



REPÚBLICA DEL ECUADOR
UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA EDUCACION FÍSICA DEPORTES Y RECREACION



TEMA:

**PROGRAMA PARA LA PROMOCIÓN DEL ATLETISMO ESCOLAR EN EL
CANTÓN PUERTO LÓPEZ**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de licenciado en Educación
Física Deportes y Recreación

AUTOR:

Danny García Mero

TUTOR:

Msc. Luis Quezada

Manta, abril 2017

**TEMA: PROGRAMA PARA LA PROMOCIÓN DEL ATLETISMO ESCOLAR EN
EL CANTÓN PUERTO LÓPEZ**

AUTOR:

Danny García Mero

CERTIFICADO DEL TUTOR

Yo, Msc. Luis Quezada en calidad de tutor del trabajo de grado titulado: **PROGRAMA PARA LA PROMOCIÓN DEL ATLETISMO ESCOLAR EN EL CANTÓN PUERTO LÓPEZ**, elaborado por el bachiller Danny García Mero, cédula 1312676081 egresado de la carrera de educación física, deportes y recreación de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, previo a la obtención del título de licenciado en Educación Física, Deportes y Recreación, me permito declarar que luego de haber orientado, estudiando y revisado, considero que dicho trabajo está apto para su presentación en público, ante el tribunal que la universidad designe.

Atentamente:

Msc. Luis Quezada
TUTOR

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

En correspondencia con las orientaciones recibidas he desarrollado el trabajo de grado: **PROGRAMA PARA LA PROMOCIÓN DEL ATLETISMO ESCOLAR EN EL CANTÓN PUERTO LÓPEZ**, en el cual plasmo criterios propios acerca de la actividad recreativa, en correspondencia se realizó una descripción de una programación deportiva, y se elaboró un programa para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López, siendo todos los criterios emitidos de mi plena responsabilidad.

Además de la condición de autoría que declaro, manifiesto que la Universidad Laica “Eloy Alfaro” De Manabí (ULEAM) puede ser uso del documento para su lectura o publicación según las regulaciones de la Institución, en todos los casos citando la fuente.

Atentamente,

Danny T. García Mero
C.C. # 1312676081

AGRADECIMIENTO.

La gratitud en silencio no sirve a nadie; hoy declaro que el camino no ha sido fácil, pero la experiencia que gané es invaluable, los resultados obtenidos con el trabajo coordinado, perseverante y dedicado son la mayor satisfacción que hoy guardo en el alma. La Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación me abrió las puertas cuales brazos invitándome a saciar mis ganas de aprender y luchar por nuestra vocación ante los muchos prejuicios establecidos por la sociedad, gracias mil a quienes formaron parte de esta facultad que se nos tatuó en el corazón, a sus autoridades, maestros especiales como el Dr. Orlando Barcia Farías que sin reparo nos enseñó las ciencias y las cosas de la vida tal y como son, al igual que al Dr. Victoriano Moreira que supo disciplinarnos con su enseñanza durante todo el proceso, así mismo al personal de servicio quienes compartieron conmigo sus conocimientos y consejos que sin duda me impulsaron siempre a seguir adelante cuando sentí que las ganas habían escaseado en mí. El camino en esta etapa estaba casi completo, faltando el último empujón apareció un amigo que me invitó a consumir mi etapa universitaria y sin reparos me llevó a la culminación exitosa de este trabajo de investigación, muchas gracias Dr. Miguel Cartaya por lo enseñado en un corto tiempo, que sin duda trascenderá en el largo camino de profesional que me espera. De igual manera a mi tutor Msc. Luis Quezada por su tiempo y valioso aporte a este trabajo. Gracias a mi compañeros y amigos con quienes nunca desistimos y luchamos hombro a hombro hasta vencer.

Danny T. García Mero

DEDICATORIA.

Dedico este trabajo de investigación a mi madre, mujer que con esfuerzo doble me ha convertido en la persona que soy, me dio las cartas que debía jugar en la vida, dejándome a libre albedrío el orden y la manera de como jugarlas, me dio la confianza necesaria y el ejemplo más claro de cómo nunca, a pesar de sentir que estamos solos contra el mundo dejar de creer en mí y salir cada día caminando con la frente al alto en busca de lo que merezco, con trabajo, constancia y amor a Dios ante todas las cosas. De la misma manera dedico este logro alcanzado a la Lic. Yolanda Burgos, la responsable de que el deporte y la enseñanza del mismo se hayan convertido en mi vocación, siendo una inspiración mientras fue mi maestra de Educación Física en mi formación secundaria, evolucionó en mí la manera de como ver a los profesionales de esta rama y sin decírmelo ni darse cuenta, me ayudo a llegar hasta este punto de mi vida donde puedo llamarla colega.

Danny T. García Mero

ÍNDICE GENERAL

RESUMENxi
INTRODUCCIÓN	12
Situación problemática	14
Objetivos de la investigación	14
Objetivo general	14
Objetivos específicos	14
Justificación del problema.....	14
Campo de estudio.....	15
Objeto de estudio.....	15
Variable Independiente:	16
Variable Dependiente:	16
Metodología de la investigación.....	16
1. Tipo de investigación:.....	16
2. Nivel de la investigación:.....	16
3. Modalidad de la investigación:	16
4. Enfoque de investigación:	17
5. Población y muestra:.....	17
6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:.....	17
CAPÍTULO I	18
BASES TEÓRICA	18
1.1 Programa	18
1.1.1.- Características de un programa deportivo	20
1.1.2.- Tipos de programas deportivos	21
1.1.3.- Importancia de los programas deportivos.....	22
1.2.- Atletismo Escolar.....	23
1.2.1.- Atletismo escolar	25
1.2.2.- Características del atletismo escolar	27
1.2.3.- Pruebas del atletismo escolar.....	29
1.2.4.- Importancia del atletismo escolar	30
1.2.5.- Iniciación al atletismo.....	32
CAPÍTULO II	36
PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	36
2.1.-Datos Generales.....	36

2.2.-Presentación y Discusión de los Resultados de encuesta a profesores de educación física	42
2.3.-Datos Generales.....	42
2.4.-Discusión de los resultados.	53
2.5.-Conclusiones y recomendaciones:	54
Conclusiones.....	54
Recomendaciones.	54
CAPÍTULO III	56
LA PROPUESTA.....	56
3.1.-Introducción de la Propuesta	57
3.2.-Justificación de la Propuesta	57
3.3.-Factibilidad Económica.....	58
3.4.-Factibilidad Social.....	58
3.5.-Objetivos de la propuesta	58
3.6.-Matriz FODA.....	59
3.7.-Presupuesto	60
3.8.-Recomendaciones para la aplicación de la Propuesta	61
3.9.-Estructura de la Propuesta	62
3.10.Cronograma de aplicación de la propuesta.	67
BIBLIOGRAFÍA:	68

Índice de Figuras

Figura 1. Planificación del entrenamiento	20
Figura 2. Factores del aprendizaje	35
Figura 3. Programa deportivo gubernamental.....	37
Figura 4. Deporte escolar	38
Figura 5. Actividades deportivas extra escolares.	39
Figura 6. Actividades deportivas extraescolares.	40
Figura 7. Participación en competencia.	41
Figura 8. Profesión.....	43
Figura 9. Aceptación del atletismo	44
Figura 10. Planificación.....	45
Figura 11. Materiales de atletismo.	46
Figura 12. Espacios para practicar atletismo.....	47
Figura 13. Infraestructura deportiva.	48
Figura 14. Recursos materiales y espacios.....	49
Figura 15. Programa deportivo de promoción de atletismo.....	50
Figura 16. Programa de enseñanza de atletismo.....	51
Figura 17. Uso del celular en clases de educación física.....	52

Índice de tablas

Tabla 1. Edad y género.	36
Tabla 2. Programa deportivo gubernamental.	37
Tabla 3. Deporte escolar.	38
Tabla 4. Actividades deportivas extra escolares.	39
Tabla 5. Actividades deportivas extraescolares.	40
Tabla 6. Participación en competencia.....	41
Tabla 7. Edad y género.	42
Tabla 8. Profesión.	43
Tabla 9. Aceptación del atletismo.....	44
Tabla 10. Planificación.	45
Tabla 11. Materiales de atletismo.....	46
Tabla 12. Espacios para practicar atletismo.....	47
Tabla 13. Infraestructura deportiva.....	48
Tabla 14. Recursos materiales y espacios.....	49
Tabla 15. Programa deportivo de promoción de atletismo.	50
Tabla 16. Programa de enseñanza de atletismo.	51
Tabla 17. Uso del celular en clases de educación física.	52
Tabla 18. FODA	59
Tabla 19 Presupuesto	60

**REPUBLICA DEL ECUADOR
UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA EDUCACION FISICA, DEPORTES Y RECREACION**

**PROGRAMA PARA LA PROMOCIÓN DEL ATLETISMO ESCOLAR EN EL
CANTÓN PUERTO LÓPEZ.**

Autor: Danny García
Fecha: abril 2017

RESUMEN

El atletismo como una actividad natural del ser humano propicia una serie de beneficios que a nivel educativo se refleja en su práctica y aceptación por parte de los estudiantes, y sus beneficios se extienden a nivel local; es por ello por lo que el objetivo principal de este tema fue elaborar un programa deportivo para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López. Para lograr este propósito se realizó una investigación con diseño de campo, de enfoque cuantitativo con una población objeto de estudio conformada por 200 personas y la muestra fue de un 25% de la población con un muestreo estratificado, a quienes se le aplicó la técnica de la encuesta y como instrumento un cuestionario. Para la interpretación de los datos se utilizó la técnica estadística descriptiva que permitió organizar la información en gráficos y tablas. Entre los principales resultados se tienen que se pudo conocer que no se cuenta en el cantón Puerto López con algún programa de tipo gubernamental o privado que fomente la práctica del atletismo en la edad escolar, de la misma manera se evidenció que un programa con estas características tendría una acogida favorable por parte de los estudiantes y profesores de educación física. Finalmente se presenta una propuesta que lleva por nombre "Pequeños Atletas" la cual tiene como propósito promocionar el atletismo escolar a través actividades de enseñanza de varias modalidades.

Palabras clave: Programa, atletismo escolar, masificación.

INTRODUCCIÓN

El atletismo como la actividad deportiva más antigua practicada por el hombre, ha sido de gran importancia desde sus inicios para el desarrollo de las sociedades, valor que se ha mantenido hasta la contemporaneidad, donde se lo considera como el rey de los deportes, ya que en cada una de sus pruebas reposan las bases de los movimientos elementales del ser humano como carreras, saltos y lanzamientos, siendo un punto de partida para la posterior especialización de otras disciplinas deportivas. De tal manera que dentro de los Juegos Olímpicos es catalogada como la competencia más vistosa por su variedad en cuanto a pruebas y estilos se refiere.

En el marco de la infancia el atletismo cumple una función relevante dentro de la formación escolar ya que "...como asignatura posibilita además, la preparación para la práctica de otros deportes, por contribuir al incremento de las capacidades físicas y la creación de una base para la adquisición de habilidades especiales en los estudiantes" (Mestre & Castro, 2002), siempre y cuando se utilice para ello una correcta organización de los métodos, respetando los principios biológicos, psicológicos y sociales.

De esta manera se destaca la relevancia del atletismo escolar, definida como la práctica de esta disciplina deportiva durante la edad escolar, siendo aquella que se extiende a lo largo del periodo de su preparación académica, incluso fuera del ámbito de la institución educativa. El atletismo escolar debe estar enfocado en la multilateralidad y no en la especialización, tratando de alcanzar este objetivo a través de diversas actividades lúdicas que vayan poco a poco relacionando al practicante con los fundamentos característicos de las pruebas del atletismo.

Por lo que se recomienda que este deporte sea masificado dentro de los centros educativos por ser las instituciones donde se concentra la mayor cantidad de niños, y para aquello es indispensable contar con un programa

deportivo, guiado por parte de personas calificadas para la consecución de este objetivo.

Entre los antecedentes relacionados con el tema de investigación, se encuentran (Mestre & Castro, 2002) que manifiestan que “el atletismo refleja las actividades cotidianas que realiza el ser humano, y brinda a muchos deportes sus propios ejercicios específicos para el desarrollo de su patrón técnico”, destacando la importancia de que el profesor de educación física cuente con un amplio conocimiento científico para desarrollar el contenido de los programas deportivos en los diferentes grados y niveles, lo que le permita tener en cuenta las características de los estudiantes y establecer los ejercicios y cargas adecuadas.

Ahora bien, en el caso específico de las escuelas del cantón Puerto López, el atletismo escolar se ha tornado una simple oportunidad de competencia pura en el momento que estas se manifiesten, dejando de lado la preparación o formación de los alumnos para estas pruebas, a sabiendas por parte de los docentes sobre el tema de preparación para la consecución de resultados en el ámbito deportivo. De acuerdo con observaciones realizadas por el autor de esta investigación, se evidenció que dentro de las clases de educación física se manifiesta la hegemonía de un único deporte como elemento de práctica, siendo el fútbol aquel en el que se centra la atención de la gran mayoría de niños y maestros. Razón por la cual en las competencias anuales que se realizan a nivel de la provincia de Manabí denominadas Juegos Deportivos Escolares con niños de hasta doce años de edad, los resultados obtenidos son muy por debajo de las expectativas de cualquier organización que invierta tiempo y dinero para los viáticos de competencias a otras ciudades. Siendo una desventaja para el deporte local, ya que en su mayoría los niños de Puerto López practican el fútbol y se dedican solo a ello, dejando de lado la oportunidad de conocer si su potencial está o no en otro deporte como tal vez en el atletismo.

Situación Problemática

Sobre los planteamientos expuestos, se hace evidente la necesidad de crear alternativas deportivas que promuevan el atletismo escolar en el Cantón Puerto López, es por ello que el autor de este trabajo se hace la siguiente pregunta:

¿Qué aspectos debe contener un programa deportivo para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

Elaborar un programa para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López.

Objetivos específicos

1. Describir la situación actual de las unidades de educación general básica del cantón Puerto López desde la perspectiva de la práctica del atletismo escolar.
2. Identificar las ventajas estructurales que ofrecen las escuelas para la práctica del atletismo escolar.
3. Diseñar un programa deportivo para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López.

Justificación del problema

La propuesta de elaborar programa para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López se considera importante para la formación integral de sus habitantes escolares, destacando que dentro del Plan Nacional del Buen Vivir en su Objetivo 3 sobre “Mejorar la calidad de vida de la población”, manifiesta entre otras cosas: “el mejoramiento de la calidad de vida es un proceso multidimensional y complejo, determinado por aspectos decisivos relacionados con la calidad ambiental, los derechos a la salud, educación, alimentación, vivienda, ocio, recreación y deporte(...)”. Asimismo, está evidenciado que esta disciplina deportiva está constituida por actividades motrices básicas asociadas con la cotidianidad, y desde un punto de vista más

específico se establece que es la base fundamental para la práctica de cualquier deporte ya que en ella están contenidas las técnicas esenciales que se requieren para su ejecución.

El interés de realizar este programa radica en que este dará una referencia y orientación a los profesores de educación física, dirigentes deportivos y autoridades locales para que comprendan la importancia de la masificación del atletismo en la población estudiantil.

Es una propuesta que viene a fin y toma parte importante en la formación sistémica de los niños en la edad escolar, teniendo a estos como beneficiarios directos ya que está encaminada para ser ejecutada en ellos; de una manera indirecta beneficiaría a la población en general por cuanto a mediano o largo plazo contarán con participantes activos preparados de una manera holística, aportando al desarrollo de la ciudad desde un punto de vista deportivo y cultural.

Indudablemente este programa aportará al adelanto deportivo del cantón Puerto López, con una propuesta innovadora hasta los actuales momentos, que ayudará además a que los beneficiarios directos tengan una lista más amplia de la clase de deportes a practicar, ya sea por ocio o de una manera profesional.

Dentro de las personas involucradas en la ejecución de este programa se pueden señalar a los niños en edad escolar, a los padres de familia que aportarán con el apoyo y la apertura para su ejecución, a los profesores de educación física quienes lo harán posible con sus conocimientos profesionales, a las autoridades locales que con su sustento harán factible su realización y a la comunidad en general por cuanto darán aceptación o rechazo a la práctica deportiva del atletismo.

Campo de estudio

Deporte escolar

Objeto de estudio

Atletismo escolar

Variable Independiente:

PROGRAMA

Variable Dependiente:

ATLETISMO ESCOLAR

Metodología de la investigación

El proceso metodológico a seguir para el desarrollo del presente trabajo de investigación se describe a continuación:

1. Tipo de investigación: Investigación de campo, de acuerdo con Fidias (2012) “La investigación de campo es aquella que consiste en la recolección de datos directamente de los sujetos investigados, o de la realidad donde ocurren los hechos (datos primarios), sin manipular o controlar variable alguna (...)” (p.31).

2. Nivel de la investigación: El nivel de la investigación consta de dos etapas: Nivel descriptivo que “(...) consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. Los resultados de este tipo de investigación se ubican en un nivel intermedio en cuanto a la profundidad de los conocimientos se refiere” (Fidias, 2012, p.24). y nivel proyectivo de acuerdo con Hurtado (2000), “consiste en la elaboración de una propuesta o de un modelo, como solución a un problema o necesidad de tipo práctico, ya sea de un grupo social, o de una institución, en un área particular del conocimiento, a partir de un diagnóstico preciso de las necesidades del momento, los procesos explicativos o generadores involucrados y las tendencias futuras” (p.325).

3. Modalidad de la investigación: La modalidad de la investigación que se realizara es de proyecto factible, ya que mediante una propuesta se pretende solucionar la situación descrita, según Arias, (2006, p. 134), señala: “Que se trata de una propuesta de acción para resolver un problema practico o satisfacer una necesidad. Es indispensable que dicha propuesta se acompañe

de una investigación, que demuestre su factibilidad o posibilidad de realización”.

4. Enfoque de investigación: La presente investigación estará asentada en el enfoque cuantitativo ya que “Se basa en un tipo de pensamiento deductivo, que va desde lo general a lo particular. Desde un conocimiento extenso de una generalidad, para luego deducir el comportamiento acotado de una particularidad individual. Se basa en un modelamiento que define cómo se hace cada cosa, transformándolo en un enfoque más rígido, enmarcado en una cierta forma de hacer las cosas” (Cauas, 2006).

5. Población y muestra: La población objeto de estudio estará conformada por 200 personas y la muestra será de un 25% de la población con un muestreo estratificado que “consiste en dividir la población en subconjuntos cuyos elementos posean características comunes, es decir, estratos homogéneos en su interior. Posteriormente se hace la escogencia al azar en cada estrato” (Fidias, 2012, p.24).

6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos: Las técnicas a utilizar en la presente investigación será la encuesta y como instrumento el cuestionario, que para Fidias (2012) “es la modalidad de encuesta que se realiza de forma escrita mediante un instrumento o formato en papel contentivo de una serie de preguntas. Se le denomina cuestionario auto administrado porque debe ser llenado por el encuestado, sin intervención del encuestador” (p.74).

CAPÍTULO I

BASES TEÓRICA

1.1 Programa

El en ambiente deportivo se entiende como programación a la planificación, organización y ejecución de actividades enmarcadas, bien sea para el cumplimiento de un evento deportivo, o también para explicar las actividades a seguir para la enseñanza de una disciplina deportiva como tal. En este sentido, es conveniente precisar inicialmente la definición de programa.

Para Ordaz y Saldaña (2005: pág. 31) el “Programa es una serie de acciones definidas para la realización del plan que incluye la determinación de las actividades, sus tiempos y responsables”, de igual forma, la RAE, menciona que “programa es una serie ordenada de opciones necesarias para llevar a cabo un proyecto”.

Por su parte, los programas, según Sancho citado por Estrada (2014: en línea), los programas deportivos:

Constituyen el conjunto de actividades y servicios deportivos, coordinados e integrados que, partiendo de los planes fijados y de los recursos disponibles, pretenden alcanzar los objetivos determinados de una manera simultánea o que los motivaron.

Sobre la base de lo expuesto, se puede decir que un programa deportivo está considerado como un documento que contiene acciones, actividades, plazos, objetivos, metas y responsabilidades, que ocurren en un tiempo determinado, de la mano de un grupo de personas calificadas para llevar a cabo dicha tarea, la cual tiene como propósito encaminar a los atletas bien sea en su etapa de iniciación o de consolidación deportiva.

Ahora bien, es conveniente aclarar la diferencia entre un programa y una planificación deportiva, puesto que suelen confundirse y utilizarse de manera indistinta, siendo muchos los enfoques dados por los especialistas desde sus puntos de vistas; en este sentido, Blázquez, (1995) define el entrenamiento deportivo temprano como “[...] el proceso por el cual se desarrollan las capacidades motoras y destrezas deportivas básicas en el niño, en

correspondencia con su desarrollo psico-biológico y las fases sensibles” (p.210).

De igual forma, el mismo autor arriba señalado, argumenta que la planificación del entrenamiento deportivo es parte de la iniciación deportiva, la misma que se debe llevar a cabo en concordancia con las fases de maduración biológica y psicológica de los niños.

Por su parte la RAE define planificación como un “plan general, metódicamente organizado y frecuentemente de gran amplitud, para obtener un objetivo determinado”; de la misma manera programar lo detalla como “formar programas, previa declaración de lo que se piensa hacer y anuncio de las partes de que se ha de componer un acto(...)”, dentro del deporte la programación incluye actividades organizadas y orientadas a lograr unas metas concretas, y no debe realizarse un entrenamiento de forma rutinaria, el programa deportivo como lo hemos mencionado antes, posee elementos concretos, ordenados y detallados que ayudan a la consecución de los objetivos propuestos.

De este modo fundamentándonos en la IICEFS (2017), por un lado la planificación es la manera mediante la cual se “estructura el proceso, atendiendo a aspectos más globales, como objetivos, técnicas y métodos, así como evaluación y control”. La programación por otro lado es la siguiente fase del proceso, en el cual a partir del objetivo que se ha propuesto, dando un orden y tiempo determinado para su ejecución.

La planificación, la describen Ehlenz, Grosser y Zimmermann (1990) a nivel general como “[...] una coordinación a corto y largo plazo de todas las medidas necesarias para la realización del entrenamiento enfocadas hacia la mejora del rendimiento” (pág.50). Por otra parte, B. Ramos (1994) era escéptico respecto a la planificación del entrenamiento con niños, exponía entonces que “[...] De una real planificación se habla aproximadamente a partir de los 14 años. Antes de eso es un proceso netamente pedagógico, de escuelas de deportes”.

Es así como se puede evidenciar que lo más idóneo a utilizar en las actividades a trabajar con niños sería la programación, tal y como lo manifiesta Ramos ya que el entrenamiento deportivo tiene entre sus objetivos principales como lo manifiestan Ehlenz, Grosser y Zimmermann, el “progreso del rendimiento” del niño, lo que no es totalmente aceptado ya que lo que principalmente se trabaja

en estas edades, son las capacidades coordinativas más no las capacidades condicionales.



Figura 1. Planificación del entrenamiento

La planificación según la ilustración anterior es prever un objetivo teniendo en cuenta donde estamos y hacia dónde queremos llegar; la misma depende de la correcta ejecución del programa y a un continuo control y evaluación; de tal manera es apreciable que el programa es un medio organizado para llevar a cabo una planificación.

1.1.1.- Características de un programa deportivo

Los programas deportivos, como todo proceso sistemático encaminado a la consecución de un logro, debe poseer una serie de cualidades que lo identifiquen como tal y que lo encaminen a la obtención de su meta, a este respecto Sancho citado por Estrada (2014: en línea) señala cuatro elementos esenciales que son:

1. Necesidades de un grupo de estudiantes o de una institución determinada.
2. Medios deportivos y especialistas con que se cuente.

3. Posibilidades de adecuación del programa elaborado a la edad, sexo y gustos de los practicantes (teniendo en cuenta los periodos sensitivos).
4. Tradición que mantiene de una modalidad deportiva dada en una escuela o localidad.

Al respecto Mestre (2004, p154), manifiesta que “la programación deportiva se concreta a partir de tres aspectos dimensionales: 1. la población a la que van destinados, 2. los medios disponibles y 3. las necesidades deportivas que tratan de satisfacer.”

En consecuencia a lo manifestado anteriormente, ambos autores concuerdan en que los programas deportivos requieren estrictamente de una población a la que este trabajo vaya ser aplicado, además de una serie de medios o materiales con los que se pueda llevar a efecto dichas actividades, teniendo en cuenta la necesidad de entes especialistas en cuanto a deporte se refiere; finalmente concuerdan en que este debe cubrir estrictamente las necesidades de un grupo determinado de individuos donde mencionado esquema va a ser aplicado, siendo necesario la adecuación del programa a las características de los participantes como edad, sexo y preferencias deportivas.

1.1.2.- Tipos de programas deportivos

Los programas deportivos tienen su diversidad basada ciertas particulares tales como la edad de los participantes, las entidades que los organizan, los niveles de enseñanza entre otros, que determinarán su tipo, tal y como lo manifiesta Mestre (2004, p159): Los programas deportivos, pueden estructurarse de diversas formas, siguiendo criterios distintos. En los que señala:

- a. Según sean oficiales y no oficiales. Pueden ser programas lectivos escolares, programas de tecnificación deportiva de una federación, programas de la consejería de deportes, como los juegos deportivos escolares.
- b. Por edades. Escuelas deportivas para adultos, etc. Asimismo, los programas lectivos escolares están estructurados por edades, así como las categorías y las competiciones federadas, etc.
- c. Por niveles. Entrenamiento por nivel de performances, no por edades de los entrenados.

- d. Por espacios deportivos. En función de las instalaciones deportivas existentes se confeccionarán los posibles programas.
- e. En función de su vía de aplicación (subsidiariamente, por su finalidad). Pedagógicos, de entrenamiento, de ocupación de tiempo libre y el ocio, terapéuticos, de turismo, de inserción social.
- f. Según duración. Días, meses, temporadas, etc.
- g. Según los espacios deportivos naturales, los espacios construidos o los espacios urbanos existentes. Etc.

Para Frisby y Ulseth citados por Gómez (2007: p 16), los programas deportivos dependen de las entidades proveedoras de actividad deportiva que las ofrezcan, siendo estas “de carácter no lucrativo, como es el caso de un club, de un centro comunitario o de una institución educativa, o bien de carácter lucrativo, como un fitness center o un gimnasio”.

Como se puede observar, para Mestre un programa deportivo obedece tanto a los espacios, la edad, el tiempo y su procedencia política, a lo que Gómez lo entiende como lucrativo o no lucrativo y le anexa otras características como el aspecto comunitario y educativo.

1.1.3.- Importancia de los programas deportivos

La práctica deportiva en sentido amplio, es de vital importancia para todas las personas, sin importar la edad que estas posean; de aquí que los programas deportivos entran en protagonismo, ya que cada individuo, o grupo de individuos responden de distintas maneras a ciertas actividades, y son estos quienes teniendo en cuenta factores de carácter social, fisiológicos, demográficos, entre otros, brindarán a sus practicantes las garantías necesarias para cumplir los objetivos propuestos, garantizando entre muchos beneficios la mejora de la calidad de vida desde un punto de vista general; de esta manera, Rodríguez (2014), declara la importancia de que las personas formen parte de un programa de práctica deportiva manifestando que “los niños que participan en cualquier deporte se benefician de un estilo de vida activo ya que proporciona una oportunidad para que los jóvenes aumenten su actividad y se desarrollen social y físicamente”.

De la misma manera Soto y Toledano (2000: pág. 60) hace énfasis en los beneficios que ofrece una rutina de ejercicios programada para el nivel de las personas que han pasado los 50 años de edad, manifestando que “lo importante en estos casos es insistir en que el ejercicio moderado mejora las funciones orgánicas, aumenta la calidad de vida de los mayores y además prolonga la vida”.

Es así que ambos autores citados en este apartado, nos muestran la importancia de la incursión en un programa deportivo, manifestando cada uno de ellos los beneficios para diferentes grupos de personas de distintas edades. De tal manera que la realización de ejercicios físicos enmarcada dentro de un programa, dependiendo del que tipo sea y para quienes haya sido diseñado, contribuye al mantenimiento de un buen estado de salud, con su práctica habitual se entrenan sistemas como el cardiovascular, el respiratorio, el sanguíneo, el óseo entre otros que permitirá afrontar de mejor manera no solo actividades del marco deportivo sino de la cotidianidad. Nos ayuda a prevenir problemas tales como el sobre peso producido en muchos casos por el sedentarismo; nos ayudan a fomentar la socialización, permitiendo ser parte de un grupo o equipo, además de adoptar una alternativa de distracción u ocio sana, evitando de esta manera acoger actividades sedentarias y pasivas que no suponen ningún tipo de actividad física, motivación alguna, o estimulación para el cuerpo, siendo estas muchas veces poco saludables.

1.2.- Atletismo Escolar

La palabra atletismo proviene del griego *Aethlos* que significa esfuerzo. El atletismo es considerado como el deporte de mayor antigüedad practicado por el hombre, que sirvió de base para la práctica de otros deportes conocidos en la actualidad, ya que sus principios motrices son el origen de los movimientos más complejos y trabajados.

Esta actividad, consiste en un conjunto de pruebas de carácter deportivo basadas en carreras, saltos y lanzamientos, que suponen son los movimientos más básicos del ser humano, desde los orígenes hasta la contemporaneidad.

Para Hornillos (2000: pág.09), el atletismo “es un conjunto de prácticas deportivas integradas por habilidades y destrezas básicas en el comportamiento motor del ser humano, como son las carreras, marcha, saltos y lanzamientos, realizadas bajo unas normas que regulan la competición”.

El atletismo es un deporte elemental para todo ser humano, ya que sus gestos motrices básicos como las carreras, saltos y lanzamientos están ligados ineludiblemente al comportamiento del ser humano.

Desde la perspectiva de la iniciación deportiva y debido a la riqueza motriz de sus modalidades, la práctica genérica del atletismo supone la adquisición de una base sólida para la inmensa mayoría de los deportes. También es tremendamente formativo, siempre que se creen las condiciones necesarias para que su práctica sea educativa, lo que dependerá en gran medida de la preparación de los entrenadores y profesores. (Hornillos, 2000)

Mestre y Castro (2000; en línea) aportan a la definición del atletismo, manifestando que este “refleja las actividades cotidianas que realiza el hombre y brinda a muchos deportes sus propios ejercicios específicos para el desarrollo de su patrón técnico.” De manera más concreta se lo considera como “el conjunto de movimientos naturales y contruados del caminar, el correr, el saltar y el lanzar llevados a la competencia.” (Mazzeo, 2007, pág. en línea)

El atletismo es un deporte que guarda dentro de sí mismo tareas básicas del cuerpo humano como ya las han destacado los autores antes mencionados, contiene una serie de disciplinas distribuidas en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha, tendiendo cada una un escenario adecuado para su ejecución, que brinda las posibilidades de realizar la prueba sin riesgos para el competidor, jueces o espectadores. Consistiendo en vencer al adversario en velocidad, resistencia, en distancia o en altura, dependiendo de la prueba en la que se midan dos o más atletas, respetando las reglas que rigen dentro de la técnica o en el evento de competencia propiamente dicho, reguladas por una entidad u organización como la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo- IAAF, por sus siglas en inglés, como ejemplo del máximo ente regulador del atletismo.

Desde este punto de vista se puede decir que el atletismo no es un deporte aislado, sino un conjunto de pruebas con diferencias marcadas, en cuanto a sus fundamentos técnicos, a su escenario de participación, a la morfología de sus practicantes, a su reglamento e incluso a las diferentes capacidades utilizadas en cada una de ellas por parte de los atletas. Es así que defiende su título como rey de los deportes, ya que en ella reposan los principios de los numerosos deportes practicados actualmente, sin importar cuantos más sean creados por la sociedad moderna para satisfacer la demanda que cada día es más grande por parte de los grupos etéreos, en cada uno de esos deportes siempre estarán presentes los gestos técnicos del atletismo.

1.2.1.- Atletismo escolar

En el ámbito educativo el atletismo es considerado como una actividad base para los estudiantes, es por esta razón que debe estar inmersa dentro de los programas deportivos que se realicen para niños que estén dentro de la edad escolar, siendo esta, aquella que se extiende a lo largo del periodo de su preparación académica básica; de tal manera que Gómez y García citados por Blázquez (1995), sostienen que:

Toda actividad físico-deportiva realizada por niños/as y jóvenes en edad escolar, dentro y fuera del centro escolar, incluso la desarrollada en el ámbito de los clubs o de otras entidades públicas o privadas, considerando, por tanto, deporte escolar como sinónimo de deporte en edad escolar. (pág24)

Destacando además que:

El deporte escolar remite, en primer lugar y en sentido restringido, al tipo de deporte y actividad física que se desarrolla en el marco local de la escuela. En segundo lugar y sentido amplio, a todo tipo de actividad física que se desarrolla durante el periodo escolar al margen de las clases obligatorias de educación física y como complemento de estas. Se incluye dentro de esta categoría toda una serie de actividades que no revisten un carácter de obligatoriedad y que habitualmente significan una educación del tiempo libre. (Blázquez, 1995, pág. 24)

Por su parte Begoña (2000) destaca sobre "(...) el papel relevante que juega el centro escolar, estableciéndose que la participación en las actividades deportivas se estructura básicamente a través de los centros escolares; siendo estos los responsables, en la vertiente formativa, de posibilitar la práctica deportiva (...)". (pág08).

De tal manera se define el atletismo escolar como la práctica de esta disciplina deportiva por individuos cuyas edades estén dentro del marco de asistencia a los centros de educación y que ayudan a su formación en primera instancia como atletas y deportistas íntegros a mediano y largo plazo; así como toda aquella actividad atlética que se realiza fuera de las clases obligatorias de educación física que se imparten en los centros de educación.

El atletismo en edad escolar o atletismo para niños debe estar enfocado en la multilateralidad y no en la especialización, tratando de alcanzar este objetivo a través de diversas actividades lúdicas que vayan poco a poco relacionando al practicante con los fundamentos característicos de las pruebas del atletismo de élite. Por su parte la IAAF (Gozzoli, Simohamed, & Malek, 2006) en su publicación El “ATLETISMO PARA NIÑOS” nos manifiesta que, en ellos, el atletismo

(...) tiene la intención de provocar excitación jugando (...) permitirá descubrir actividades básicas: carreras de velocidad, de resistencia, saltos, lanzamientos en cualquier sitio (estadio, patio de juegos, gimnasio, cualquier zona deportiva disponible, etc.) Los juegos de atletismo les proporcionarán a los niños la oportunidad de lograr el máximo beneficio de la práctica del Atletismo, en términos de Salud, Educación y Autorrealización.

Así mismos los autores arriba citados, manifiestan que el atletismo en la edad infantil debe brindar ciertas pautas a los practicantes tal y como se detalla a continuación:

- Ofrecer a los niños un Atletismo **atractivo**
- Ofrecer a los niños un Atletismo **accesible**
- Ofrecer a los niños un Atletismo **instructivo**

Prácticamente de manera conjunta los autores citados en la última parte concuerdan que el atletismo escolar debe ofrecer un ambiente de juegos durante su práctica, que permitan ir descubriendo o adoptando destrezas básicas que rigen en el atletismo normal, destacando que las actividades lúdicas ofrecen al niño un ambiente de entusiasmo que animan a la práctica continua debido a las características atrayentes, accesibles e instructivas.

1.2.2.- Características del atletismo escolar

Cada una de las pruebas del atletismo escolar son modificadas o adaptadas a las características morfo funcionales de los niños, de tal manera que en ellas no existe la prueba de 100 metros planos, su lugar se corren 60 metros planos, otro ejemplo en la misma edad es que en lugar de lanzamiento de jabalina se lanza pelota de tenis, pero por arriba del brazo, es decir mecanizando el movimiento de la jabalina, pero sin jabalina, además de bajar las marcas con las que se inician por ejemplo los saltos de altura, citando solo algunos ejemplos de las modificaciones que se realizan del atletismo de élite al atletismo escolar. De esta manera se menciona que:

El Atletismo como asignatura posibilita, además, la preparación para la práctica de otros deportes, por contribuir al incremento de las capacidades físicas y la creación de una base para la adquisición de habilidades especiales en los estudiantes, pero siempre, teniendo en cuenta el cumplimiento de los requerimientos biológicos y psicológicos del educando y los principios metodológicos que aportan estas ciencias. (Mestre & Castro, 2002)

El atletismo escolar es una disciplina deportiva cuyos fundamentos basados en la naturalidad de los movimientos del cuerpo humano, ayudan a desarrollar de mejor manera las clases de educación física, siendo una herramienta esencial para los docentes que pretenden dar bases sólidas a sus alumnos, teniendo en cuenta siempre las características morfológicas, fisiológicas y psicológicas de los practicantes. Para esta tarea y respetando la madurez de los estudiantes es que se modifican las distancias, los elementos utilizados y las alturas en comparación con el atletismo de alto nivel.

El atletismo escolar es una disciplina que se encuentra inmersa dentro del currículo de educación física del ministerio de Educación del Ecuador, desde el primer año de educación general básica, aunque no se encuentra concebida como el deporte en sí, dentro de su eje de aprendizaje pone en manifiesto los “habilidades motrices básicas”, que es precisamente por lo que está compuesto el atletismo escolar o mini atletismo, poseyendo dentro de las destrezas con criterios de desempeños lo siguiente:

- Coordinar diversas formas de desplazamiento (caminando y corriendo) según la dirección del movimiento: adelante, atrás, a un lado, a otro lado.

- Correr a diferentes velocidades: rápido y lento; correr diferentes distancias: cortas y largas; distinguir la relación: tiempo-espacio.
- Lanzar diversos objetos a distancias varias.
- Saltar de diferentes formas: con impulso, sin impulso y sobre pequeños obstáculos.

Todo lo manifestado anteriormente, da inicio a la formación de un atleta íntegro, con la continuidad de la correcta enseñanza dentro de los centros de educación, atendiendo a los contenidos de las planificaciones de los años de educación básica de niveles superiores. De acuerdo a esta conceptualización es evidente la necesidad de potenciar estas actividades en los niños, a través de programas de promoción deportiva que permitan dar a conocer las características de un determinado deporte como lo es en este caso el atletismo, una disciplina que no tiene mucha aceptación por parte de los niños y jóvenes en comparación con el fútbol que es el segundo deporte más practicado en el mundo con más de 1.002 millones de practicantes según una encuesta realizada entre los 204 comités participantes durante las olimpiadas Londres 2012.

Sin embargo, en Ecuador, el deporte que ha alcanzado el mayor logro deportivo ha sido el atletismo, consiguiendo una medalla olímpica dorada en 20 kilómetros marcha en Atlanta 1996. Considerando lo antes planteado, es poca la difusión que se le ha dado a este deporte. Referente a este tema Ballabriga y Ferriz plantean lo siguiente:

Ciertamente, algunas federaciones deportivas tienen más facilidad para vincular a los jóvenes en la práctica de su deporte, debido a que éstos son mucho más populares (Tv, medios de comunicación, etc). Sabemos que una parte importante de las razones de la no práctica tan generalizada del atletismo con respecto a otros deportes. (Ballabriga & Ferriz, 2002)

Según estos autores entre las principales causales están:

- a. Desconocimiento de todas las disciplinas que componen el atletismo.
- b. Deporte que de alguna manera implica soledad, dramatismo (el atleta contra todos sin la ayuda de nadie).
- c. Una cierta frialdad (falta de relación constante con los compañeros).

Es así como estos literatos sustentan la poca aceptación por parte de los niños y jóvenes hacia el atletismo y los factores que favorecen la difusión de otros deportes a través de medios digitales, elementos a tomar en cuenta al momento de iniciar algún tipo de promoción deportiva. Es importante mencionar además la influencia de contar con los materiales e instalaciones adecuadas para la enseñanza y práctica del atletismo, ya que, al ser un deporte de características variadas entre sus pruebas, es determinante contar con esos elementos que son importantes para su correcta ejecución.

1.2.3.- Pruebas del atletismo escolar

Para poder describir las pruebas que destacan en el atletismo escolar, es preciso diferenciar cada una de las categorías con su respectivo rango de edad, ya que dependiendo de estas y de sus características vistas desde las diferentes ciencias afines al deporte, es como se establecen las pruebas en la competencia. De este modo según la Real Federación Española de Atletismo en su reglamentación de la temporada 2016 – 2017 entre otras categorías destaca las siguientes:

- BENJAMÍN: quienes tengan 7 u 8 años
- ALEVÍN: quienes tengan 9 o 10 años
- INFANTIL: quienes tengan 11 o 12 años
- CADETE: quienes tengan 13 o 14 años
- JUVENIL: quienes tengan 15 o 16 años
- JUNIOR: quienes tengan 17 o 18 años

De esta manera es como el Ayuntamiento de Carmona de Sevilla (2008: en línea) en su agenda de ocio y tiempo libre, detalla las pruebas de atletismo que se llevaron a efecto en el año 2008 en las diferentes categorías como se detalla a continuación:

CATEGORÍAS: Cadete, juvenil y junior

Salto de longitud, lanzamiento de peso (2 y 3 kgs)

Carreras de velocidad: 100 mts

Carreras de medio fondo: 1000 mts

Por equipos: relevos 4x100m.

CATEGORÍAS: Benjamín, alevín e infantil

Lanzamiento de pelota

Carreras de velocidad: 50 mts

Carreras de medio fondo: 1000 mts

Por equipos: relevos 4x50m.

Destacando además que cada niño/a podrá participar como máximo en dos pruebas individuales, más el relevo.

1.2.4.- Importancia del atletismo escolar

Por naturaleza los niños están siempre en constante competencia entre ellos, de esta manera, el atletismo con su variedad de pruebas de pista y de campo, proporciona una excelente alternativa para que se lleve a cabo este enunciado. Es así que cuando se habla de importancia, se hace referencia a aporte, en este caso es preciso destacar la contribución del atletismo escolar en los centros de educación como instrumento de enseñanza de la cultura física, precisando además que su práctica no se limita en los interiores de mencionados centros de formación sino también a toda práctica atlética que realizan los individuos durante las edades comprendidas en los periodos de estudio. Respaldándonos en el manifiesto que nos menciona que “el atletismo escolar es de gran importancia en un esquema de educación física que está orientando hacia el normal desarrollo de los alumnos en las diferentes edades evolutivas, (...) el atletismo en su iniciación debe adquirir características formativas y multilaterales.” (Mazzeo, 2007, pág. en línea)

Por su parte, Alonso & Del Campo ponen en descubierto la importancia del atletismo escolar, destacando que “Las habilidades atléticas son un contenido del que se valen y utilizan los profesores del área de Educación Física con el propósito de que los alumnos logren alcanzar los objetivos propuestos en el Currículo de Primaria”. (pág18)

A través del trabajo y desarrollo de las habilidades atléticas, se contribuye de forma directa a que el alumno alcance las capacidades que aparecen reflejadas en los objetivos de etapa. Para ello será necesario elegir correctamente las actividades y los juegos a emplear en el aprendizaje y facilitar y fomentar la participación tanto individual como grupal de los

alumnos, planteando situaciones de aprendizaje adecuadas a su nivel de desarrollo, que en todo momento resulten atractivos. (Hueriga, 2012, pág. en línea)

El Atletismo abre los caminos por donde transitarán los otros deportes que practique el individuo, de ahí la importancia de su conocimiento “pero siempre, teniendo en cuenta el cumplimiento de los requerimientos biológicos y psicológicos del educando y los principios metodológicos que aportan estas ciencias.” (Fajardo, 2011)

Para cumplir cada uno de los objetivos propuestos es preciso que los profesores de educación física o entrenadores que estén a cargo de la ejecución de los programas de atletismo escolar, cuenten con un amplio conocimiento en referencia a ciencias como fisiología, anatomía, psicología, didáctica, entre otras que permiten conocer las características de cada sujeto en las etapas por las que este transite y que además aportarán de gran manera a un armonioso desarrollo de esta actividad deportiva.

Para Fajardo (2011), la utilización de estas ciencias es de vital importancia en cada una de las actividades que se realizan dentro de la clase, pues le “permiten al docente tener en cuenta las características de los educandos en cada subgrupo, así como establecer la carga física adecuada para cada uno de ellos (trabajo diferenciado)”. Esto permitirá realizar una adecuada planificación que permita el desarrollo armonioso de las cualidades de practicante sin llegar a una carga excesiva de trabajo y por el contrario permita “una motivación por la masividad en la actividad física de los miembros de la sociedad, ya sea como función preventiva en el mantenimiento de la salud o para crear bases en la búsqueda de talentos para el deporte de alto rendimiento.” (Fajardo, 2011)

De este modo es innegable el valioso aporte del atletismo en la formación integral de los niños en edad escolar que practican esta disciplina, siendo un instrumento que precisa ser bien llevado a la práctica por personas conocedoras del tema por cuanto a través de él se están formando las bases o cimientos de futuros atletas sea en el deporte que sea, o en un caso diferente de personas con otra profesión que necesitará en la cotidianidad misma, la correcta ejecución de ciertas actividades como correr, saltar, y lanzar, ya sea por ocio o por necesidad alguna, siempre que las circunstancias de la vida lo

requieran, sin olvidar jamás que cada individuo se desarrolla de manera única e irrepetible, por lo que quienes estén frente a dichos grupos conozcan las etapas por las que transita el niño y así aplicar el trabajo adecuado, respetando sus características evolutivas.

1.2.5.- Iniciación al atletismo

Para definir la iniciación al atletismo es preciso puntualizar el término iniciación deportiva, el mismo que refiere a los primeros pasos dados por personas sin un rango de edad específica, dentro de un deporte o en un caso más general los primeros pasos realizando cualquier tipo de actividad deportiva, de este modo según el Diccionario de las Ciencias del Deporte citado por Blázquez (1995: pág. 19) la iniciación deportiva es:

Un proceso ceremonial que indica que las personas adquieren una nueva posición o una nueva pertenencia a un grupo. Los procesos de iniciación deben indicar, independientemente de los procesos de aprendizaje, que una persona determinada cumple ciertas exigencias ligadas a su estatus o específicas de un grupo y puede, pues, responder a las expectativas correspondientes.

El mismo autor dando su aporte a este tema, es puntual en este sentido manifestando que:

(...) dicho proceso, no debe entenderse como el momento en que se empieza la práctica deportiva, sino como la acción pedagógica, que teniendo en cuenta las características del niño o sujeto que se inicia, y los fines a conseguir, va evolucionando progresivamente hasta llegar al dominio de cada especialidad deportiva”.

Expresando que la iniciación deportiva no es un hecho único en sí, sino que es un proceso a través del cual el, o los sujetos que se inician va evolucionando paulatinamente hasta conseguir su objetivo, que sería en este caso en particular el dominio de un determinado deporte.

Centrándonos en la concreción del término iniciación deportiva, Hernández (2000; pág. 12), lo define como:

El proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un individuo, para la adquisición de la capacidad de ejecución práctica y conocimiento de un deporte. Este conocimiento abarca desde que el individuo toma contacto con el deporte hasta que es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional.

La iniciación deportiva “Supone llevar a cabo un trabajo de base, incidiendo sobre las diferentes habilidades específicas que constituyen los cimientos fundamentales de cada deporte, sin hacer hincapié en refinamientos ni perfecciones de ejecución, y abordando la práctica desde una situación muy globalizada.” (Rodríguez & Moreno, 1995, pág. 7). Los mismos autores citados proponen además los siguientes requisitos para el desarrollo de una correcta iniciación deportiva dentro del ámbito escolar:

- a. Efectuar un trabajo rudimentario de las técnicas que dan soporte a las diferentes disciplinas deportivas abordadas.
- b. Desarrollar una formación multidisciplinar completa.
- c. Trabajo multilateral.
- d. Empleo de formas jugadas.
- e. No centrarnos en un intenso trabajo físico.

Cuando se menciona la multidisciplinaridad, se debe tener en cuenta el llamado proceso de transferencia, incidiendo así en todas aquellas disciplinas deportivas que influirán positivamente en el deporte que queremos trabajar en concreto. Para Rodríguez & Moreno, (1995, pág. 9), “una relación de trabajo idónea en esta fase sería: 60% de trabajo centrado en el deporte escogido y 40% de trabajo centrado en deportes de clara transferencia”. Por otro lado, el trabajo multilateral, el empleo de formas jugadas y la reducida intensidad de trabajo físico deben respetarse por encima de todo según el autor citado anteriormente.

La iniciación deportiva es una de las etapas de mayor importancia en el desarrollo de este proceso, por ser en este punto precisamente donde se concibe las bases necesarias para el desarrollo subsiguiente del deportista en la disciplina seleccionada, a través de un trabajo encaminado a la estimulación temprana de las posibilidades del deportista desde el punto de vista físico, fisiológico y psicológico, sentando a su vez las bases del denominado aprendizaje motor, precedente idóneo para la posterior asimilación de los componentes técnico - táctico inherentes al deporte específico que ellos elijan.

Blázquez (1995: pág.24), en su libro *Iniciación deportiva y el deporte escolar* explica que la iniciación deportiva se caracteriza por los siguientes aspectos:

1. ser un proceso de socialización, de integración de los sujetos con las obligaciones sociales respecto a los demás.
2. ser un proceso de enseñanza - aprendizaje progresivo y optimizador que tiene como intención conseguir la máxima competencia en una o varias actividades deportivas.
3. ser un proceso de adquisición de capacidades, habilidades, destrezas, conocimientos y actitudes para desenvolverse lo más eficazmente en una o varias prácticas deportivas.
4. ser una etapa de contacto y experimentación en la que se debe conseguir unas capacidades funcionales aplicadas y prácticas.

De esta manera tenemos sustento necesario para definir la iniciación al atletismo como las primeras incursiones del practicante en las actividades básicas relacionadas a esta disciplina, siendo tema de mucha importancia la edad idónea en la que los niños deben iniciarse, referente a esto, Martínez (2012) citando los estudios llevados a cabo por Blázquez en tema de iniciación deportiva defienden la postura que, “ante la dificultad de establecer una norma que de uniformidad de criterio de edad de iniciación para todas las prácticas deportivas sería el periodo comprendido entre los 6 y los 12 años y que sería verdaderamente eficaz alrededor de los 9-11 años.”

De la misma manera, (Martens, 1986pág. 118), considera “los 6 años de edad mínima y los 11 como la edad media para el comienzo de la iniciación al atletismo.”

Analizando cada uno de los autores citados en este apartado, la iniciación deportiva son todas aquellas actividades primarias que nos dotan de las características necesarias para poder dominar un determinado deporte, de esta manera, la iniciación al atletismo es la incursión primaria en los fundamentos o gestos técnicos que lo rigen, de tal manera que son muchos los estudios realizados por los diferentes expertos para determinar la edad idónea en la que las personas deben iniciarse con el fin de obtener la especialidad deportiva

y conseguir logros a gran nivel, coincidiendo que esta edad oscila entre los 6 y 11 años de edad por cuanto sus acciones son naturales y propias de la edad como las carreras, salto y lanzamientos, utilizando siempre y cuando los métodos correctos para su desarrollo, de manera lúdica que garantice su apego al deporte y no de manera rígida que podría alejar al niño de su práctica.

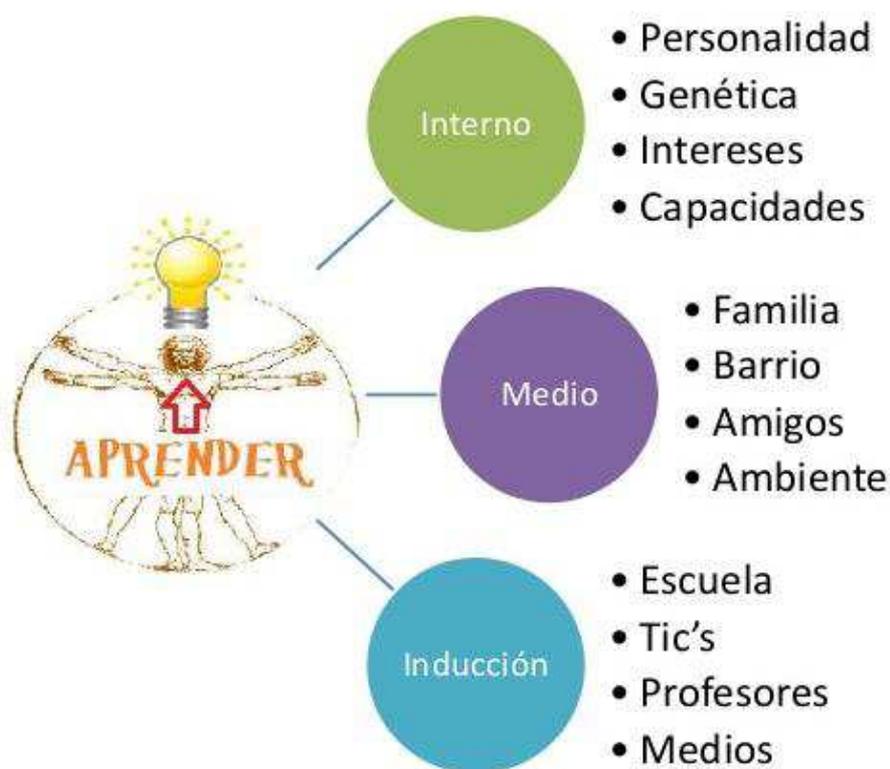


Figura 2. Factores del aprendizaje

Tal y como se ilustra en la figura 2 son varios los factores que se deben tomar en cuenta al momento de hablar de aprendizaje en un niño, ya que ninguno de ellos puede ser omitido si se pretende alcanzar una formación holística del niño como persona, en este caso en el contexto deportivo no es la excepción, cada uno de los factores mostrados son determinantes para llevar a cabo una correcta iniciación deportiva, pretendiendo alcanzar a futuro y respetando cada una de las etapas del individuo en formación, un nivel deportivo alto sea en el deporte que se lo incluya.

CAPÍTULO II

PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Presentación y Discusión de los Resultados de encuesta a estudiantes

Una vez aplicado el instrumento de recolección de datos para estudiantes (anexo B) elaborado a partir de la operacionalización de las variables de la investigación, (anexo A), se presentan a continuación los resultados y su análisis.

2.1 Datos Generales

Tabla 1. Edad y género.

	Edad	Entre 8-11años	Porcentaje	Totales
Género	Femenino	20	40%	50
	Masculino	30	60%	
TOTALES		50	100%	

Como se puede apreciar, en relación al dato edad todos los niños encuestados se ubican entre los 8 y 11 años, de los cuales el 40 % son niñas y el 60% varones.

1.- ¿Existe en su comunidad algún programa deportivo gubernamental que estimule la promoción del atletismo?

Tabla 2. Programa deportivo gubernamental.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	0	0
NO	50	100
Total	50	100

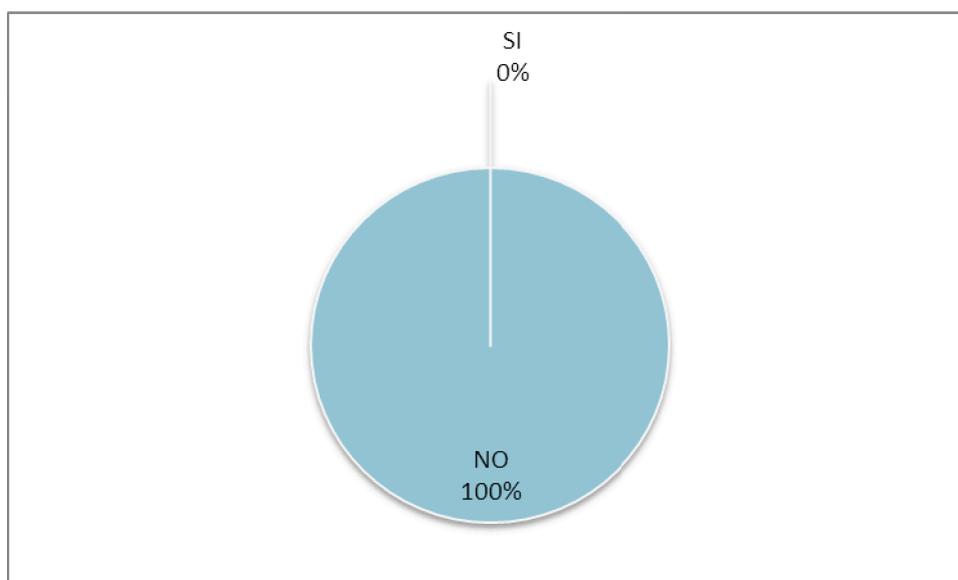


Figura 3. Programa deportivo gubernamental.

De acuerdo con los datos reflejados en el gráfico, se aprecia que el 100% de los encuestados manifestó que no tiene conocimiento de un programa deportivo gubernamental que promueva la práctica del atletismo en el cantón Puerto López. Esto concuerda con la observación por parte del investigador al evidenciar que no existe en esta comunidad un programa como el detallado con anterioridad.

2.- ¿Cuáles de los siguientes deportes practica usted dentro del ámbito escolar?

Tabla 3. Deporte escolar.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Fútbol	41	82
Básquet	0	0
Atletismo	3	6
Voleibol	0	0
Ninguno	6	12
Total	50	100

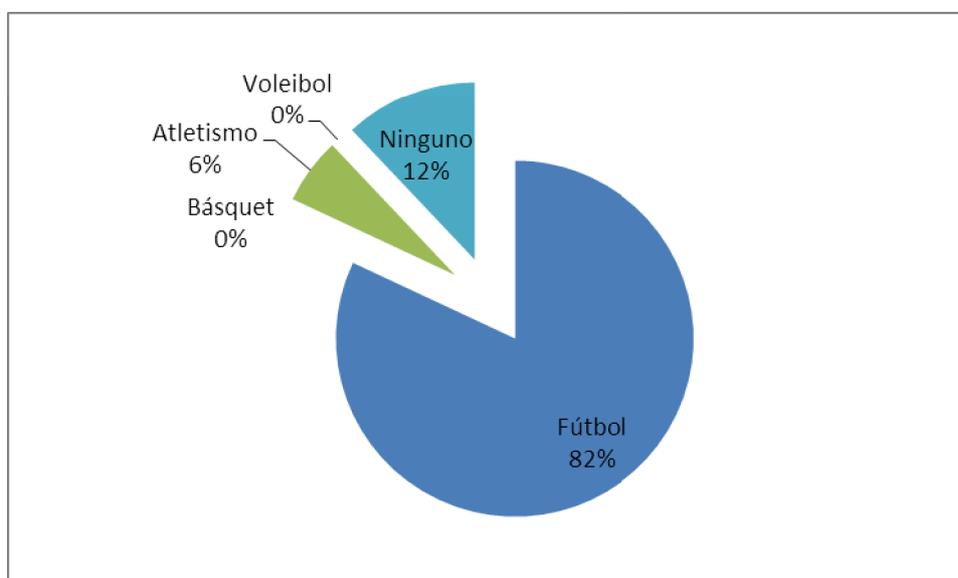


Figura 4. Deporte escolar

De acuerdo con la población encuestada, el 82% de los niños manifestó que dentro de la institución educativa sólo practica fútbol, un 6% contestó que practica atletismo y un 12% que no practica ningún deporte. Vale destacar que entre las opciones que podían elegir estaban además el voleibol y el basquetbol, dos deportes muy conocidos a nivel mundial. Concordando estos resultados con los de una encuesta realizada entre los 204 comités participantes durante las olimpiadas Londres 2012 que ubica al fútbol como segundo deporte más practicado a nivel mundial.

3.- ¿Practica alguna actividad deportiva fuera del ámbito escolar?

Tabla 4. Actividades deportivas extra escolares.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	45	90
NO	5	10
Total	50	100

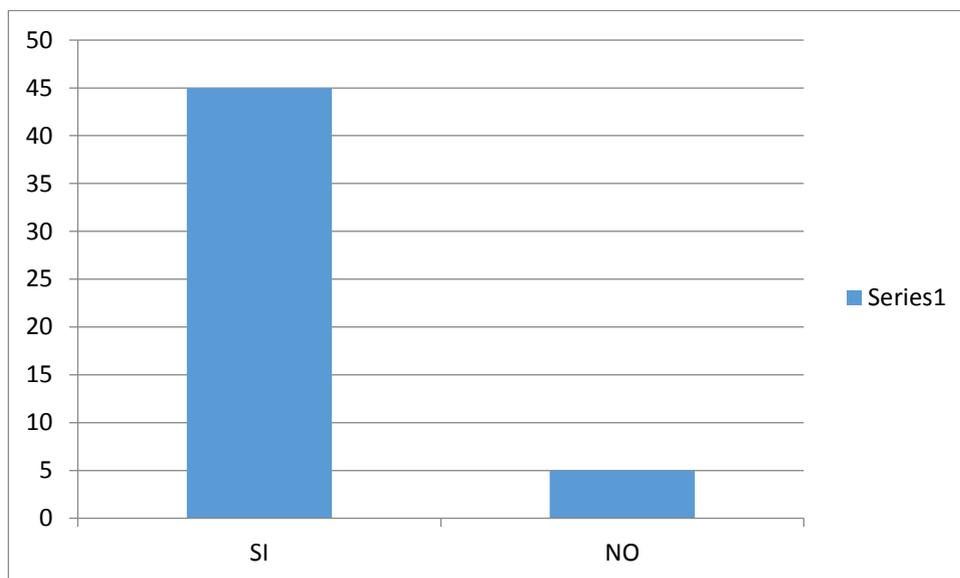


Figura 5. Actividades deportivas extra escolares.

Los datos expuestos en el cuadro nos muestran que el 90% de niños y niñas practican alguna actividad deportiva fuera del ámbito escolar, y por el otro extremo un 10% de niños y niñas no practican ninguna actividad deportiva fuera de la escuela. De esta manera se deja en evidencia la importancia del deporte dentro de la escuela para el desarrollo físico de los niños ya que según lo observado por parte del investigador para muchos niños y niñas es el único espacio con el que cuentan para la práctica de alguna disciplina deportiva.

4.- ¿Cuáles de las siguientes actividades deportivas realiza frecuentemente fuera del ámbito escolar?

Tabla 5. Actividades deportivas extraescolares.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Fútbol	48	96
Básquet	1	2
Atletismo	1	2
Voleibol	0	0
Ninguno	0	0
Total	50	100

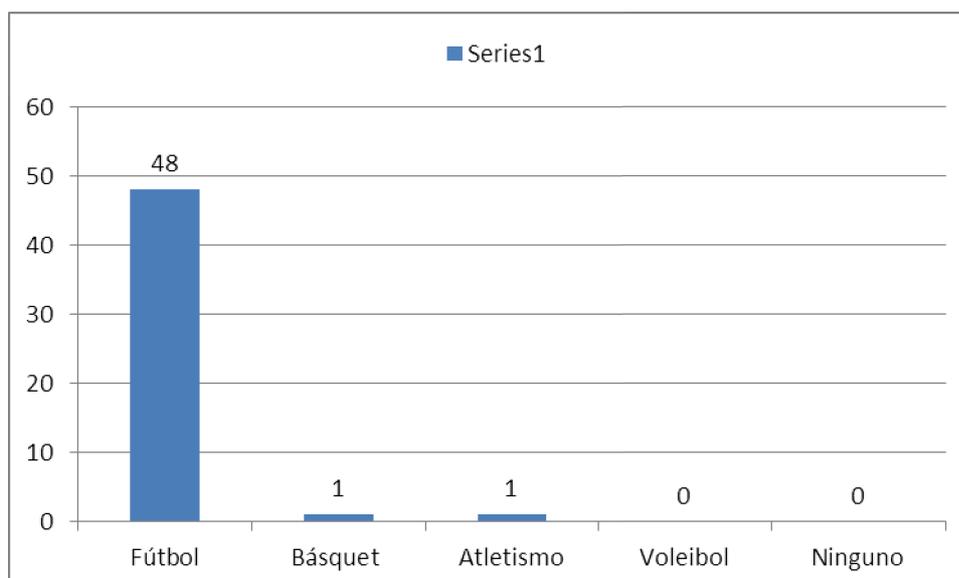


Figura 6. Actividades deportivas extraescolares.

Como se aprecia en la gráfica, 48 de los 50 niños, equivalente al 96% de los encuestados sostuvo que como actividad deportiva extra escolar practica el fútbol, un 2% practica básquetbol y un 2% practica atletismo. Concordando estos resultados con los datos que dejan al fútbol como uno de los deportes más practicados a nivel mundial, por sus múltiples medios de promoción.

5.- ¿Ha participado en alguna competencia de atletismo?

Tabla 6. Participación en competencia.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	45	90
NO	5	10
Total	50	100

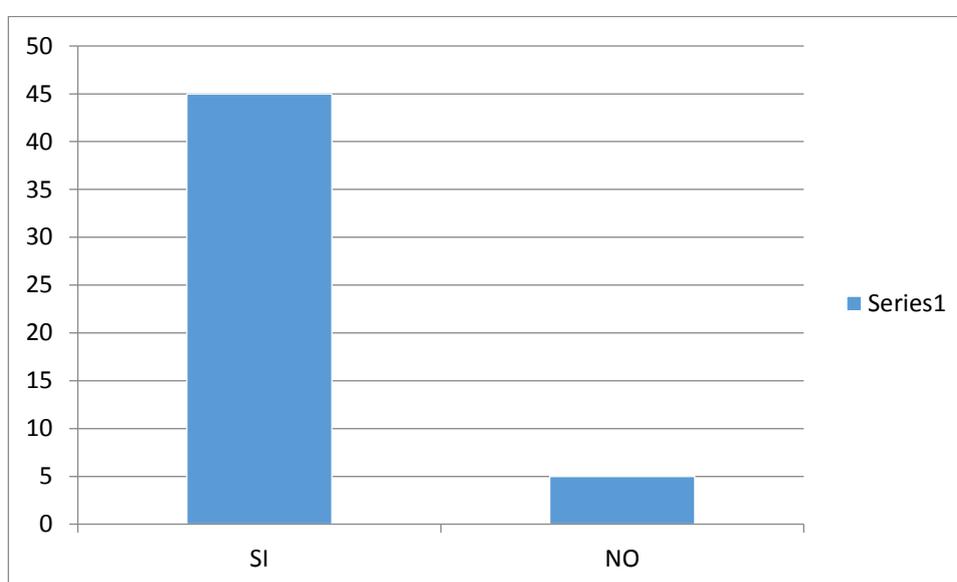


Figura 7. Participación en competencia.

El 90% de los niños encuestados manifiestan que si ha participado en competencias atléticas, y un 10% afirma que no ha participado en ninguna, lo que coincide con lo planteado por el autor de este trabajo referente a lo expresado en la problemática sobre las competencias sin ninguna clase de preparación o práctica previa.

2.2 Presentación y Discusión de los Resultados de encuesta a profesores de educación física

Una vez aplicado el instrumento de recolección de datos para maestros de educación física elaborado a partir de la operacionalización de las variables de la investigación, se presentan a continuación los resultados y su análisis.

2.3 Datos Generales

Tabla 7. Edad y género.

	Edad	Entre 25-52años	Porcentaje	Totales
Género	Femenino	2	20%	10
	Masculino	8	80%	
TOTALES		10	100%	

Como se puede apreciar, en relación al dato edad los niños maestros encuestados se ubican entre los 25 y 52 años, de los cuales el 20% son de sexo femenino y el 80% de sexo masculino.

1.- Título profesional.

Tabla 8. Profesión.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
Licenciado EEFF	8	80
Otro	2	20
Total	10	100

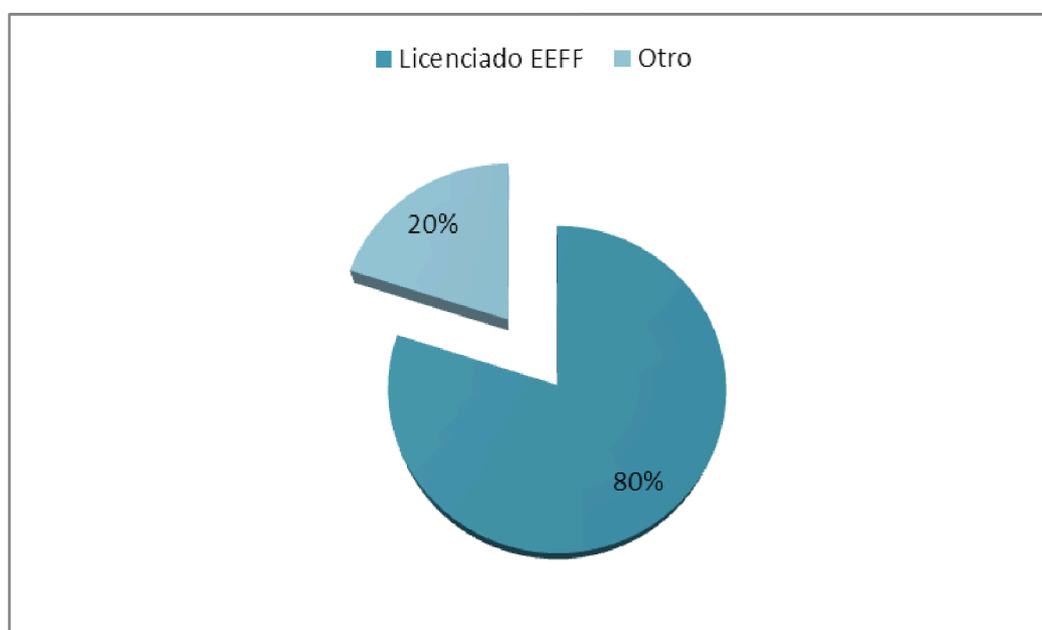


Figura 8. Profesión.

En relación con los resultados, se evidencia que de los 10 maestros que imparten la materia de Educación Física en las unidades de educación básica del cantón Puerto López, sólo 8 de ellos poseen título profesional en el área, siendo un requisito indispensable para llevar a cabo la correcta formación deportiva de los niños en edad escolar, ya que según Fajardo (2011) es necesario el conocimiento de varias ciencias biológicas por parte del profesor para cumplir con el objetivo de manera correcta.

2.- ¿Considera usted que el atletismo escolar tiene aceptación entre los estudiantes?

Tabla 9. Aceptación del atletismo.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	10	100
NO	0	0
Total	10	100

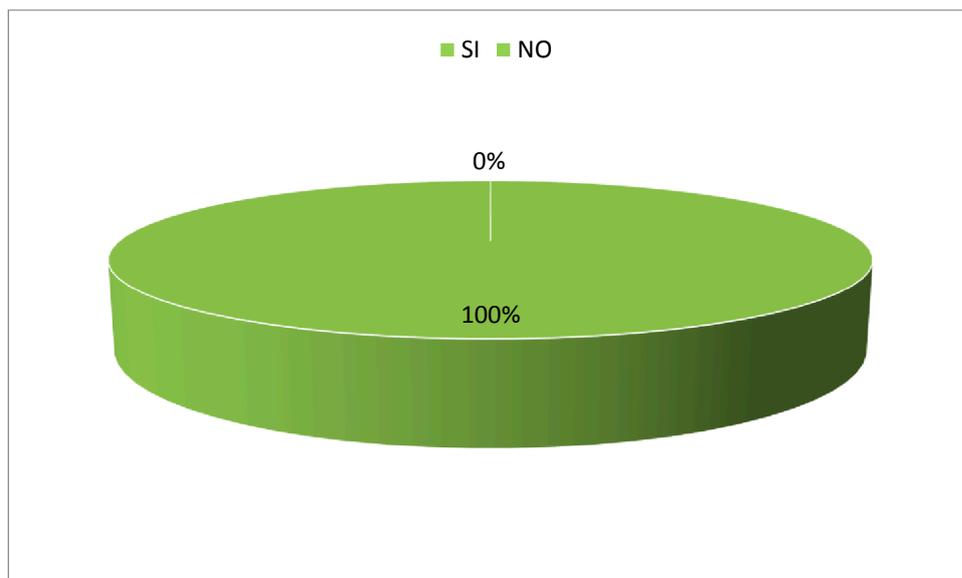


Figura 9. Aceptación del atletismo

Cada uno de los sujetos encuestados, respondieron positivo en referencia a la aceptación del atletismo por parte de los estudiantes. A pesar que para Ballabriga & Ferriz (2002) el atletismo no tiene la misma aceptación que otros deportes como el fútbol debido a su poca promoción como por ejemplo en los medios de comunicación.

3.- ¿Incluye usted en su planificación la enseñanza del atletismo escolar?

Tabla 10. Planificación.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	9	90
NO	1	10
Total	10	100

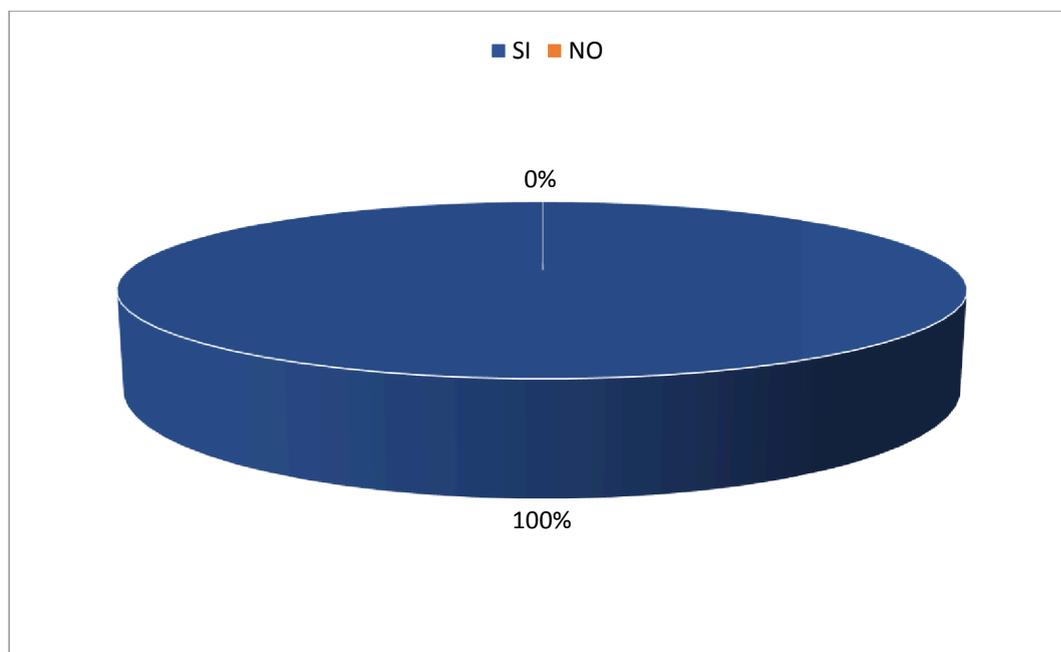


Figura 10. Planificación.

Según los datos y porcentajes con relación a la inclusión del atletismo en sus planificaciones de enseñanza, un 90% de los maestros encuestados manifestaron que si lo contienen en sus clases, cumpliendo con el currículo de educación física del ministerio de Educación del Ecuador donde se encuentra inmerso el atletismo escolar dentro de sus ejes de enseñanza.

4.- ¿Cuenta la unidad educativa con los recursos materiales necesarios para la enseñanza del atletismo?

Tabla 11. Materiales de atletismo.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	2	20
NO	8	80
Total	10	100

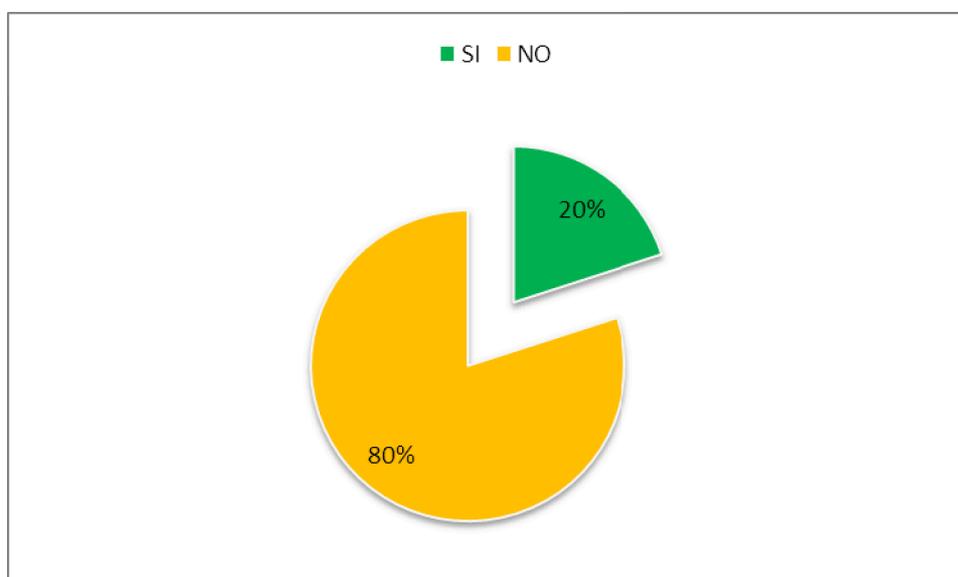


Figura 11. Materiales de atletismo.

En referencia a los recursos materiales para la práctica el atletismo en las unidades educativas, el 80% de los maestros respondieron que no existe material alguno para su ejecución, lo que es un inconveniente, ya que el atletismo tiene como característica utilizar diferentes tipos de materiales para su práctica en sus diferentes pruebas, y tan solo un 20% afirmó que si poseen.

5.- ¿Existen en la unidad educativa en la que labora, espacios adecuados para la práctica del atletismo escolar?

Tabla 12. Espacios para practicar atletismo.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	10	100
NO	0	0
Total	10	100

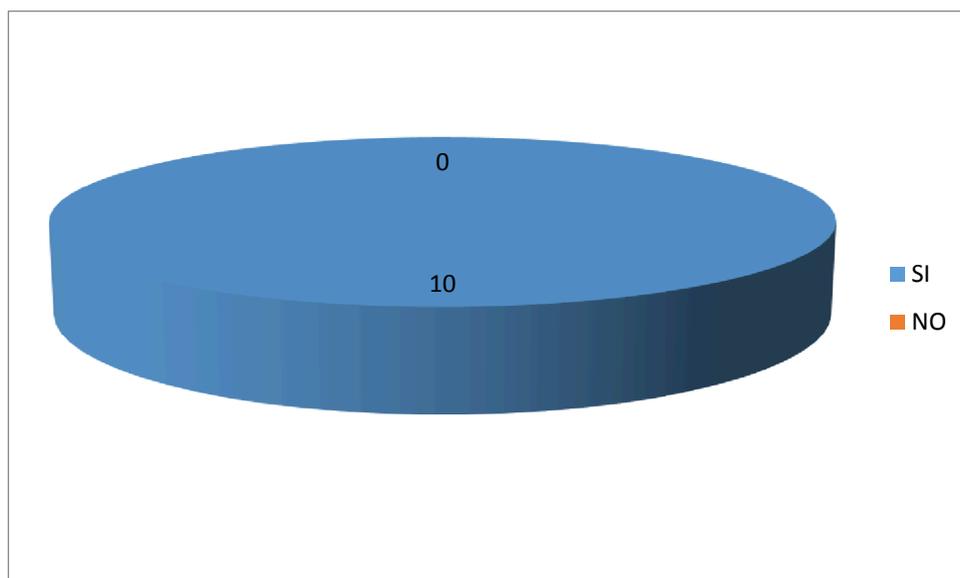


Figura 12. Espacios para practicar atletismo.

De acuerdo con los encuestados, el 100% manifestó que en las unidades educativas donde laboran, no existe el espacio adecuado para la práctica del atletismo escolar, concordando con la realidad de las unidades educativas, ya que no cuentan con el espacio adecuado para la práctica del atletismo, lo que se puede considerar como un obstáculo para la evolución de este deporte en los estudiantes.

6.- ¿Cree usted que existe en el cantón Puerto López infraestructura para el desarrollo del atletismo escolar?

Tabla 13. Infraestructura deportiva.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	1	10
NO	9	90
Total	10	100

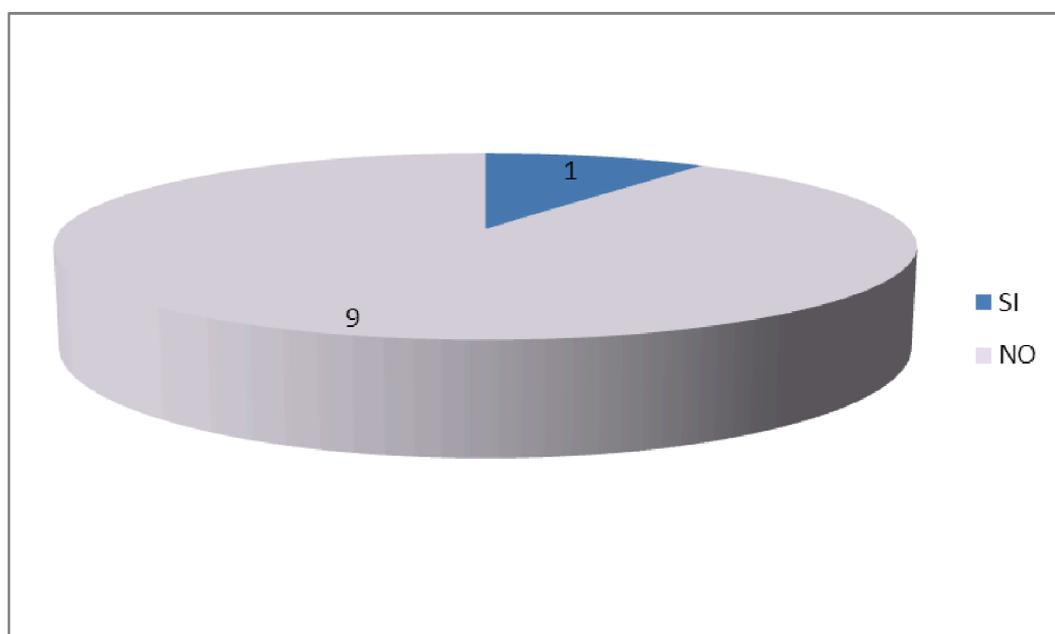


Figura 13. Infraestructura deportiva.

Según la gráfica, un 90% de los maestros encuestados, aseveran que no existen instalaciones adecuadas para la práctica del atletismo escolar en el cantón Puerto López y un 10% que si los hay. La mayoría concuerda con la realidad de la comunidad ya que efectivamente como se manifiesta en el planteamiento del problema, Puerto López no cuenta con una pista adecuada para el desarrollo del atletismo en cualquiera de sus manifestaciones.

7.- ¿Considera usted que si se contara con los recursos materiales y espacios adecuados para la práctica del atletismo escolar, este tuviera mayor aceptación por parte de los estudiantes?

Tabla 14. Recursos materiales y espacios.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	10	100
NO	0	0
Total	10	100

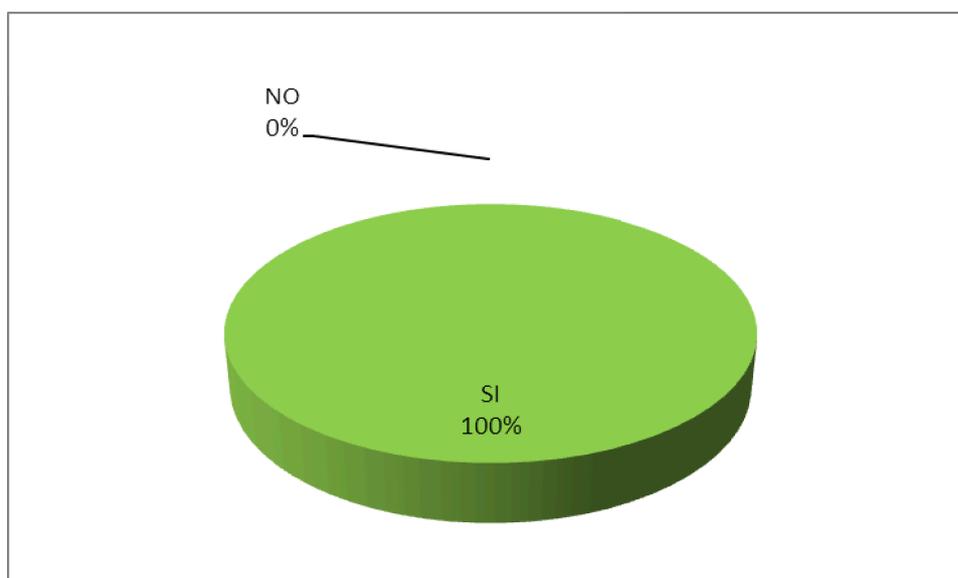


Figura 14. Recursos materiales y espacios.

Los datos mostrados en el gráfico aprueban en un 100% el enunciado de que si se contara con los materiales y espacios adecuados para la práctica del atletismo, este tuviera mayor aceptación por parte de los niños en edad escolar. Corroborando lo planteado en el marco teórico, ya que al ser un deporte de características variadas entre sus pruebas, es determinante contar con esos elementos que son importantes para su correcta ejecución.

8.- ¿Considera necesario la realización de un programa deportivo para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López?

Tabla 15. Programa deportivo de promoción de atletismo.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	10	100
NO	0	0
Total	10	100

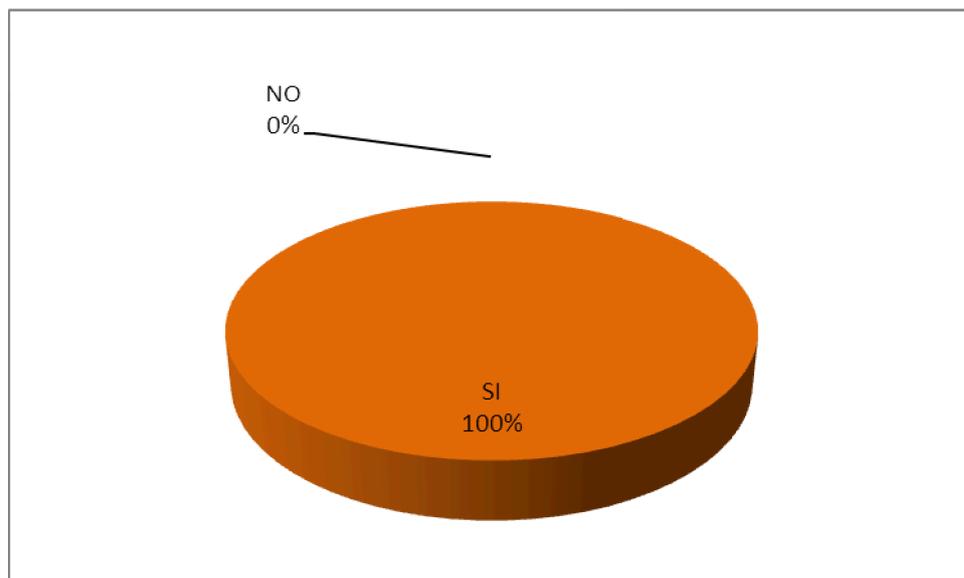


Figura 15. Programa deportivo de promoción de atletismo.

Cada uno de los sujetos encuestados sostiene que un programa deportivo para la promoción del atletismo escolar es necesario para fomentar este deporte en el cantón Puerto López, ya que según Ordaz y Saldaña (2005) este se compone de una serie de acciones definidas para la realización del plan que incluye la determinación de las actividades, sus tiempos y responsables.

9.- ¿Le gustaría formar parte de un programa de enseñanza del atletismo escolar?

Tabla 16. Programa de enseñanza de atletismo.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	10	100
NO	0	0
Total	10	100

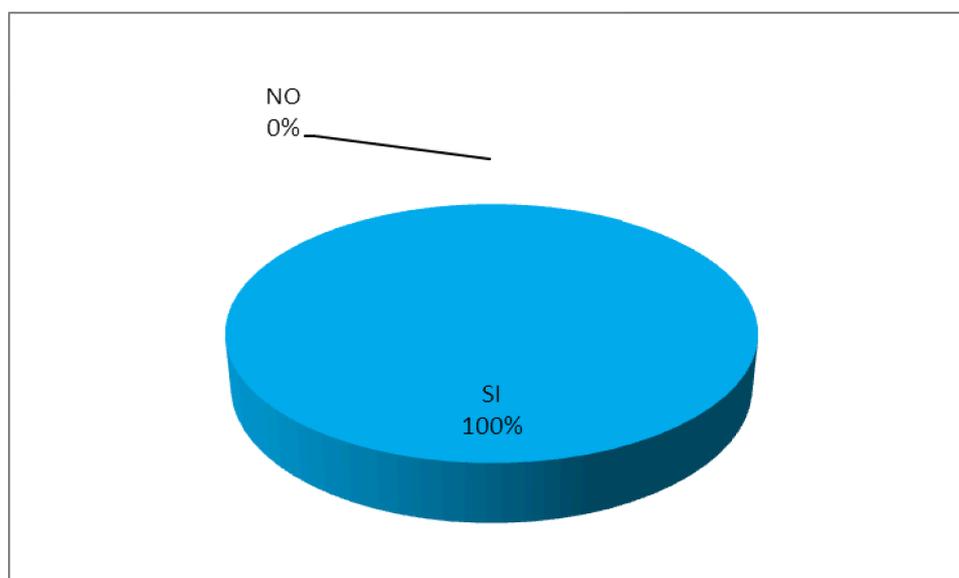


Figura 16. Programa de enseñanza de atletismo.

Los datos obtenidos en esta interrogante, demuestran que el 100% de maestros encuestados están dispuestos a formar parte de un programa de enseñanza de atletismo escolar, demostrando de esta manera su interés por mencionado deporte, que comprende la base para la posterior práctica de alguna otra disciplina deportiva.

10.- ¿Utilizaría usted un programa deportivo para la enseñanza del atletismo escolar en su comunidad?

Tabla 17. Uso del celular en clases de educación física.

Respuestas	Frecuencia	Porcentaje
SI	10	100
NO	0	0
Total	10	100

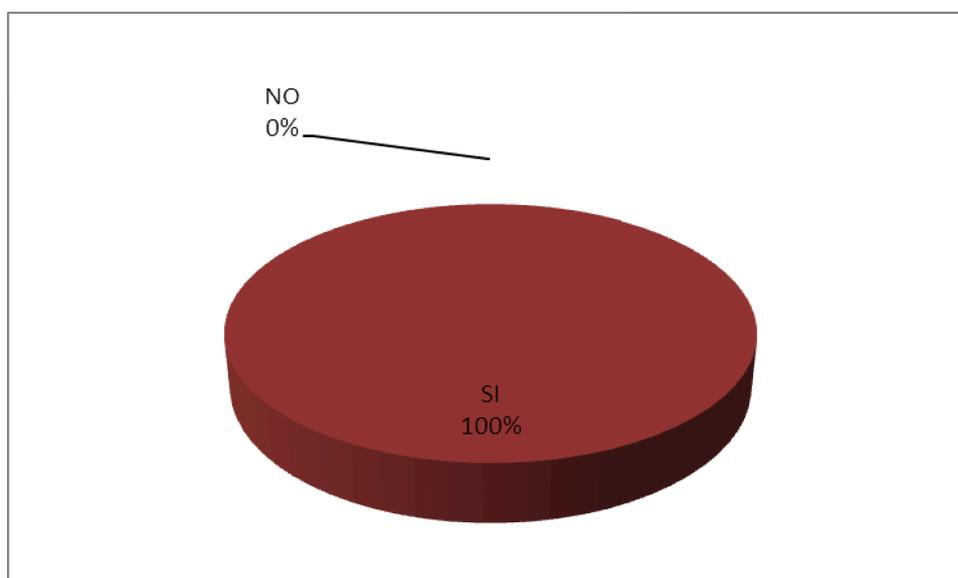


Figura 17. Uso del celular en clases de educación física.

Los sujetos encuestados en su totalidad aprobaron la utilización de un programa deportivo para la enseñanza del atletismo en su comunidad, demostrando la importancia de este deporte en la formación deportiva de niños y niñas del cantón Puerto López. Concordando con análisis de experiencias por parte del autor de esta investigación como parte del cuerpo de entrenadores del atletismo en el año 2008.

2.4 Discusión de los resultados.

Los resultados arrojados por esta encuesta eran los esperados por parte del autor, ya que corrobora parte de lo planteado en la problemática de la investigación. En primera instancia, se evidencia que los niños no conocen sobre algún programa deportivo gubernamental para la promoción del atletismo, ya que ciertamente dentro del cantón Puerto López no se ejecuta actualmente alguno.

Dentro de las instituciones educativas, el deporte más practicado es el fútbol, dejando casi sin lugar a la práctica de algún otro deporte; fuera del ámbito escolar, ajenos a las disposiciones del centro educativo gran parte de los niños y niñas practican alguna actividad deportiva, y al ser cuestionados sobre cual deporte realizan, aseveraron que es el fútbol, atestiguando porque es uno de los deportes más populares en el mundo.

Por otra parte es curioso como al analizar los datos sobre si han participado alguna vez en una competencia atlética, una gran mayoría de los niños afirmaron que sí; sin embargo no es uno de los deportes que ellos practican dentro ni fuera del ámbito escolar según los resultados obtenidos en esta encuesta, lo que da lugar a reafirmar lo planteado por el autor en la problemática, donde manifiesta que la práctica del atletismo se da meramente en las competencias escolares de manera directa, sin algún tipo de preparación o práctica previa.

Siguiendo la misma línea de encuestas a los profesores de educación física, se sabe que estos son el pilar fundamental para el correcto desarrollo deportivo de los atletas desde sus más tempranas etapas de vida, razón por la cual se le aplicaron una serie de interrogantes en relación al atletismo escolar, en primera instancia podemos evidenciar que no todos los profesores que imparten la materia de educación física son profesionales en el área, lo que podría generar una incorrecta o escasa formación deportiva.

En referencia a los materiales e instalaciones deportivas para la práctica del atletismo escolar, los datos obtenidos demuestran que la mayoría de las instituciones de educación básica no cuentan con los mismos, lo que es evidentemente un punto muy negativo para el fomento de este deporte en dichos centros escolares y el cantón Puerto López.

En cuanto a el interés por parte de los estudiantes hacia la práctica del atletismo, los maestros encuestados manifestaron que si hay acogida, y que además lo incluyen dentro de sus planificaciones de enseñanza, contrastando con el tema de materiales e infraestructura que son escasas en estos centros educativos.

En cuanto a la importancia que le dan a un programa deportivo de enseñanza del atletismo se evidenció que son consciente de su valor, manifestando además que si formarían parte de mencionado programa y que además lo utilizarían para fomentar el atletismo en su comunidad.

2.5 Conclusiones y recomendaciones:

Conclusiones.

Las unidades de educación general básica del cantón Puerto López no cuentan con un programa deportivo que fomente la práctica del atletismo escolar.

El atletismo no es uno de los deportes más practicados por los estudiantes de las unidades de educación general básica del cantón Puerto López.

Las unidades educativas del cantón Puerto López cuentan con espacios que se pueden acondicionar para la práctica del atletismo escolar.

Es necesaria la elaboración de un programa deportivo que se ejecute con el fin de promocionar la práctica del atletismo escolar.

Un programa deportivo para la promoción del atletismo puede ser utilizado por los profesores de educación física para la ejecución de sus clases.

Recomendaciones.

En relación a los objetivos específicos planteados en esta investigación, se emiten las siguientes recomendaciones:

Al Ministerio del deporte del Ecuador.

Realizar programas de masificación de atletismo escolar en todos los cantones del país.

A la Liga Deportiva cantonal de Puerto López:

Acondicionar y poner a disposición de los centros educativos espacios y materiales para la enseñanza y práctica del atletismo.

Realizar periódicamente campeonatos de atletismo en sus diferentes manifestaciones para promocionar la práctica del atletismo dentro del cantón.

A las instituciones educativas:

Disponer profesores de educación física profesionales a impartir las clases de deporte a los niños en los años básicos iniciales.

A los profesores de educación física:

Incorporar en la clase de educación física temas relacionados al atletismo escolar.

Realizar competencias de atletismo a nivel interno de la institución educativa.

CAPÍTULO III
LA PROPUESTA



Autor:

Danny García Mero

Año:

2017

3.1.-Introducción de la Propuesta

Pequeños Atletas, es una propuesta de tipo deportiva y educativa que busca promover y fomentar la práctica del atletismo en el Cantón Puerto López, basado en la formación y en la enseñanza de los fundamentos básicos de las diferentes pruebas del atletismo.

Se presenta esta propuesta con un plazo, actividades y objetivos determinados teniendo en cuenta las edades de los niños participantes y las necesidades deportivas visibles a través del estudio de campo realizado en las diferentes instituciones de educación general básicas de la ciudad.

El programa pretende dar impulso no únicamente al atletismo, sino por medio de este, buscar el mejoramiento de los principales gestos técnicos como saltar, correr y lanzar, que ayudará a mejorar técnicamente a los niños en otros deportes por ellos practicados.

3.2 Justificación de la Propuesta

La formación de la base formativa y educativa en los niños del cantón Puerto López es uno de los grandes retos que afronta este municipio, en tal sentido el motivo principal de la propuesta Pequeños Atletas es contribuir con la masificación del atletismo en este sector del país.

Se espera que con esta propuesta se beneficien directamente los niños en edad escolar y profesores de educación física del cantón Puerto López e indirectamente los padres de familia y sociedad en general.

El presente trabajo se sustenta en la ley del deporte Ecuatoriano, artículo 11.- De la práctica del deporte, educación física y recreación.- Es derecho de las y los ciudadanos practicar deporte, realizar educación física y acceder a la recreación, sin discrimen alguno de acuerdo a la Constitución de la República.

De esta manera se cumple con este derecho en las edades tempranas, dando la oportunidad de que los niños aprendan correctamente bajo la supervisión de personal capacitado en el deporte y utilizando los medios necesarios.

3.3 Factibilidad Económica

Este proyecto pretende ser puesto a disposición de las autoridades gubernamentales, educativas, deportivas, a entrenadores y profesores de educación física del cantón Puerto López, para que el atletismo escolar se fortalezca, razón por la cual el factor económico no se considera un impedimento para su ejecución.

El en mayor de los casos, la consecución de los medios económicos y materiales se harán por medio de autogestiones a empresas públicas y privadas, así como también a personas naturales que gusten del deporte.

3.4 Factibilidad Social

Este proyecto tendrá un impacto social en lo deportivo y en lo educativo, se fomentará un deporte poco practicado en el cantón Puerto López que además servirá como medio de formación para los niños y niñas.

En el ámbito deportivo se dará la pauta para que quienes gusten de esta disciplina se encaminen a la formación y especialización para competencias locales, regionales y nacionales.

Los niños tendrán dentro de un mismo deporte varias opciones para degustar ya que el atletismo cuenta con diferentes y variadas modalidades que van desde la caminata, carreras, saltos y lanzamientos.

3.5.- Objetivos de la propuesta

- 1.- Promocionar el atletismo escolar a través actividades de enseñanza de varias modalidades.
- 2.- Desarrollar los fundamentos básicos de las carreras del atletismo.
- 3.- Fomentar los fundamentos básicos de los saltos del atletismo.
- 4.- Desarrollar los fundamentos básicos de los lanzamientos del atletismo.
- 5.- Realizar una competencia demostrativa de las diferentes pruebas del atletismo.

3.6.- Matriz FODA.

Tabla 18. FODA

<p>FORTALEZA</p> <ul style="list-style-type: none">• Personal dispuesto a colaborar con la propuesta.• Espacios que pueden ser utilizados para la enseñanza del atletismo escolar.• Niños dispuestos a participar• Propuesta innovadora (no hay alguna similar en el cantón)• Varias disciplinas en un solo deporte.	<p>DEBILIDAD</p> <ul style="list-style-type: none">• Escasa información del atletismo por parte de los niños.• Falta de recursos materiales de atletismo.• Falta de una pista atlética reglamentaria.• Falta de competencias locales.• Nulo apoyo de liga deportiva cantonal a otro deporte que no sea fútbol.
<p>OPORTUNIDAD</p> <ul style="list-style-type: none">• Promocionar del atletismo escolar.• Aumentar el número de practicantes de atletismo.• Posibilidad de generar atletas que representen al cantón.• Mejoramiento de gestos técnicos de otros deportes gracias al atletismo.	<p>AMENAZA</p> <ul style="list-style-type: none">• Falta de un departamento de deporte en la municipalidad.• Falta de presupuesto.• Inclinación de los padres a que sus hijos practiquen un deporte más popular.

3.7.- Presupuesto

El presupuesto es toda la recopilación de datos a utilización que se reflejaran en su concepto o material utilizado en este trabajo de investigación, más el valor que sirvió para su ejecución o su elaboración.

Tabla 19 Presupuesto

<u>CANT.</u>	<u>CONCEPTO</u>	<u>VALOR UNIT</u>	<u>VALOR TOTAL</u>
24	Conos	3.00	72.00
24	Pelotas de tenis	1.00	24.00
20	Cuerdas	3.00	60.00
24	Aros	2.00	48.00
---	Material para vallas	50.00	50.00
24	Bastones	5.00	120.00
1	Entrenador x 5 meses	600.00	3,000.00
1	Asistente x 5 meses	365.00	1,825.00
---	Varios	150.00	150.00
TOTAL			\$ 5,349.00

Como se puede observar, se detalla el presupuesto del entrenador y asistente, además cada material a utilizarse mediante su expresión a su valor respectivo en el cual tiene el total de \$ 5,349.00 la cual se utilizará en la ejecución y realización de la propuesta que se presentó en el trabajo de investigación.

3.8.-Recomendaciones para la aplicación de la Propuesta

Solicitar a las instituciones gubernamentales (municipio, liga deportiva cantonal) la facilitación del uso de espacios e infraestructura para la ejecución y realización de esta propuesta.

Socialización la propuesta con el apoyo de los profesores de educación física de las unidades educativas a los padres de familia.

Buscar patrocinios en establecimientos comerciales y personas naturales con la finalidad de costear los recursos materiales.

Promocionar el programa a través de los medios de comunicación locales.

3.9.- Estructura de la Propuesta

La presente propuesta está estructurada con base de los 5 objetivos los cuales se presentara a continuación.

Objetivo 1.- Promocionar el atletismo escolar a través actividades de enseñanza de varias modalidades.

Actividades	Descripción	Duración	Recursos	Responsable	Observación
1.- Socialización en instituciones educativas a padres de familia y estudiantes	Dar a conocer el programa y los objetivos del mismo la cantidad de personas con ganas de participación	1 semana	Humano	Danny García	Ninguna
2.- Realizar actividades de exposición de las diferentes pruebas del atletismo	Invitar a atletas juveniles de otros cantones a una competencia demostrativa	1 semana	Humano	Danny García	Ninguna
3.- Inscripción de participantes al programa deportivo	Inscribir a los niños participantes	1 semana	Humano	Danny García	Ninguna

Objetivo 2.- Desarrollar los fundamentos básicos de las carreras del atletismo.

Actividades	Descripción	Duración	Recursos	Responsable	Observación
1.- Trabajos de desplazamiento en diferentes direcciones y velocidades – tipos de salidas	Trabajos básicos de fundamentos y lateralidad – reacción de salidas	2 semanas	Espacio físico Conos	Danny García	Ninguna
2.- Trabajos de los diferentes pasos en las carreras - coordinación de brazos y piernas	Frecuencia y desplazamiento de los brazos y piernas en las carreras – coordinación	2 semanas	Espacio físico Implementos deportivos	Danny García	Ninguna
3.- Secuencia completa de las fases técnicas de las diferentes carreras	Salida Pasos transitorios Pasos naturales Llegada	1 semana	Espacio físico Implementos deportivos	Danny García	Ninguna

Objetivo 3.- Fomentar los fundamentos básicos de los saltos del atletismo.

Actividades	Descripción	Duración	Recursos	Responsable	Observación
1.- Trabajos de toma de impulso y caídas a diferentes alturas, superficies y direcciones	Impulso Vuelo Caídas	1 semana	Espacio físico Saltómetro Colchonetas Cajones	Danny García	Ninguna
2.- Trabajos de carreras de aproximación y despegue	- Pasos de aproximación - Fase de batida - Vuelo y aterrizaje	1 semana	Espacio físico Saltómetro Colchonetas	Danny García	Ninguna
3.- Trabajos de coordinación de la secuencia completa de las fases técnicas de los diferentes saltos	Familiarización de la carrera completa - competencia interna entre los participantes	1 semana	Espacio físico Saltómetro Colchonetas	Danny García	Ninguna

Objetivo 4.- Desarrollar los fundamentos básicos de los lanzamientos del atletismo.

Actividades	Descripción	Duración	Recursos	Responsable	Observación
1.- Trabajos de lanzamientos generales de diferentes objetos	Lanzar diferentes objetos hacia delante – atrás – de costado	1 semana	Espacio físico - Balones Pelotas de tenis Jabalina	Danny García	Ninguna
2.- Familiarización con los objetos de lanzamiento y movimientos característicos de los mismos	Lanzamientos de jabalina, disco, pelotas	2 semana	Espacio físico Pelotas de tenis Jabalina Disco	Danny García	Ninguna
3.- Coordinación de la secuencia completa de las fases técnicas de los diferentes lanzamientos	Movimientos (pasos) previos – giros (pasos de aproximación) – Final	2 semanas	Espacio físico Pelotas de tenis Jabalina Disco	Danny García	Ninguna

Objetivo 5.- Realizar una competencia demostrativa de las diferentes pruebas del atletismo.

Actividades	Descripción	Duración	Recursos	Responsable	Observación
1.- Preparación especial	Entrenamiento de las diferentes pruebas del atletismo.	2 semana	Espacio físico Pelotas de tenis Jabalina Disco	Danny García	Ninguna
2.- Topes o competencias internas	Competencias y correcciones de las diferentes pruebas	1 semana	Espacio físico Pelotas de tenis Jabalina Disco	Danny García	Ninguna
3.- Competencia demostrativa a padres de familia, autoridades y público general	Competencias entre los participantes del programa y entrega de medallas a todos los participantes	1 semana	Espacio físico Pelotas de tenis Jabalina Disco	Danny García	Ninguna

3.10.- Cronograma de aplicación de la propuesta.

Actividades	Julio				Agosto				Septiembre				Noviembre				Diciembre			
1.- Socialización en instituciones educativas a padres de familia y estudiantes	X																			
2.- Realizar actividades de exposición de las diferentes pruebas del atletismo		X																		
3.- Inscripción de participantes al programa deportivo			X																	
4.- Trabajos de desplazamiento en diferentes direcciones y velocidades – tipos de salidas				X X																
5.- Trabajos de los diferentes pasos en las carreras - coordinación de brazos y piernas						X X														
6.- Secuencia completa de las fases técnicas de las diferentes carreras								X												
7.- Trabajos de toma de impulso y caídas a diferentes alturas, superficies y direcciones									X											
8.- Trabajos de carreras de aproximación y despegue										X										
9.- Trabajos de coordinación de la secuencia completa de las fases técnicas de los diferentes saltos											X									
10.- Trabajos de lanzamientos generales de diferentes objetos												X								
11.- Familiarización con los objetos de lanzamiento y movimientos característicos de los mismos													X X							
12.- Coordinación de la secuencia completa de las fases técnicas de los diferentes lanzamientos														X X						
13.- Preparación especial																	X X			
14.- Topes o competencias internas																			X	
15.- Competencia demostrativa a padres de familia, autoridades y público general																				X

BIBLIOGRAFÍA:

- Alonso, D., & Del Campo, J. (2001). *Inciciación al atletismo en primaria*. Barcelona: INDE.
- Ayuntamiento, d. C. (2008). *Ayuntamiento de Carmona*. Sevilla.
- Ballabriga, X., & Ferriz, A. (2002). *LA PROMOCIÓN DEL DEPORTE. EL MODELO DE ATLETISMO EN ANDORRA*. Andorra.
- Begoña, P. (10 de octubre de 2000). Pedagogía del entrenamiento deportivo adaptado a escolares. Bilbao, España.
- Blásquez, D. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona : INDE.
- Cartaya, M. (2016). *Esquemas para plantear problemas*. Caracas: Escriba.
- Ehlenz, H., Grosser, M., & Zimmermann, E. (1990). *Entrenamiento de la fuerza*. Barcelona: Ed. Martínez Roca.
- Estrada, Y. (Abril de 2014). *efdeportes.com*. Recuperado el 07 de enero de 2017, de <http://www.efdeportes.com/efd191/programa-de-iniciacion-deportiva-en-lucha.htm>
- Fajardo, J. (9 de junio de 2011). *Educación Física*. Recuperado el 11 de enero de 2017, de <http://educafisi2011.blogspot.com/2011/06/atletismo.html>
- García, J., Durán, J., & Sainz, A. (2014). *Juagando al atletismo*. Barcelona: Boceto S.L.
- Gómez, S. (2007). *Características estructurales de las organizaciones deportivas*. Barcelona: Universidad de Navarra.
- Gozzoli, C., Simohamed, J., & Malek, A. (2006). *Atletismo para niños - IAAF*. Mónaco.
- Hernández, A., Martínez, L., & Aguila, C. (2008). *El deporte escolar en la sociedad contemporánea*. Almería: Universidad de Almería.

- Hornillos, I. (2000). *Atletismo*. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Huerga, A. (2012). *El atletismo en la escuela*. Barcelona.
- IICEFS. (2017). *Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y Salud*. Recuperado el 25 de enero de 2017, de <http://iicefs.org/es/>
- Martínez, G. (abril de 2012). *efdeportes.com*. Recuperado el 10 de enero de 2017, de <http://www.efdeportes.com/efd167/la-iniciacion-deportiva-en-el-ambito-escolar.htm>
- Maza, G. (2010). *Deporte actividad física e inclusión social*. Barcelona: Underbau.
- Mazzeo, E. (10 de diciembre de 2007). *Portalfitness.com*. Recuperado el 10 de enero de 2017, de http://www.portalfitness.com/1542_nuevas-perspectivas-del-atletismo-en-la-escuela-parte-1.aspx
- Mestre & Castro, U. R. (2002). Programa de superación para la enseñanza. *Efdeportes*, s/p.
- Mestre, J. (2004). *Planificación deportiva: teoría y práctica*. Barcelona: INDE.
- Mestre, U., & Castro, R. (marzo de 2002). *efdeportes.com*. Recuperado el 09 de enero de 2017, de <http://www.efdeportes.com/efd46/atl.htm>
- MinEdu. (2012). Currículo de Educación Física. *ACTUALIZACIÓN Y FORTALECIMIENTO CURRICULAR DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA Y BACHILLERATO*. Quito, Pichincha, Ecuador.
- MINEDU, P. (2015). Plan Nacional de fortalecimiento de la educación física y el deporte escolar. Lima, Peru.
- Olivera, J. (2002). *1169 Ejercicios y juegos de atletismo*. Barcelona: Paidotribo.
- Ordaz, V., & Saldaña, G. (2005). *Análisis y crítica de la metodología para la realización de planes regionales*. Guanajuato: Universidad de Guanajuato.
- Orts, F. (2005). *La gestión municipal del deporte en edad escolar*. Barcelona: INDE.
- RFEA. (2016). Reglamentación 2016 - 2017. Madrid, España: RFEA.

Rodríguez, N. (14 de Abril de 2014). *UTADEO*. Recuperado el 09 de enero de 2017, de <http://www.utadeo.edu.co/es/blog/blog-zona-deportiva/56631/la-importancia-de-la-gimnasia-en-los-ninos>

Rodríguez, P., & Moreno, J. (1995). II CONGRESO DE CIENCIAS DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RECREACIÓN. *IMPORTANCIA DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA EN EL ÁMBITO ESCOLAR*. Lérida, España.

Scarpín, J. (2014). *Guía del entrenador de atletismo*. Santa Fe.

Soto, F., & Toledano, J. (2000). *En forma después de los 50: guía práctica de ejercicio y salud para adultos y mayores*. Madrid: Gymnos.

ANEXOS

Operacionalización de Variables Anexo A

Elaborar un programa deportivo para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López.

VARIABLE	DEFINICION	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
1.- PROGRAMA DEPORTIVO	Constituyen el conjunto de actividades y servicios deportivos, coordinados e integrados que partiendo de los planes fijados y de los recursos disponibles, pretenden alcanzar los objetivos determinados de una manera simultánea o que los motivaron.	<p>1.- Coordinación</p> <p>2.- Integración</p> <p>3.- Simultaneidad</p>	<p>1.1.- Contiene sus elementos ordenados.</p> <p>1.2.- Posee objetivos y metas.</p> <p>2.1.- Compuesto por actividades diferentes que se complementan.</p> <p>3.1.- Concuerdan los objetivos.</p>	<p>1. ¿existe en su comunidad un programa deportivo gubernamental que estimule la promoción del atletismo?</p> <p>2. ¿Incluye usted en su planificación la enseñanza del atletismo escolar?</p> <p>3. ¿Cuenta la unidad educativa con los recursos materiales necesarios para la enseñanza del atletismo?</p> <p>4. ¿Existen en la unidad educativa en la que labora, espacios adecuados para la práctica del atletismo escolar?</p> <p>5. ¿Cuáles de los siguientes deportes practica dentro del ámbito escolar?</p> <p>6. ¿Conoce usted la existencia de un club deportivo destinado a la enseñanza del atletismo en su comunidad?</p> <p>7.- ¿Practica alguna actividad deportiva fuera del ámbito escolar?</p> <p>8. ¿Cuáles de las siguientes actividades deportivas realiza frecuentemente fuera del ámbito escolar?</p>

<p>2.- ATLETISMO ESCOLAR</p>	<p>Es la práctica de actividades físicas básicas por individuos cuyas edades estén dentro del marco de asistencia a los centros de educación y que ayudan a su formación como atletas.</p>	<p>1.- Participación</p> <p>2.- Formación</p>	<p>1.- Formar parte de los autores principales</p> <p>2.- Interviene en las actividades a realizarse</p> <p>3.- Consigue los objetivos</p>	<p>9. ¿Cree usted que existe en el cantón Puerto López infraestructura para el desarrollo del atletismo escolar?</p> <p>10. ¿Ha participado en alguna competencia de atletismo?</p> <p>11.- ¿Considera usted que el atletismo escolar tiene aceptación entre los estudiantes?</p> <p>12. ¿Considera usted que si se cuenta con los materiales y espacios adecuados para la práctica del atletismo aumentaría su aceptación por parte de los estudiantes?</p> <p>13. Le gustaría formar parte de un programa de enseñanza del atletismo escolar?</p> <p>14. ¿Considera necesario la realización de un programa deportivo para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López?</p> <p>15.- ¿Utilizaría usted un programa deportivo para la enseñanza del atletismo escolar su comunidad?</p>
------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Cuestionario Maestros de Educación Física. Anexo B

Estimado colega

El presente cuestionario tiene como fin recolectar información que servirá para la elaboración de un trabajo de investigación relacionada con un programa deportivo para promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López. La información suministrada por usted se utilizará solo como insumo investigativo, por favor no colocar datos personales en el presente documento.

Edad: _____

Género: _____

Tiempo de labor en la institución: _____

Título profesional: _____

Instrucciones:

A continuación se presenta una serie de preguntas, marque con una X la respuesta que refleje su opinión.

1. ¿Considera usted que el atletismo escolar tiene aceptación entre los estudiantes?

SI

NO

2. ¿Incluye usted en su planificación la enseñanza del atletismo escolar?

SI

NO

3. ¿Cuenta la unidad educativa con los recursos materiales necesarios para la enseñanza del atletismo?

SI

NO

4. ¿Existen en la unidad educativa en la que labora, espacios adecuados para la práctica del atletismo escolar?

SI

NO

5. ¿Cree usted que existe en el cantón Puerto López infraestructura para el desarrollo del atletismo escolar?

SI

NO

6. ¿Considera usted que si se contara con los recursos materiales y espacios adecuados para la práctica del atletismo escolar, este tuviera mayor aceptación por parte de los estudiantes?

SI

NO

7. ¿Considera necesario la realización de un programa deportivo para la promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López?

SI

NO

9. ¿Le gustaría formar parte de un programa de enseñanza del atletismo escolar?

SI

NO

10. ¿Utilizaría usted un programa deportivo para la enseñanza del atletismo escolar en su comunidad?

SI

NO

Muchas gracias por su colaboración.

El investigador

Cuestionario Estudiantes. Anexo C

Estimado estudiante

El presente cuestionario tiene como fin recolectar información que servirá para la elaboración de un trabajo de investigación relacionada con un programa deportivo para promoción del atletismo escolar en el cantón Puerto López. La información suministrada por usted se utilizará solo como insumo investigativo, por favor no colocar datos personales en el presente documento.

Edad: _____

Género: _____

Instrucciones:

A continuación se presenta una serie de preguntas, marque con una X la respuesta que refleje su opinión.

1. ¿Existe en su comunidad aun programa deportivo gubernamental que estimule la promoción del atletismo?

SI

NO

2. ¿Cuáles de los siguientes deportes practica usted dentro del ámbito escolar?

Fútbol

Básquet

Atletismo

Voleibol

Ninguno

3. ¿Practica alguna actividad deportiva fuera del ámbito escolar?

SI

NO

4. ¿Cuáles de las siguientes actividades deportivas realiza frecuentemente fuera del ámbito escolar?

Fútbol

Básquet

Atletismo

Voleibol

5. ¿Ha participado en alguna competencia de atletismo?

SI

NO

Muchas gracias por su colaboración.

El investigador