte

	Objetivo de la actividad	Divertirse y moverse un poco
	Relación entre los contenidos y los objetivos de Educación Infantil.	Inexistente. Las actividades desarrolladas no están dentro de ninguna planificación ni programación específica, por lo tanto, no hay relación directa con el currículo escolar. Las actividades ni son planteadas, ni revisadas por el propio centro educativo.
	Variedad de actividades ofertadas	Infantil: calentamientos, juegos motores, alguna ocasión fútbol o lo que ellos elijan Prebenjamines: juegos pre-deportivos o distintos deportes
	Amplitud de la oferta de actividades	A todo el alumnado del colegio.

### 3.3.2. En relación con el tiempo:

CATEGORÍAS	CRITERIOS	RESULTADOS
<b>Tiempo</b>	Periodicidad semanal	Infantil: 2 veces a la semana Prebenjamines: 3 veces a la semana
	Duración de cada sesión	Una hora
	Horario de las actividades	Infantil: de 18:00 a 19:00 horas Prebenjamines: de 19:00 a 20:00 horas

### 3.3.3. En relación con los materiales:

CATEGORÍAS	CRITERIOS	RESULTADOS
<b>Materiales</b>	Suficientes	No son suficientes
	Estado	Bastante deteriorados



	Adecuados a los alumnos	Si
	Adecuados a las propuestas	Si

### 3.3.4. Atendiendo a los espacios:

CATEGORÍAS	CRITERIOS	RESULTADOS
<b>Espacios</b>	Tipo	Gimnasio
	Temperatura	Ideal para las actividades
	Textura	Adecuada: de lona y antideslizante
	Iluminación	Luz natural: muy escasa; luz artificial: insuficiente
	Altura del gimnasio	Para infantil es adecuada. Para prebenjamines es un poco bajo.
	Amplitud	Óptima para el número de alumnos y las actividades
	Otros elementos	Hay radiadores metálicos que no están protegidos

En alguna ocasión utilizan el patio del colegio, el cual tiene el suelo de hormigón y muchas irregularidades.

### 3.3.5. En relación con los agrupamientos:

CATEGORÍAS	CRITERIOS	RESULTADOS
<b>Agrupamientos</b>	Número de alumnos	Los 12 alumnos de infantil
	Por categorías de edad	Se agrupan por categorías de edad
	Por la destreza motriz	2 niños de 5 años pertenecen al grupo prebenjamín
	Distribución	Grupo 1: 3 y 4 años y 2 alumnos de 5 Grupo 2: 2 alumnos de 5 años + prebenjamines y benjamines

	Adecuados a las propuestas	Si
--	----------------------------	----

### 3.3.6. En función del tipo de alumnos:

CATEGORÍAS	CRITERIOS	RESULTADOS
<b>Tipo de alumnos</b>	Amplitud de la oferta	A todo el alumnado del centro
	Asistencia a la actividad	De forma voluntaria excepto dos alumnos que lo deciden sus padres
	Nivel de destreza motriz	Dentro de los parámetros considerados adecuados a cada edad, excepto dos alumnos de 5 años que poseen destreza semejante a 1º de primaria

### 3.3.7. En cuanto al monitor responsable de la actividad:

CATEGORÍAS	CRITERIOS	RESULTADOS
<b>Monitor responsable de la actividad</b>	Titulación	Monitor deportivo
	Coordinación con el maestro de EF	Inexistente

## 3.4. ANÁLISIS DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Analizando los resultados en relación con las actividades, el tiempo, el material, los espacios, los agrupamientos, el tipo de alumnado y el monitor responsable, me hago consciente de la simpleza del proceso debido a que la realidad estudiada es así de limitada.

- ✓ La planificación de la propuesta no posee ningún programa curricular que la guíe y por lo tanto, las actividades no están enfocadas a completar o complementar el currículo

escolar. Es evidente la inexistencia de coordinación entre el monitor responsable de las actividades extraescolares y el maestro de Educación Física del centro.

- ✓ A pesar de que asisten a las actividades extraescolares todos los niños y niñas de educación infantil del colegio, el número de niños por edades es muy pequeño. Tan solo hay cuatro niños de cada edad (4 niños de 3 años, 4 de 4 años y 4 de 5 años).
- ✓ Las actividades desarrolladas no pertenecen a las consideradas como más recomendadas para las edades a las que nos referimos y tampoco es posible la práctica de actividades acuáticas por la ausencia de piscina climatizada en la localidad de Medinaceli.
- ✓ El material, tampoco es el más adecuado; además de ser escaso, está bastante deteriorado, por lo que en muchas ocasiones, las propuestas están condicionadas al mismo. En la actualidad, no cuentan con ninguna dotación ni subvención que le ayude a paliar esta realidad.
- ✓ Sin embargo, cuentan con un espacio adecuado y adaptado a las características del alumnado y las actividades. El gimnasio es bastante apropiado y, si bien el suelo del patio resulta algo peligroso por sus irregularidades y dureza para realizar las actividades al aire libre, se tiene la posibilidad de utilizar el parque cercano al colegio.
- ✓ Existe gran motivación por parte de los niños hacia estas actividades y en consecuencia, dichas actividades generan interés hacia la práctica de cualquier tipo de actividad física.
- ✓ El hecho de que los niños estén mezclados en grupos de diferentes edades, permite una mayor socialización e interacción entre el alumnado.
- ✓ El horario utilizado para el desarrollo de las actividades es bastante adecuado; ni es demasiado pronto como para interrumpir la digestión de la comida, ni es demasiado tarde, por lo que los niños se encuentran en un momento de rendimiento óptimo.
- ✓ La titulación de monitor deportivo que posee el responsable del programa, es totalmente adecuada.

A pesar de esta acotada realidad y a partir de estos datos recogidos tras la observación, se identifica unas debilidades y fortalezas de estas actividades extraescolares ofertadas en la localidad de Medinaceli para el alumnado de Educación Infantil, así como unos puntos fuertes y otros débiles. Se recogen en el siguiente gráfico.



Figura 11. Debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades.

- ✓ La oferta realizada es totalmente correcta. Abarca a todo el alumnado sin excepción, algo que es primordial porque, como venimos diciendo, es fundamental desde edades tempranas realizar actividades relacionadas con la educación corporal debido a que son básicas para alcanzar un desarrollo integral del niño.
- ✓ Sin embargo, el planteamiento de las actividades no es el más correcto puesto que, para cumplir el objetivo de ser educativas, deberían seguir un programa específico de actividad física y deportiva. Los contenidos de este programa deberían asegurar el

trabajo globalizado de las tres áreas que componen el currículo escolar para Educación Infantil; conocimiento de sí mismo y autonomía personal, conocimiento del entorno y lenguajes: comunicación y representación. Además, a través de su práctica los alumnos deberían tener la posibilidad de alcanzar los objetivos curriculares.

- ✓ Como hemos podido observar, las actividades realizadas distan mucho de aquellas más recomendadas para edades tempranas vistas en apartados anteriores. Se debería cambiar el tipo de actividades eligiendo entre aquellas que desarrollaran las habilidades motrices básicas y el control corporal principalmente.
- ✓ Es fundamental enseñar a los niños la importancia que tiene el calentamiento, pues es necesario para una práctica segura y deben acostumbrarse a realizarlo. Debido a su importancia evitaremos caer en la monotonía de su práctica y por ello, será recomendable realizarlo a través de formas jugadas. Ejemplo: desplazamientos variados mediante imitación de animales y personajes.
- ✓ Las actividades posteriores, deberán estar bien estructuradas y planificadas de forma que cumplan los objetivos básicos de cualquier programación de educación física y adaptada a los contenidos propios de la educación corporal infantil. Algunas actividades recomendadas para las edades a las que nos estamos refiriendo y que podrían plantearse dentro de la actividad extraescolar son la gimnasia, las actividades de oposición, los juegos con balón, las actividades artístico-expresivas y, de manera especial destacaría las actividades acuáticas.
- ✓ El problema de esta propuesta de actividades acuáticas lo encontramos al ser imposible su práctica en el contexto donde nos encontramos. La localidad de Medinaceli carece de piscina climatizada. La más próxima se encuentra a 49 kilómetros de distancia.
- ✓ En las edades a las que nos referimos, asisten la totalidad del alumnado con independencia de la habilidad motriz que cada uno posee. Por lo que se trata de una actividad inclusiva. Las actividades realizadas por el grupo de los pre-benjamín, en el que hay dos alumnos de 5 años, tampoco son las más aconsejables para esa franja de edad y, menos aún, para esos alumnos de infantil. Tal como pudimos observar, apenas

participaban en la dinámica de la clase. Pasean de un lado al otro del espacio, sin involucrarse en la propia actividad.

- ✓ Quizá las habilidades motrices de estos dos alumnos son superiores en comparación con los otros niños de infantil, pero aun así, distan bastante de las habilidades de los alumnos de primaria. Puede que estén en un nivel similar a los alumnos de 1º de primaria, pero no de 2º, 3º y 4º, que también forman parte del grupo de pre-benjamines y benjamines.
- ✓ Los alumnos de Educación Infantil realizan semanalmente 2 o 3 horas de actividad física extraescolar. Para poder valorar si este tiempo es suficiente o deberían ofertarse las actividades más veces a la semana, sería necesario conocer qué otras actividades de este tipo realizan los alumnos a parte de las citadas, en caso de que así sea.
- ✓ En relación con el horario recomendado para la práctica de estas actividades, no aparecen datos que antepongan unas horas del día ante otras. En principio, de 18:00 a 19:00 horas de la tarde, parece que puede ser un buen horario, sin embargo, de 19:00 a 20:00 horas para alumnos de 5 años, quizás sea algo tardío si tenemos en cuenta la gran cantidad de energía que a esas horas ya han consumido durante todo el día.
- ✓ Fijándonos en los materiales de los que se disponen para las actividades extraescolares objeto de estudio, prácticamente no cumplen ninguna de las características de las propuestas por Rivadeneira que veíamos en el marco teórico de este trabajo. La disponibilidad de material variado y adecuado, de algún modo condiciona la variedad de propuestas en cada sesión.
- ✓ En relación con el espacio del que se dispone, el lugar más aconsejable para la práctica de educación corporal por parte de los más pequeños es el gimnasio. El suelo es totalmente adecuado y la altura del techo no repercute en la práctica de actividad física en infantil. Se deberían cubrir los radiadores con material acolchado para evitar accidentes y, aunque lo ideal sería contar con una buena dotación de luz natural, debido al lugar en el que se encuentra el gimnasio es imposible por lo que se deberán instalar potentes focos artificiales que den luminosidad a dicho lugar.

- ✓ No se debe olvidar la importancia que tienen las actividades al aire libre para los más pequeños puesto que aumentan su creatividad y fomenta su autonomía. Si bien, el patio del que se dispone en la localidad de Medinaceli no es muy adecuado, debido a que es duro y peligroso, se deberá buscar otro lugar cercano donde realizar actividades físicas con los niños de infantil. Un sitio apropiado podría ser la zona del parque cubierta de hierba que es extensa, bastante plana y con zonas de sol y sombra.
- ✓ La mayor parte de la muestra afirma que son ellos quienes eligen asistir a estas actividades extraescolares. Tan solo una minoría declara que van por mandato de sus progenitores. De la misma manera que es fundamental el desarrollo de la práctica motriz desde edades tempranas, lo es que estas actividades sean realizadas de forma voluntaria. Imponer a cualquier sujeto de tan corta edad a realizar cualquier tipo de actividad, solo provocaría caer en un error y, en lugar de despertar el gusto por la práctica de actividad motriz, provocar un aborrecimiento sobre la misma.
- ✓ La persona responsable del desarrollo de las actividades extraescolares en Medinaceli posee el título de monitor deportivo. Lo que hace pensar que está totalmente capacitado para cumplir con su labor.
- ✓ De manera general se puede decir que actualmente, existe una importante brecha entre el área de Educación Física y el deporte escolar, debido a que este último se ubica fuera del horario lectivo escolar y generalmente es impartido por personal no docente. Podemos encontrar alguna excepción en centros que poseen jornada continua, donde se desarrollan talleres de actividad física y deportiva por parte de los maestros con el fin de completar la práctica motriz educativa. Se ha de añadir que estos talleres con temática deportiva no suelen estar dirigidos a los alumnos de infantil, se ofertan más bien para los alumnos de primaria.
- ✓ Aunque la separación entre unas y otras actividades es evidente, no es del todo total ya que las actividades extraescolares deben tener carácter educativo y formativo, y deben estar registradas en los documentos oficiales del centro.

- ✓ La realidad al respecto en nuestro caso de estudio es que no hay ningún tipo de coordinación entre el monitor deportivo y el maestro de Educación Física del centro.

### **3.5. CONCLUSIONES**

- Las actividades extraescolares tendrían que ser planificadas y revisadas por el mismo centro educativo en el cual se imparten. Solo así, se puede afirmar que son educativas, variadas e integradoras.
- Se debería seguir un programa que incluya aquellas actividades recomendadas para niños y niñas de entre 3 y 6 años de edad.
- Es fundamental introducir el calentamiento al inicio de cada sesión a través de actividades motivadoras y formas jugadas.
- No es posible realizar actividades acuáticas por carecer de piscina climatizada dentro de la localidad en la que nos encontramos.
- El agrupamiento ideal de alumnos sería por edades, lo cual es imposible por el reducido número de niños que hay de cada edad. Por ello, teniendo en cuenta la situación real, lo más oportuno sería que se formaran grupos entre alumnos de la misma etapa educativa, es decir, aquellos de edades comprendidas entre los 3 y los 6 años. Y si no, al menos, diversificar actividades dentro de la misma sesión de actividad.
- Se deberán buscar aquellas horas del día donde el alumno se encuentre en condiciones apropiadas para realizar cualquier actividad motriz corporal. Se evitarán las horas donde los niños estén realizando la digestión de la comida y aquellas en las que ya estén cansados para la práctica de las mismas.
- Una correcta dotación de material posibilitaría la realización de actividades más adaptadas tanto a los objetivos como a los alumnos de Educación Infantil.



- El gimnasio es un espacio totalmente adecuado para las actividades aunque deberían realizarse pequeñas modificaciones; cubrir radiadores con material acolchado y dotarle de mayor iluminación.
- Además, es importante buscar un espacio alternativo y adecuado al aire libre para el desarrollo de la práctica como por ejemplo el parque situado en las proximidades del colegio.
- Se debe motivar al alumno para que sea él quien elija asistir a este tipo de actividades.
- El monitor con el que se cuenta, cumple las características necesarias para responsabilizarse de la actividad.
- Debería existir una coordinación conjunta entre maestros y monitores para asegurarnos que durante las actividades extraescolares se generan aprendizajes y por lo tanto, actúan como refuerzo positivo a las actividades realizadas en horario escolar. Pero lograr esta coordinación no parece tarea fácil.

# IV. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

## 4.1. INTRODUCCIÓN

La finalidad de la presente propuesta es mejorar la oferta de actividades extraescolares del ámbito motor. Su diseño pretende garantizar su orientación educativa, permitir la coordinación del programa curricular con la oferta educativa no formal, y establecer pautas para la supervisión y evaluación continua de la misma.

La propuesta está dirigida a los alumnos de la etapa de Educación Infantil de la localidad de Medinaceli, la cual forma parte del CRA El Jalón. Dicho centro educativo imparte clases para el segundo ciclo de Educación Infantil y para Educación Primaria.

Centrándonos en la localidad de Medinaceli, en el presente curso escolar 2017/18 hay 12 alumnos de infantil; 4 de 3 años, 4 de 4 años y 4 de 5 años. El centro cuenta con un gimnasio que es donde se realizan las clases de educación física y psicomotricidad, y el patio exterior. En las inmediaciones, hay un amplio parque dividido en diferentes zonas (pistas de pádel, pista polideportiva con canastas y porterías, campo de mini-vóley, zona verde, bancos, fuente, columpios,...) que se debe tener en cuenta como posible entorno ocasional donde realizar actividades físicas y deportivas.

## 4.2. FORMATO

La orientación de la oferta estará guiada al cumplimiento de los siguientes **objetivos**:

- Garantizar la elección de las actividades a la edad madurativa de los niños.
- Enriquecer el trabajo en el aula diversificando métodos empleados en las actividades.

La oferta de las **actividades** extraescolares deberá incluir el trabajo de los **contenidos** que se describen a continuación:

CONTENIDOS	
Trabajo y afianzamiento del esquema corporal.	Exploración de la expresión corporal y el ritmo.
Exploración de las posibilidades motrices del propio cuerpo.	Trabajo sobre las primeras nociones espaciales y temporales.
Iniciación al trabajo de lateralidad.	Iniciación a las habilidades motrices básicas en distintos medios.
Desarrollo de las sensopercepciones.	La coordinación global y segmentaria.
Conocimiento de la respiración y la relajación.	El manejo de objetos y materiales.
Control y ajuste corporal.	La importancia del calentamiento y su práctica.
Desarrollo del equilibrio.	El respeto a la normas de juegos y actividades.
Distintas formas de desplazamientos: marcha, carrera, trepas, cuadrupedias, reptaciones...	El cuidado de los materiales y las instalaciones.
Iniciación a giros y lanzamientos básicos.	Los hábitos de higiene en relación a la actividad física.

Tabla 4. Contenidos del programa actividades deportivas extraescolares

Variedad de actividades, entre otras:

- **Juegos de los abuelos:** lateralidad, equilibrio, giros y lanzamientos básicos.
- **Jugamos a ser mayores:** posibilidades motrices del propio cuerpo y manejo de objetos.
- **Los deportes tradicionales:** distintas formas de desplazamientos, nociones espaciales y temporales, respeto a la normas.
- **Bailamos:** esquema corporal, expresión corporal y ritmo, coordinación global y segmentaria.
- **Divertiyoga:** la respiración, la relajación, el tono, el control y ajuste corporal, hábitos de higiene en relación a la actividad física.
- **Actividades lúdico-deportivas en la naturaleza:** las habilidades motrices básicas en un medio no convencional.

Durante el desarrollo de la propuesta se utilizará una **metodología** vivencial en la que la participación activa de los niños sea indispensable. Además, ayudará a desarrollar el trabajo cooperativo, el aprendizaje de trabajo en grupo, respetando a los demás compañeros. Se basará en un aprendizaje significativo y funcional relacionado con situaciones del entorno más cercano y de su vida real.

Para conseguir la autonomía por parte de los propios sujetos, realizaremos actividades de dificultad creciente en relación a la capacidad de cada uno.

Además, se trabajarán valores importantes para asegurar un adecuado desarrollo de la práctica como el cumplir las normas de juegos, actividades e instalaciones, respetar y guardar el material utilizado en cada sesión correctamente, mostrar interés y colaboración en la práctica de cada propuesta, respetar las posibilidades y limitaciones propias y de los compañeros, así como respetar al profesor.

Se propondrán actividades y estrategias en la práctica que fomenten la intuición, la creatividad y la imaginación.

A través de nuestra actitud, haremos que cada alumno adquiriera una imagen positiva de sí mismo y de los compañeros, de manera que puedan actuar según sus propias posibilidades. Se les escuchará atentamente, se valorarán sus juicios y opiniones, se alabarán sus realizaciones, sus logros y se les inculcará el respeto y la aceptación de los demás.

En relación con los **agrupamientos**, la propuesta pretende la inclusión de todos los niños, con sus diversos intereses y aptitudes. Por ello, la estrategia de agrupamiento será variada en función del tipo de tarea que vayamos a realizar y los alumnos se dispondrán en gran grupo, pequeño grupo, parejas o individualmente.

Por lo tanto, habrá momentos de trabajo grupal, trabajo individual, trabajo por rincones o estaciones, trabajo cooperativo, trabajo dirigido, trabajo libre,...

Además, en el trabajo en grupo, los grupos podrán ser homogéneos o heterogéneos para fomentar la ayuda, la colaboración, etc.

El **espacio** que principalmente se va a utilizar es el gimnasio del centro. De forma ocasional, se hará uso del entorno cercano (patio del colegio o parque próximo al mismo).

El **material** del que dispondremos para el desarrollo de la propuesta será el propio del centro y además se contará con un presupuesto anual para la adquisición de nuevo material.

En relación con los **recursos humanos**, decir que contaremos con el maestro de Educación Física, el monitor deportivo de actividades extraescolares y los propios niños y niñas.

### **4.3. COORDINACIÓN Y PROGRAMACIÓN**

La planificación de la propuesta será pensada de acuerdo al Proyecto Curricular del Centro y, en consecuencia, de acuerdo a su Proyecto Educativo. Dicha planificación, previa aprobación por el Consejo Escolar, estará incluida dentro de la Programación General Anual. Será el director del centro el encargado y máximo responsable de supervisar las actividades, asegurando que sean educativas y su gestión estará regulada por el AMPA de la localidad de Medinaceli.

Además, será necesaria una reunión al menos, mensualmente, entre el monitor titular de las actividades extraescolares y los maestros que formen parte del proyecto que en este caso, será el maestro/a de Educación Física, para planificar las sesiones que se vayan a llevar sobre la práctica y evaluar las ya realizadas.

#### 4.4. APLICACIÓN DE LA PROPUESTA (HORARIO Y DURACIÓN)

**Tiempos:** la propuesta está pensada para ser desarrollada a lo largo de un curso escolar. Cada semana se realizarán tres sesiones; una en horario escolar y dos en extraescolar.

La **distribución horaria** se hará de la siguiente forma:

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		De 11:00 a 12:00		
	De 18:00 a 19:00		De 18:00 a 19:00	

\*Sesión durante la jornada escolar.

\*Sesión actividades extraescolares.

#### 4.5. EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

La evaluación se hará periódica para garantizar el cumplimiento de los fines de la misma y la adaptación a la orientación educativa. Se realiza para poder llevar a cabo cambios inmediatos de aspectos considerados desfavorables. La realizaremos siguiendo el cuestionario que aparece a continuación.

EVALUACIÓN	OBSERVACIONES	PROPUESTAS DE MEJORA
OBJETIVOS		
Los objetivos están técnicamente bien formulados, son coherentes y concretan los objetivos más generales del currículo establecido.		
Los objetivos están adaptados a las edades y a las características de los alumnos.		

<b>CONTENIDOS</b>		
La selección de los contenidos es acorde con la propuesta de objetivos realizada.		
Los contenidos parten del currículo oficial, se enmarcan en él y resultan apropiados para nuestros alumnos.		
La formulación de los contenidos es variada y responde a criterios epistemológicos, contextualizados y funcionales.		
<b>ACTIVIDADES</b>		
La programación y desarrollo de actividades contribuye al logro de los objetivos.		
Se adaptan a las posibilidades de ejecución de la mayoría de los alumnos/as.		
<b>METODOLOGÍA</b>		
Se ha utilizado una metodología adaptada a los niños y situación concreta.		
<b>AGRUPAMIENTOS</b>		
Son adecuados al tipo de actividad.		
<b>ESPACIOS</b>		
Son apropiados para la actividad propuesta, el nº de alumnos/as y los materiales a utilizar.		
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>		
Los tiempos y momentos de cada sesión se adaptan a cada tarea.		
El número de actividades permite desarrollar la propuesta correctamente.		
Es adecuado el momento del curso en el que está planteada cada propuesta.		
<b>MATERIALES</b>		
Se han utilizado los recursos didácticos previstos (manipulativos, impresos, audiovisuales).		
<b>MONITORES</b>		
Usa el lenguaje apropiado en las explicaciones de las tareas.		

Adapta las actividades a las características de los niños.		
Usa el material más adecuado para cada propuesta.		
Elije el espacio más idóneo a cada actividad.		
Interviene de forma correcta en cada momento.		

Tabla 5. Cuestionario de evaluación



# V. CONCLUSIONES

## 5.1. CONCLUSIONES

Las conclusiones obtenidas en este trabajo han sido:

- La práctica de actividad motriz es fundamental en la etapa de infantil para conseguir el desarrollo integral de cualquier sujeto.
- El tiempo dedicado a lo corporal en la jornada escolar no permite conseguir los fines educativos en relación al ámbito motor.
- Las actividades extraescolares relacionadas con la actividad física son un refuerzo ideal para lograr esos fines educativos.
- Debería existir coordinación entre el responsable de las actividades extraescolares y el maestro de Educación Física a la hora de planificar las sesiones.
- No existe una formación específica del profesorado. Los maestros de educación infantil no se sienten lo suficientemente preparados para impartir esta disciplina con los estudios recibidos de su titulación, y los maestros de Educación Física carecen de herramientas precisas para la etapa de infantil puesto que se encuentran formados en el ámbito psicomotor para edades entre los 6 y los 12 años.
- Las actividades extraescolares deben ser diseñadas y revisadas en el centro para asegurar que sean educativas, variadas e integradas.
- Existe una amplia gama de actividades de aprendizaje relacionadas con la motricidad para la etapa de infantil como: gimnasia, actividades acuáticas, actividades de oposición, actividades artístico-expresivas, juegos con balón, juegos al aire libre,... que deberían ofertarse, al menos como educación no formal.

- Las actividades extraescolares que se realizan en la localidad de Medinaceli no siguen ningún programa específico de actividad motriz, por tanto, no están diseñadas para el logro de fines educativos.
- El tiempo, la periodicidad semanal, así como las horas del día a las que se realizan, es adecuado.
- Los materiales de los que se dispone son escasos y están deteriorados.
- Se cuenta con un espacio apropiado que podría sufrir pequeños cambios para mejorar su estado.
- Debido al número de niños existentes de edades comprendidas entre los 3 y los 6 años, todos los alumnos de infantil deberían formar parte de un mismo grupo, independientemente de la habilidad motriz de cada uno.
- El responsable de las actividades extraescolares cumple el perfil adecuado, puesto que posee el título de monitor deportivo.
- Como conclusión final se puede decir que, a lo largo del trabajo se ha comprobado la importancia de las actividades extraescolares como refuerzo a la escasa educación corporal recibida durante la jornada escolar, siempre y cuando cumplan la premisa de ser educativas y por tanto, ser diseñadas y revisadas desde el centro educativo.

## **5.2. ALCANCE, OPORTUNIDADES Y LIMITACIONES DEL TFG**

Los **alcances** conseguidos con la realización de este trabajo han sido los siguientes:

- Conocer cómo se llevan a cabo las actividades extraescolares para los alumnos de educación infantil en la localidad de Medinaceli.
- Descubrir la importancia de la práctica de actividad motriz desde edades tempranas.

- Comprobar la realidad educativa en la etapa de educación infantil en relación al ámbito motor.

Las **oportunidades** dadas en el trascurso del trabajo han sido:

- Conocer la idoneidad existente entre la educación corporal que se realiza en el aula con el desarrollo de actividades extraescolares de carácter físico-deportivo.
- Considerar a las actividades extraescolares como refuerzo a la actividad motriz de la jornada escolar para posibilitar la consecución de los fines de la etapa en el ámbito motor.

Las **limitaciones** encontradas sobre el tema objeto de estudio han sido las siguientes:

- A la hora de fundamentar la importancia de la educación corporal en edades tempranas, la mayor parte de la información se limita a la corriente de la psicomotricidad.
- Tampoco existe apenas información sobre las actividades extraescolares para niños entre los 3 y los 6 años de edad. La mayoría de la información se refiere a edades superiores y se centra en la práctica de diversos deportes.
- En la elaboración de la propuesta de intervención, el hecho de no contar con una piscina climatizada, supone una barrera importante puesto que, como ya se ha dicho anteriormente, la práctica de actividades acuáticas es fundamental para los más pequeños puesto que contribuyen de manera eficaz al desarrollo integral del sujeto.

## VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ajuriaguerra, J. de (1976). *Manual de psiquiatría infantil*. Madrid, España. Toray-Masson.
- Alventus. (16 de julio de 2013). *Actividades extraescolares deportivas*. Recuperado de: <https://www.actividades-extraescolares.com/extraescolares/deportivas/>
- Anguera, M. (1990). Metodología observacional. En a. g. arnau, *metodología de la investigación en Ciencias del Comportamiento* (pp. 125-236). Murcia, España: Secretariado de publicaciones de la Universidad de Murcia.
- Antón, M. (2006). *Desenvolunament Psicomotor*. Tarragona, España: URV.
- Arco Iris. (15 de mayo de 2014). *La importancia de las actividades extraescolares*. Recuperado de: [www.arco-iris.es/la-importancia-de-las-actividades-extraescolares/](http://www.arco-iris.es/la-importancia-de-las-actividades-extraescolares/)
- Arnaiz, P, Rabadán, M y Vives, I. (2001). *La psicomotricidad en la escuela*. Málaga, España: Algibe.
- Aznar Laín, S. (2006). *Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia*. España: Ministerio de Educación y Cultura, Centro de Investigación y Documentación educativa.
- Da Fonseca, V. (1996). *Estudio y génesis de la psicomotricidad*. Barcelona, España: Inde.
- Decreto 122/2007, de 27 de diciembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León.
- Encarnació Sugrañes, M. A. (2007). *La Educación Psicomotriz (3-8 años): Cuerpo, movimiento, percepción y afectividad: una propuesta teórico práctica*. Barcelona, España: Grao.

- Esteban, E. (18 de marzo de 2015). *Actividades extraescolares deportivas para niños*. Recuperado de <https://guiainfantil.com/articulos/educacion/escuela-colegio/actividades-extraescolares-deportivas-para-ninos/>
- García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: Prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid, España: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte/Consejo Superior de Deportes.
- González, E. (Febrero de 2014). *Beneficios de la Educación Física y el Deporte en los escolares*. Recuperado de: [http://www.csi-csif.es/andalucía/modules/mod\\_ense/revista/pdf](http://www.csi-csif.es/andalucía/modules/mod_ense/revista/pdf).
- Lapierre, A. y Aucouturier, B. (1977). *La educación psicomotriz como terapia*. Barcelona, España: Bruno.
- Le Boulch, J. (1983). *El desarrollo psicomotor desde el nacimiento a los 6 años*. Madrid, España: Doñate.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- López, M. (2000-2002). Las escuelas deportivas, planteamiento de gestión municipal y su orientación al contexto escolar. *Guadalbullón (10)*, 127-156.
- Martinez, S. (Mayo de 2018). Recuperado de: <https://es.scribd.com/doc/7610325/Actividades-Extraescolares>
- Pérez Brunicardi, D. (2010). Buscando un modelo de deporte escolar para el municipio de Segovia. Un estudio a partir de las valoraciones, intereses y actitudes de sus agentes implicados. Segovia: UVA.
- Piaget, J. (1975). *El nacimiento de la inteligencia en el niño*. Madrid, España: Aguilar.

Pick, L. y Vayer, P. (1969). *Educación Psicomotriz y retraso mental*. Barcelona, España: Científico-Médica.

Rivadeneira, M. L. (2001). Selección y optimización de recursos materiales favorecedores del desarrollo de la Educación Física. *Lecturas. Educación Física y Deportes*, N° 35.

Santos, M. (Febrero de 2018). *Las ventajas de la Educación Física en la Educación Primaria*. Recuperado de: <http://revista.academiamaestre.es/>

Wallon, H. (1969). *Los orígenes del carácter del niño*. Buenos Aires, Argentina: Latauro.

Wallon, H. (1980). *La evolución psicológica del niño*. Barcelona, España: Crítica.

## VIII. ANEXOS

### ANEXO N° 1

#### ENTREVISTA A FERNANDO

Con el objetivo de conocer más de cerca la situación de las actividades extraescolares de la localidad de Medinaceli, realicé una entrevista al responsable de las mismas, Fernando.

Antes de comenzar con las preguntas le conté el objetivo de la misma: “debido a que considero las actividades extraescolares una vía fundamental para la práctica y refuerzo de la educación corporal, me gustaría conocer de primera mano, de qué forma trascurren estas actividades”.

Buenos días Fernando, cuéntame un poco...

En primer lugar, ¿qué titulación posees para poder impartir estas actividades?

Soy monitor deportivo... y me encantan los niños, je, je.

Ambos aspectos fundamentales para la impartición de estas clases...

Sí, sí. Las dos cosas son importantísimas.

Según tengo entendido,... la oferta de actividades extraescolares está destinada para todos los niños del colegio, desde los más pequeños hasta los más mayores...

*Sí, sí, claro. Vienen desde los 3 años y hasta los que ya están en el instituto. Todos, todos los niños de Medinaceli pueden venir.*

Al ser tantos... ¿de qué manera haces los agrupamientos?

*Bueno, todos juntos sin son bastantes pero si empiezas a separarlos... ya no son tantos.*

Es cierto.

*Pues mira, en realidad tengo tres grupos: por un lado tengo a todos los de infantil, en otro grupo están los pre-benjamines y benjamines, es decir, de 1º a 4º de primaria, y el último grupo está formado por los alevines y los infantiles que son los de 5º y 6º de primaria y 1º y 2º de la ESO.*

*Además hay dos niños de 5 años que están en el grupo de pre-benjamines y benjamines.*

¿A qué se debe esa separación o cambio de grupo, en relación a estos dos alumnos?

*Pues la verdad es que, lo estuve pensando y se lo propuse yo mismo a las familias. Son dos niños con unas destrezas motrices más similares a los de 1º de primaria que a los de su grupo de infantil... entonces, comuniqué mi intención a las familias aceptaron, probamos y... ahí están con los mayores.*

Claro, con los de 1º de primaria hay poca diferencia de edad, pero en ese grupo hay niños de hasta 9 años... ¿pueden hacer todas las mismas cosas?, ¿trabajan bien?

*Como ya te he dicho estos dos alumnos son bastante buenos en estas actividades y... algunas veces quizá si se note la diferencia por la fuerza, la altura,... pero están contentos, trabajan bien.*

¿Cuánto tiempo dedicáis a estas actividades semanalmente?

*Los más pequeños, dos horas a la semana. Vienen dos días, este curso corresponde a martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas. Y el otro grupo donde hay dos alumnos de 5 años, vienen 3 días a la semana durante una hora cada día, que en este curso corresponde los lunes, miércoles y jueves de 19:00 a 20:00 horas.*

Dos horas semanales los alumnos de infantil y tres horas a la semana los de 1º a 4º, con dos alumnos de 5 años... ¿qué tipo de programación o programa específico regula la práctica de estas actividades?

*Programa, programa... la verdad que ninguno. Con los más pequeños hago siempre un breve calentamiento articular y después juegos. Básicamente, juegos motores. Alguna vez, también jugamos al fútbol... o a lo que ellos quieran. Si se han portado bien, claro.*

*Con los de primaria, hacemos también para empezar un calentamiento articular y después practicamos juegos pre-deportivos o algún deporte.*

¿Sigues algún criterio en la elección de estos juegos o deportes, o lo eliges aleatoriamente?

*Durante el tiempo que duran los juegos escolares, que es casi todo el curso escolar, de mediados de octubre a mediados de mayo, como cada 5 días tenemos partido de un deporte o disciplina concreta, pues el periodo anterior, lo practicamos y entrenamos en nuestras clases.*

*Cuando no hay juegos escolares, normalmente elijo yo las actividades porque si les dejo a ellos... acaban discutiendo.*

¿De qué espacios disponéis para llevar a cabo todas estas actividades?

*Pues tenemos el gimnasio y el patio del colegio, el frontón que está adosado al edificio del colegio.*



¿Supongo que cada espacio con sus ventajas e inconvenientes?

*Eso es. El gimnasio es cerrado y en él no hace frío, pero tiene la particularidad de que el techo no es muy alto y está formado por paneles de corcho que en cuanto le da una pelota o balón un poquito fuerte, caen al suelo. Su tamaño es intermedio; para los pequeños está bastante bien, sin embargo, para los mayores... se queda un poco pequeño.*

*El patio es grande, sin techo pero en invierno hace mucho frío. Sobre todo para los más pequeños.*

*Y por último el frontón, al aire libre pero con un techo de uralita que, del viento no protege pero de la lluvia un poco. En invierno, también hace bastante frío.*

*Para los pequeños el gimnasio es el mejor sitio, aunque en otoño y primavera cuando hace buen tiempo, a veces salimos al patio.*

*Para los de primaria, los mejores lugares para la práctica de estas actividades son el patio o frontón, pero con la climatología que tenemos en Medinaceli... casi siempre estamos en el gimnasio, a pesar del techo y de su tamaño.*

¿Qué tipos de materiales tenéis para utilizar en estas clases?

*Bueno... el material es lo peor que tenemos. Para el gimnasio, por lo que ya te he comentado, solo tenemos pelotas de plástico, bastante malillas y las espalderas, los bancos suecos y colchonetas del colegio.*

*Cuando salimos al exterior, también usamos balones de fútbol o baloncesto.*

¿Alguna cosa más que contarnos al respecto?

*Pues que cuando hace buen tiempo, de vez en cuando realizamos alguna excursión al parque que está próximo al colegio y hacemos gymcanas todos juntos (infantil + primaria). Incluso, si disponemos de algo más de tiempo, con los de primaria y todos los de 5 años, vamos a Medinaceli de arriba andando, jugamos un poco allí en los columpios de parque y volvemos a bajar. También les gusta salir de lo cotidiano y hacer cosas distintas.*

*Nada más.*

*Pues muchísimas gracias por tu tiempo dedicado a esta entrevista. Te lo agradezco muchísimo. Gracias.*

*De nada, aquí estoy para lo que necesites.*

*Nos vemos.*

## ENTREVISTA A LOS ALUMNOS

Buenos días chicos, ¿cómo estáis?

*Biennnn. Muy bien.*

Alguno de vosotros hace alguna actividad aquí, dentro del cole por las tardes?

*Siiii. Yo, yo yo....con Elena, con Patricia, con Arancha... (se refieren a los talleres que se realizan por las tardes en el centro impartido por los propios maestros/as)*

Ahhhh, qué bien. Pero, yo no me refiero a esas actividades. Me refiero a las que da Fernando.

*(Todos al unísono) Siiii, yo también.*

¿Quiénes vais con Fernando?

*Todos.*

Y con él, ¿qué hacéis?

*Pues eso, Fernando.*

Sí, pero que actividades realizáis...

*Pues jugar.*

*Eso, jugar. Como educación física pero diferente.*

¿Cómo que diferente?

*Pues hacemos juegos pero otros que con educación física no hacemos. Mira, jugar a la momia, al cocodrilo...bueno el cocodrilo si lo hacemos con Elena...*

*Y también a la cárcel...y primero hacemos el calentamiento. Mira así, que tú no sabes.*

*(En un segundo se levantan todos, se colocan en círculo y simulan un calentamiento típico articular)*

¿Seguro?, ¿ese calentamiento hacéis?

*Si. Todos los días, para que no nos hagamos daño y para sudar.*

*Y también jugamos al fútbol o a la cárcel.*

*Si nos portamos bien, a lo que queramos antes de irnos a casa.*

¿Es divertido venir con Fernando?

*Sí, mucho pero solo podemos venir los martes y los jueves... después de merendar.*

*Yo vengo porque me mandan mis papás.*

*Y yo.*

¿Dónde realizáis estas actividades?

*Aquí, en el gimnasio. Bueno un día que hacía mucho sol, fuimos al parque de ahí arriba.*

Jo, qué suerte. ¿Me contáis alguna cosa más de cuando venís a Fernando?

*Es que ya te lo hemos contado todo...*

Pues muchas gracias chicos. Habéis sido muy amables.

## ANEXO N° 2

### MATERIAL DEL CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA

INVENTARIO	
MATERIAL	NÚMERO
Bancos suecos	5
Espalderas	6
Balones de plástico de 178 mm	16
Balones de plástico de 152 mm	16
Balones de espuma grandes	16
Balones de espuma pequeños	16
Aros grandes de 1 metro de diámetro	10
Aros medianos de 61 cm de diámetro	16
Aros pequeños de 36 cm de diámetro	16
Cuerdas	16
Conos chinos	25
Túnel gateo	1
Bloques de plástico	20
Bloques de espuma de diferentes formas y tamaños	15
Colchonetas	6
Colchoneta quitamiedos	1
Telas	18
Pañuelos de colores	15
Petos rojos	10
Petos verdes	10
Equipo de música	1
Red porta balones	4