

Anexo 1

Criterios de valoración por prueba

Test 3JS



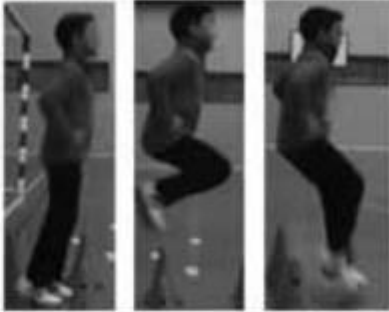

PRUEBA 1. SALTAR CON LOS DOS PIES JUNTOS LAS PICAS SITUADAS A UNA ALTURA		
1 pu nto	<p>No se impulsa con las dos piernas simultáneamente. No realiza flexión de tronco.</p> <p>Importante fijarse en que ni se impulsa, ni cae con las dos piernas.</p>	
2 pu ntos	<p>Flexiona el tronco y se impulsa con ambas piernas. No cae con los dos pies simultáneamente.</p> <p>Esta vez se impulsa con las dos piernas a la vez pero NO cae con las dos al mismo tiempo.</p>	
3 pu ntos	<p>Se impulsa y cae con las dos pero no coordina la extensión simultánea de brazos y piernas.</p> <p>Esta vez se impulsa y cae con las dos piernas a la vez pero NO coordina movimiento de brazos y piernas.</p>	
4 pu ntos	<p>Se impulsa y cae con los dos pies simultáneamente coordinando brazos y piernas.</p> <p>Esta vez se impulsa y cae con las dos piernas a la vez y el movimiento es totalmente coordinado de brazos y piernas.</p>	

Figura 2. Criterios de valoración de la prueba 1

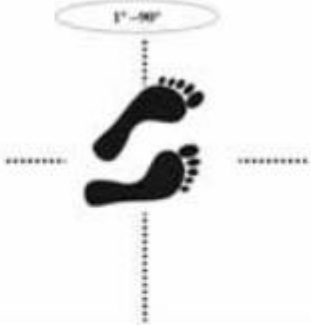
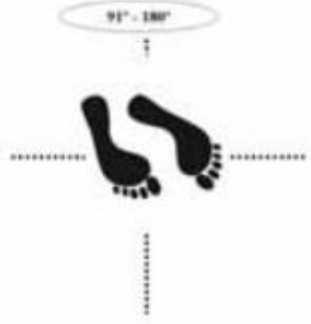


<p><b>1 pu nto</b></p>	<p><b>Realiza un giro entre 1 y 90°.</b></p> <p>El niño/a salta y NO es capaz de dar más de un cuarto de giro en el eje longitudinal (cae con las puntas de los pies en el primer cuadrante).</p>	
<p><b>2 pu ntos</b></p>	<p><b>Realiza un giro entre 91 y 180°.</b></p> <p>El niño/a salta y NO es capaz de hacer un giro de más de media vuelta en el eje longitudinal, pero sí más de un cuarto de giro (cae con las puntas de los pies en el segundo cuadrante).</p>	
<p><b>3 pu ntos</b></p>	<p><b>Realiza un giro entre 181 y 270°.</b></p> <p>El niño/a salta y NO es capaz de dar más de tres cuartos de giro en el eje longitudinal, pero sí más de media vuelta (cae con las puntas de los pies en el tercer cuadrante).</p>	
<p><b>4 pu ntos</b></p>	<p><b>Realiza un giro entre 271 y 360°.</b></p> <p>El niño/a salta y Sí es capaz de dar más de tres cuartos de giro en el eje longitudinal (cae con las puntas de los pies en el cuarto cuadrante).</p>	

Figura 3. Criterios de valoración de la prueba 2

PRUEBA 3. LANZAR DOS PELOTAS AL POSTE DE UNA PORTERÍA DESDE UNA DISTANCIA Y SIN SALIRSE DEL CUADRO		
1 punto	<p>El tronco no realiza rotación lateral de hombro y el brazo lanzador no se lleva hacia atrás.</p> <p>Brazo delante sin llevar la pelota atrás.</p>	
2 puntos	<p>Realiza poco movimiento de codo y existe rotación externa de la articulación del hombro.</p> <p>Ligero armado del brazo, la pelota sigue sin llegar atrás.</p>	
3 puntos	<p>Hay armado del brazo y el objeto se lleva hasta detrás de la cabeza.</p> <p>La pelota se lleva atrás pero el movimiento no es coordinado entre brazos y piernas. (Ejemplo: descoordinación pierna adelantada con el brazo ejecutor)</p>	
4 puntos	<p>Coordina un movimiento fluido desde las piernas y el tronco hasta la muñeca del brazo contrario a la pierna adelantada.</p> <p>Pelota llevada atrás, coordinación tronco y pierna contraria adelantada.</p>	 

Figura 4. Criterios de valoración de la prueba 3

PRUEBA 4. GOLPEAR DOS BALONES AL POSTE DE UNA PORTERÍA DESDE UNA DISTANCIA Y SIN SALIRSE DEL CUADRO		
1 punto	<p>No coloca la pierna de apoyo al lado del balón. No hay una flexión y extensión de la rodilla de la pierna que golpea.</p> <p>Pie de apoyo lejano al balón y/o no hay flexión extensión de rodilla y cadera.</p>	
2 puntos	<p>No coloca la pierna de apoyo al lado del balón y golpea con un movimiento de pierna y pie.</p> <p>Sí hay flexión extensión de rodilla y cadera. Pie de apoyo lejano al balón</p>	
3 puntos	<p>Se equilibra sobre la pierna de apoyo colocándola al lado del balón. Balancea la pierna golpeando con una secuencia de movimiento de cadera, pierna y pie.</p> <p>Pie de apoyo junto al balón y sí hay flexión extensión de rodilla y cadera. No hay secuencia de movimientos coordinados.</p>	
4 puntos	<p>Se equilibra sobre la pierna de apoyo y balancea la pierna de golpeo, siguiendo una secuencia de movimiento desde el tronco hacia la cadera, muslo y pie.</p> <p>Pie de apoyo junto al balón y sí hay flexión extensión de rodilla y cadera. No hay secuencia de movimientos coordinados de todo el cuerpo</p>	

Figura 5. Criterios de valoración de la prueba 4

## Anexo 2

Datos de la aplicación del Test 3JS en el Momento 1

Doc: Alvaro Africano Gabriel Villota		ESCUERA NORMAL SUPERIOR DE SABOYÁ				Fecha: 15 de Febrero/2022 Hora: 9:00AM - 11:00 Lugar: Patio Central Enssa	
TEST 3 JS							
Prueba.	Sujeto 1	Sujeto 2	Sujeto 3	sujeto 4	sujeto 5	sujeto 6	
1 Salto Vertical	1	1	2	1	2	2	
2 Giro en el eje Longitudinal	1	1	1	1	1	1	
3 Lanzamiento de precisión	2	2	2	3	2	2	
4 Golpe de precisión	1	1	1	1	1	1	
5 Carrera en slalom	2	2	2	2	2	2	
6 Bote de Pelota en slalom	2	1	1	1	2	2	
7 Conducción de Pelota en slalom	1	1	1	1	1	1	

### Anexo 3

#### PLAN DE GIMNASIA BÁSICA

Cenizo Benjumea, J.M.; Ravelo Afonso, J.; Morilla Pineda, S.; Ramírez Hurtado, J.M. y Fernández-Truan, J.C.

Sesión 1 febrero 28 de 2022	
<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I

<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)
-----------------	---------------------------------------

<b>Tema:</b>	CARRERAS Y DESPLAZAMIENTOS
--------------	----------------------------

**Actividades:**

1- Calentamiento: se realizará aeróbicos en donde todo el grupo participará ocupando espacios intercalados con los estudiantes con SD, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar ejercicio de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo. TIEMPO 20 MINUTOS

2- La parte central de la sesión se realizarán ejercicios sobre colchonetas en espacios limitados en donde los estudiantes deberán seguir las indicaciones que el maestro realiza con el gesto de su cara, para los siguientes ejercicios enfocados al desarrollo del gesto para la carrera incluyendo los desplazamientos de la misma: TIEMPO 60 MINUTOS

- a. “ Carita enojada” los estudiantes deberán caminar libremente únicamente dentro de los espacios delimitados, balanceando los brazos alternadamente adelante y atrás coordinando los movimientos con los pies
- b. “Carita contenta” trotar sin chocar con los compañeros dentro de los espacios delimitados, llevado los brazos adelante y atrás y apoyando adecuadamente talones y punta de los pies
- c. “Carita asustada” correr hacia atrás agachados.
- d. “Carita sorprendida” correr en diagonales llevando los brazos al frente y a los lados.
- e. “Carita hambrienta”desplazar 2 pasos adelante y 1 atrás en punta de pies.

<b>Recursos didácticos:</b>	Colchonetas, baffle de sonido, conos.
<b>Estrategias de evaluación:</b>	Los estudiantes deberán adoptar el gesto correcto de la carrera.

OBSERVACIONES: Los estudiantes con SD trabajaron con dificultad los aeróbicos, pero los compañeros que tenían a los lados los fueron ayudando para que se motivaran y entusiasmaran participando, en la segunda parte se ve cómo realizan los gestos de caminar y correr con un poco de dificultad, se notan temerosos al pasar de lento a rápido en la carrera con saltos

**Sesión 2 marzo 2 de 2022**

<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	CARRERAS Y DESPLAZAMIENTOS
<b>Objetivo:</b>	LOCOMOTRIZ

**Actividades:**

1- La primera parte Calentamiento: aeróbicos con todo el grupo participando utilizando música propia de la región cundiboyacense, ocupando espacios intercalados con los estudiantes con SD, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar una rutina de ejercicios de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo. TIEMPO 20 MINUTOS

2- La parte central de la sesión 2 se realizarán ejercicios de la primera sesión y se agregaran otros para poder desarrollar una continuidad en esta habilidad específica, esto se realizará sobre colchonetas y en espacios limitados en donde los estudiantes deberán seguir las indicaciones que el maestro realiza con el gesto de su cara, estos ejercicios serán enfocados al desarrollo del gesto para la carrera incluyendo los desplazamientos de la misma: TIEMPO 60 MINUTOS

- f. “Carita enojada” los estudiantes deberán caminar libremente únicamente dentro de los espacios delimitados, balanceando los brazos alternadamente adelante y atrás coordinando los movimientos con los pies
- g. “Carita contenta” trotar sin chocar con los compañeros dentro de los espacios delimitados, llevado los brazos adelante y atrás y apoyando adecuadamente talones y punta de los pies
- h. “Carita asustada” correr hacia atrás agachados.
- i. “Carita sorprendida” correr en diagonales llevando los brazos al frente y a los lados.
- j. “Carita hambrienta” desplazar 2 pasos adelante y 1 atrás en punta de pies.

- k. “Carita con lengua afuera” realizar 2 giros sobre su eje longitudinal en el lugar donde se encuentran y correr a un punto determinado.
- l. “Carita de dormido” realizar 1 salto alto con piernas separadas , caer, juntar los pies y girar sobre su eje longitudinal.
- m. “Carita llorando” realizar un salto alto con pie junto y al momento de caer correr en zig zag.
- n. “Brazos arriba” los estudiantes deberán sentarse sobre las colchonetas con las piernas separadas y extendidas adelante y mover los brazos adelante y atrás de manera coordinada imitando el gesto de la carrera activa. se manejan en tiempos de lento y rápido.
- o. “Brazos a los lados” los estudiantes se ubican en cuatro apoyos, manos y pies y moverán las piernas como si estuvieran corriendo o caminando sin levantar las manos de la colchoneta.

<b>Recursos didácticos:</b>	Colchonetas, conos, bafle de sonido
<b>Estrategias de evaluación:</b>	Se deberá hacer correcciones en todo momento del proceso de los ejercicios para hacer que los estudiantes con SD realicen correctamente el gesto técnico de la carrera y la caminata, para esto se realizará una pasarela con los conos en donde los estudiantes deberán pasar de acuerdo a las instrucciones dadas por el profesor.

**OBSERVACIONES:** los estudiantes con SD se les ve tranquilos y muestran seguridad en los movimientos de motricidad específica para este gesto técnico gimnástico, ellos con sus reacciones están demostrando que les gusta que los compañeros los aplaudan y motiven cuando hacen el paso por la pasarela de carrera.

<b>Sesión 3 Marzo 7 de 2022</b>	
<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	SALTO VERTICAL Y GIRO LONGITUDINAL
<b>Objetivo:</b>	LOCOMOTRIZ
<b>Actividades:</b>	<p>1- Calentamiento: aeróbicos con todo el grupo participando utilizando música específica en alto impacto, para que los estudiantes en especial los niños con SD estén más activos en su tren inferior, ellos se mantendrán ocupando espacios intercalados con los demás estudiantes del grupo, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar una rutina de ejercicios de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo con una intensidad media. TIEMPO 20 MINUTOS</p> <p>2- La parte central de la sesión se realizarán ejercicios específicos para fortalecer el tren inferior de los niños con SD</p> <p>a- Caminar de puntillas b- Caminar con los talones c-Caminar con la parte interna/externa del pie. d- Saltar con los 2 pies juntos. e- Saltar a pata coja. f- Saltar lo más lejos posible. g- Saltar lo más alto posible. h- De vez en cuando realizar una carrera, hasta llegar a un punto previsto con anterioridad, a un ritmo moderado, se puede alternar con carreras cortas a un punto previsto con anterioridad a un ritmo fuerte (sprint).</p> <p>Los ejercicios anteriores se deberán realizar a la par de una historia que el maestro irá contando y combinando con ejercicios que los niños realizarán sobre las colchonetas como gatear, giros sobre de costado y de frente.</p> <p>TIEMPO 60 MINUTOS</p>
<b>Recursos didácticos:</b>	Colchonetas, conos, baffle de sonido, cuerdas y costales.

<b>Estrategias de evaluación:</b>	Se realizan concursos de saltos con costales y por encima de conos con arrastre bajo en una pista de obstáculos y revisar la posición del cuerpo en cada uno de los saltos.
-----------------------------------	---

**OBSERVACIONES:** Los estudiantes con SD llegaron con una actitud positiva, con más energía y dinámica para participar activamente, aunque presentan un poco de dificultad en los saltos con los costales, ellos se mantienen alegres y no se están cansando tan rápido. En la próxima sesión se debe tener más atención en la coordinación del despegue en el salto.

<b>Sesión 4 Marzo 9 de 2022</b>	
<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	SALTO VERTICAL Y GIRO LONGITUDINAL
--------------	------------------------------------

<b>Objetivo:</b>	
<b>Actividades:</b>	<p>1- Calentamiento: aeróbicos con todo el grupo participando utilizando música específica en alto impacto, para que los estudiantes en especial los participantes con SD esten mas activos en su tren inferior, ellos se mantendrán ocupando espacios intercalados con los demás estudiantes del grupo, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar una rutina de ejercicios de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo con una intensidad media. TIEMPO 20 MINUTOS</p> <p>2- En la sesión 4 se realizarán ejercicios específicos para fortalecer el tren inferior de los estudiantes con SD</p> <p>a- Salto con pies juntos y caída con giro adelante apoyándose en las manos. b- Saltar realizando un SPLIT en el aire. c- Correr y saltar realizando un SPLIT en el aire. d- Correr, saltar, hacer un SPLIT y caer para hacer un giro de 360° en su eje longitudinal.. e- saltos múltiples entre llantas, conos y vallas de salto.</p> <p>Los ejercicios anteriores se deberán realizar a la par de una historia que el maestro irá contando y combinando con ejercicios que los estudiantes realizarán sobre las colchonetas como gatear, giros sobre de costado y de frente.</p> <p>TIEMPO 60 MINUTOS</p>
<b>Recursos didácticos:</b>	Colchonetas, costales, conos, vallas, bafle de sonido, llantas.

<b>Estrategias de evaluación:</b>	Se les enseñara un esquema gimnástico en donde combinan los ejercicios realizados anteriormente. Los participantes con SD deben realizar los ejercicios igual o mejor que el compañero que está realizando el mismo esquema al lado de ellos, este esquema irá acompañado con música instrumental.
-----------------------------------	--

OBSERVACIONES: Hoy los estudiantes con SD mostraron mejor coordinación motriz en la realización de los ejercicios, ellos nos cuentan que también están practicando en la casa porque quieren ser gimnastas profesionales como James Rodriguez o Messi, todos sonrieron porque les parece muy importante la enseñanza de estos estudiantes con SD, que a pesar de las situaciones ellos quieren seguir adelante. En este sentido se sigue comprobando que cuando se estimula y acompaña a estos estudiantes por parte de sus compañeros, se les nota felicidad y ganas de participar activamente.

<b>Sesión 5 Marzo 14 de 2022</b>	
<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	LANZAMIENTO DE PRECISIÓN
<b>Objetivo:</b>	CONTROL DE OBJETOS
<b>Actividades:</b>	<p>1- Calentamiento: aeróbicos con todo el grupo participando utilizando música suave, para que los estudiantes en especial los estudiantes con SD esten tranquilos, ellos se mantendrán ocupando espacios intercalados con los demás estudiantes del grupo, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar una rutina de ejercicios de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo con una intensidad baja. TIEMPO 20 MINUTOS</p> <p>2- Los ejercicios de la sesión 5 y 6 se enfocarán en la precisión de lanzamiento y atrapar elementos con sus manos, en donde se busca desarrollar la coordinación motriz entre el ojo y la mano.</p> <p>a- lanzar una pelota de goma hacia arriba y atraparla, primero en posición estática y después en movimiento. b- pasar entre aros pasando la pelota de una mano a la otra, esto se debe hacer con los brazos extendidos al frente sin doblarlos. c- desde posición bípeda estática lanzar pelotas a una cesta. d-Lanzar pelotas a una cesta pasando por entre conos en zig zag caminando. e- Jugar a tumbar los bolos con una pelota de goma desde cerca e ir alejando al estudiante hasta llegar a una distancia de 3 metros.</p> <p>TIEMPO 60 MINUTOS</p>
<b>Recursos didácticos:</b>	pelotas de goma, conos, bolos, cesta plastica, bafle de sonido.

<b>Estrategias de evaluación:</b>	Los estudiantes con SD deben realizar los lanzamientos lo más aproximado posible a los objetivos establecidos, apoyándose en la forma correcta del lanzamiento.
-----------------------------------	---

OBSERVACIONES: Hoy al cambiar de segmento de trabajo específico, se presentó dificultad en la manera de realizar las ejecuciones psicomotrices al lanzar los elementos con armonía y precisión, con el ánimo de poder mejorar y afinar el movimiento. Los estudiantes participantes con SD están tomando demasiado tiempo en ubicarse para realizar el lanzamiento, pero el grupo mantiene el ánimo arriba.

<b>Sesión 6 marzo 16 de 2022</b>	
<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	LANZAMIENTO DE PRECISIÓN
--------------	--------------------------

<b>Objetivo:</b>	CONTROL DE OBJETOS
<b>Actividades:</b>	<p>1- Calentamiento: aeróbicos con todo el grupo participando utilizando música suave, para que los estudiantes en especial los estudiantes participantes con SD esten tranquilos, ellos se mantendrán ocupando espacios intercalados con los demás estudiantes del grupo, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar una rutina de ejercicios de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo con una intensidad baja. TIEMPO 20 MINUTOS</p> <p>2- Los ejercicios de la sesión 5 y 6 se enfocarán en la precisión de lanzamiento y atrapar elementos con sus manos, en donde se busca desarrollar la coordinación motriz entre el ojo y la mano.</p> <p>a- transportar desde un punto específico a otro tapas plásticas hasta formar un triángulo. b- llevar desde un punto específico hasta otro pelotas plasticas de colores y poner cada pelota en un espacio asignado, esto se hace con cubetas de huevos reciclables. El desplazamiento lo deben realizar saltando por encima de bastones en el suelo. c- realizar un giro adelante sobre la colchoneta, levantarse y lanzar con la mano dominante una pelota a un punto específico. d- saltar realizando un split en el aire, caer, tomar con la mano dominante una pelota y lanzarla a una cesta plástica en el suelo. e- pasarse entre dos compañeros una pelota y llegar a lanzarla a una cesta plástica, el recorrido lo deben hacer con desplazamientos laterales.</p>
<b>Recursos didácticos:</b>	Pelotas de goma, conos, bolos, cesta plastica, bafle de sonido.

<b>Estrategias de evaluación:</b>	Los estudiantes con SD deben realizar los lanzamientos lo más aproximado posible a los objetivos establecidos, apoyándose en la forma correcta del lanzamiento.
-----------------------------------	---

OBSERVACIONES: Hoy se pudo comprobar que con los ajustes prácticos, recreativos y pedagógicos que se realizaron en la sesión anterior los estudiantes con SD reaccionaron de manera más rápida en la ejecución del lanzamiento, ellos siguen poniendo en práctica lo realizado en las anteriores sesiones de trabajo y lo demuestran porque su efectividad es mejor que al inicio. Su dinámica, entusiasmo y actitud se sigue fortaleciendo, lo cual nos tiene muy contentos y a sus compañeros de clase ya que vemos que la tensión en ellos ha bajado y están todos más dispuestos para participar en los juegos que se realizan al final de la sesión.

<b>Sesión 7 Marzo 21 de 2022</b>	
<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	GOLPE DE PRECISIÓN
<b>Objetivo:</b>	CONTROL DE OBJETOS
<b>Actividades:</b>	<p>1- Calentamiento: se realizará aeróbicos en donde todo el grupo participará ocupando espacios intercalados con los estudiantes con SD, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar ejercicio de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo. TIEMPO 20 MINUTOS</p> <p>2- La parte central de la sesión se realizarán ejercicios donde los estudiantes deberán seguir las indicaciones que el maestro menciona, enfocados en el fortalecimiento del tren inferior a través del golpe de precisión incluyendo movimientos de gimnasia: TIEMPO 60 MINUTOS.</p> <p>a- Juego de la diana: Coloca una diana en el suelo y pide a los estudiantes que golpeen con precisión el centro de la diana con su pie.(derecha, izquierda)</p> <p>b- Pases a un objetivo fijo: Coloca un cono en diferentes distancias en el suelo y pide a los estudiantes que realicen pases precisos golpeando el objeto con el pie, en posición unipodal.</p> <p>c- Pases a un compañero: Divide a los estudiantes en parejas y pide que se pasen el balón golpeándolo con precisión con el pie.</p> <p>d- Pases en movimiento: Pide a los estudiante que caminen o corran mientras se pasan el balón entre ellos, practicando pases precisos en movimiento.</p> <p>e- Carrera de precisión: Marca una serie de objetivos en el suelo a diferentes distancias y pide a los estudiantes que corran y golpeen el balón para alcanzar los objetivos con precisión.</p>

	<p>f- Conducción y golpeo: Pide a los estudiantes que conduzcan el balón y luego realicen un golpe preciso con el pie para enviar el balón a un objetivo específico.</p> <p>g- Tiro a portería: frente una portería el estudiante debe golpear el balón con precisión para intentar marcar un gol, hasta golpear el balón deberá dirigirse en punta de pies.</p> <p>h- Pases en círculo: Forma un círculo con los estudiantes y pide que se pasen el balón golpeándolo con el pie, al terminar el pase el estudiante deberá saltar con pies juntos, manteniendo la precisión y el control.</p>
<p><b>Recursos didácticos:</b></p>	<p>balones, conos, espacio amplio, portería, diana.</p>
<p><b>Estrategias de evaluación:</b></p>	<p>Se busca evaluar la capacidad de los estudiantes con SD para seguir instrucciones, mejorar la precisión en el golpeo del balón, fortalecer el tren inferior y fomentar la coordinación motriz.</p>

**OBSERVACIONES**

Durante el calentamiento, se observó la participación activa de los estudiantes con SD, su nivel de energía y su capacidad para seguir las indicaciones.

Observamos la ejecución de los ejercicios de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo, prestando especial atención a los estudiantes con SD y su integración en el grupo la cual sigue siendo buena en esta mitad del Plan de trabajo.

**Sesión 8 Marzo 23 de 2022**

<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	GOLPE DE PRECISIÓN
<b>Objetivo:</b>	CONTROL DE OBJETOS
<b>Actividades:</b>	<p>1- Calentamiento: se realizará aeróbicos en donde todo el grupo participará ocupando espacios intercalados con los estudiantes SD, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar ejercicio de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo. TIEMPO 20 MINUTOS</p> <p>2- La parte central de la sesión se realizarán ejercicios donde los estudiantes deberán seguir las indicaciones que el maestro menciona, enfocados en el fortalecimiento del tren inferior a</p>

través del golpe de precisión incluyendo movimientos de gimnasia: TIEMPO 60 MINUTOS.

a- Pases de pared: Pide a los estudiantes que golpeen el balón contra una pared y luego lo reciban con precisión utilizando el pie, mejorando la coordinación y el golpeo, cada 5 repeticiones realiza 4 sentadillas.

b- Juego de la cuerda: Crea un juego de saltar la cuerda y pide a los niños que golpeen el balón con precisión cada vez que la cuerda pase por debajo de ellos.

c- Pases en diferentes alturas: Coloca objetivos a diferentes alturas (alto, medio y bajo) y pide a los estudiantes que realicen pases precisos golpeando el balón con el pie a cada altura. Si no acierta deberá realizar en la colchoneta 2 rollos hacia adelante y 2 hacia atrás.

d- Pases con obstáculos: Se colocan aros en el suelo y se pide a los estudiantes que realicen pases precisos golpeando el balón con el pie y que el balón quede dentro del aro. Si no acierta realizará 3 saltos de estrella.

e- Pases con cambios de dirección: Pide a los estudiantes que realicen pases precisos golpeando el balón con el pie mientras cambian de dirección de forma repentina haciendo skipping.

f- Pases en grupo: Forma un círculo grande con los estudiantes y pide que se pasen el balón entre ellos golpeándolo con el pie (borde interno) haciendo giro hacia la derecha, manteniendo la precisión y el control

g- Pases a objetivos móviles: Pide a los estudiantes que realicen pases precisos golpeando el balón con el pie hacia objetivos móviles, en este caso serán los compañeros que se mueven adoptando diferentes posiciones..

<b>Recursos didácticos:</b>	conos, balones, cuerda, espacio amplio.
<b>Estrategias de evaluación:</b>	Es importante tener en cuenta los objetivos de aprendizaje y las habilidades que se están desarrollando en los estudiantes con SD, se la precisión en el golpeo del balón contra la pared y en la recepción del mismo, además Observar la coordinación entre el golpeo del balón y la realización de las sentadillas buscando ejecutar de buena manera la postura corporal.

#### OBSERVACIONES

Se observa la participación activa de todos los estudiante con SD, durante los ejercicios de aeróbicos, la ejecución de los ejercicios de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo.

Se sigue viendo la interacción entre los estudiantes, y la colaboración entre los estudiantes con SD y el resto del grupo.

<b>Sesión 9 Marzo 28 de 2022</b>	
<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – II

<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)
-----------------	---------------------------------------

<b>Tema:</b>	BOTE DE PELOTA TREN SUPERIOR
<b>Objetivo:</b>	CONTROL DE OBJETOS
<b>Actividades:</b>	<p>1- Calentamiento: se realizará aeróbicos en donde todo el grupo participará ocupando espacios intercalados con los n</p> <p>estudiantes con SD, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar ejercicio de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo. TIEMPO 20 MINUTOS</p> <p>2- La parte central de la sesión se realizarán ejercicios donde los estudiantes deberán seguir las indicaciones que el maestro menciona, enfocados en el fortalecimiento del tren superior incluyendo movimientos de gimnasia: TIEMPO 60 MINUTOS.</p> <p>a- Bote y toque de hombro: Los estudiantes realizan un bote de balón con una mano mientras tocan el hombro opuesto con la mano libre. Esto ayuda a trabajar la coordinación y el equilibrio.</p> <p>b- Bote y estiramientos de brazos: Los estudiantes realizan un bote de balón con ambas manos y, al mismo tiempo, estiran los brazos hacia arriba y hacia abajo. Este ejercicio mejora la movilidad de los brazos y el control del balón.</p> <p>c- Bote y marcha en el lugar: Los estudiantes realizarán un bote con el balón mientras marchan en el lugar. Esto ayuda a desarrollar la coordinación mano-pie y fortalecer los músculos de las piernas.</p>

	<p>d- Bote y balanceo de brazos: Los estudiantes realizarán un bote con el balón con una mano mientras balancean los brazos de un lado a otro. Esto mejora la estabilidad y el control del balón.</p> <p>e- Bote y estiramientos laterales: Coloca conos o marcas en el suelo y pide a los estudiantes que realicen un bote de balón con ambas manos mientras se inclinan hacia un lado para tocar el cono o la marca. Luego cambian al otro lado. Esto ayuda a mejorar la flexibilidad lateral.</p> <p>f- Bote y lanzamientos: Pide a los estudiantes que realicen un bote de balón con una mano y luego realicen un lanzamiento suave hacia arriba. Pueden intentar atrapar el balón ellos mismos o atraparlo después de un rebote.</p>
<p><b>Recursos didácticos:</b></p>	<p>balones, conos o platos, espacio amplio.</p>
<p><b>Estrategias de evaluación:</b></p>	<p>Esta actividad centrada en el control de objetos, se debe considerar la observación directa de las habilidades motoras de los estudiantes con SD, así como su capacidad para seguir instrucciones y participar activamente en los ejercicios propuestos.</p>

**OBSERVACIONES**

Al observar la participación activa de todos los estudiantes, incluyendo a los estudiantes con SD, durante los ejercicios de aeróbicos vemos que los participantes con SD se destacan en el desarrollo

de movimientos que antes del inicio de este trabajo no lo tenían. Se observa fluidez y armonía en los movimientos y en sus desplazamientos con cambios de ritmo.

Les gusta mucho la ejecución de los ejercicios de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo con los diferentes materiales de trabajo y espacio, ya que al usar colchonetas y materiales de colores se les nota el gusto y la alegría en sus caras.

<b>Sesión 10 Marzo 30 de 2022</b>	
<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	BOTE DE PELOTA TREN SUPERIOR
<b>Objetivo:</b>	CONTROL DE OBJETOS

**Actividades:**

1- Calentamiento: se realizará aeróbicos en donde todo el grupo participará ocupando espacios intercalados con los estudiantes con SD, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar ejercicio de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo. TIEMPO 20 MINUTOS

2- La parte central de la sesión se realizarán ejercicios donde los estudiantes deberán seguir las indicaciones que el maestro menciona, enfocados en el fortalecimiento del tren superior incluyendo movimientos de gimnasia: TIEMPO 60 MINUTOS.

a- Bote y lanzamiento a blancos: Coloca varios blancos(conos) en el suelo o en la pared y pide a los estudiantes que realicen un bote de balón con una mano intentando acertar en los blancos.

b- Bote y estaciones de ejercicios: Crea diferentes estaciones de ejercicios que incluyan el bote de balón combinado con saltos, flexiones o estiramientos.

c- Bote y equilibrio en una pierna: Pide a los estudiantes que realicen un bote de balón mientras se paran sobre una pierna, buscando en ellos mejorar la capacidad para mantener el equilibrio y la estabilidad durante el ejercicio.

d- Bote y circuito de obstáculos: se trabajará un circuito de obstáculos que incluya el bote de balón en diferentes puntos. Los niños deben navegar por el circuito mientras realizan los botes de balón.

e- Bote y secuencia de movimientos: Se crea una secuencia de movimientos que incluya el bote de balón con ejercicios básicos de gimnasia, como saltos, giros y flexiones. Los estudiantes deben realizar la secuencia en orden.

f- Bote y juego de pases: Organiza un juego de pases en equipo (balon-mano) donde los estudiantes deben realizar dos botes de balón antes de pasar el balón entre ellos, tendrán que anotar gol en los lugares indicados por el maestro.

	g- Bote y tiempo de reacción: Realiza un ejercicio de tiempo de reacción donde los estudiantes deben reaccionar rápidamente a la señal auditiva (pito) o visual(tarjetas de colores) y realizar un bote de balón. Evalúa su tiempo de respuesta y coordinación.
<b>Recursos didácticos:</b>	balones, conos, tarjetas de colores, pito, espacio amplio.
<b>Estrategias de evaluación:</b>	La actividad está centrada en el control de objetos y el fortalecimiento del tren superior, es importante observar tanto la ejecución técnica de los ejercicios como la participación activa de los estudiantes con SD.

#### OBSERVACIONES

Hoy el apoyo físico fue vital para ayudar a los estudiantes con SD a comprender y ejecutar los ejercicios correctamente. Utilizamos gestos, modelado y asistencia física para guiar sus movimientos.

Se realizan Actividades en donde ellos se acompañan con el amigo o amiga que ellos seleccionan. El trabajo fue más motivado para ellos porque hubo momentos en donde a los estudiantes con SD se les daba la responsabilidad de guiar, enseñar y apoyar a su amigo o amiga esto se adapta para animar y motivar a los estudiantes con SD para que participen activamente en todas las actividades, Al final de la sesión se les hace un reconocimiento y felicitación por sus esfuerzos y logros, independientemente del nivel de habilidad demostrado.

**Sesión 11 Abril 4 de 2022**

<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – II
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	CONDUCCIÓN DE PELOTA TREN INFERIOR
<b>Objetivo:</b>	CONTROL DE OBJETOS
<b>Actividades:</b>	<p>1- Calentamiento: se realizará aeróbicos en donde todo el grupo participará ocupando espacios intercalados con los estudiantes con SD, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar ejercicio de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo. TIEMPO 20 MINUTOS</p> <p>2- La parte central de la sesión se realizarán ejercicios donde los estudiantes deberán seguir las indicaciones que el maestro menciona, enfocados en el fortalecimiento del tren inferior incluyendo movimientos de gimnasia: TIEMPO 60 MINUTOS.</p> <p>a- Conducción de balón con los pies: Pide a los estudiantes que caminen mientras conducen el balón con sus pies, manteniendo el control y evitando que se les escape.</p>

	<p>b- Conducción de balón con las rodillas: Pide a los estudiantes que doblen ligeramente las rodillas y conduzcan el balón entre ellas, manteniendo el control y evitando que se les caiga.</p> <p>c- Conducción de balón con obstáculos: Coloca conos o aros en el suelo y pide a los estudiantes que conduzcan el balón alrededor de ellos sin tocarlos, mejorando su habilidad para sortear obstáculos.</p> <p>d- Conducción de balón en zigzag: Se marca un recorrido en zigzag con conos y se pide a los estudiantes que conduzcan el balón siguiendo ese camino, mejorando su habilidad para cambiar de dirección.</p> <p>e- Conducción de balón con música: Reproduce música animada y pide a los estudiantes que conduzcan el balón al ritmo de la música, fomentando la coordinación entre el ritmo y los movimientos.</p> <p>f- Conducción de balón con los ojos cerrados: Pide a los estudiantes que conduzcan el balón mientras mantienen los ojos cerrados, desarrollando su sentido del tacto y su habilidad para controlar el objeto sin depender tanto de la vista.</p>
<p><b>Recursos didácticos:</b></p>	<p>balones, conos, espacio amplio, parlante para musica.</p>

<b>Estrategias de evaluación:</b>	La actividad está centrada en la conducción de la pelota utilizando el tren inferior, es esencial observar tanto la ejecución técnica de los ejercicios como la capacidad de los estudiantes SD para mantener el control del balón mientras realizan diferentes movimientos
-----------------------------------	---

#### OBSERVACIONES

Hoy se les hace mayor énfasis a los estudiantes con SD que se debe respirar profundamente mientras realizan la actividad. El mantener una respiración calmada y controlada les ayudará a mantener la concentración, buscando que cada ejercicio lo ejecuten de la mejor manera, con esto hemos visto que ellos han seguido siempre la secuencia del trabajo planificado y se ve el cambio notorio. Los demás estudiantes que no tienen SD reconocen el avance de sus compañeros y obviamente en ellos se ve el progreso también en toda la integralidad que busca nuestro trabajo.

<b>Sesión 12 Abril 6 de 2022</b>	
<b>Institución educativa:</b>	Escuela Normal Superior de saboyá
<b>Profesor(a):</b>	Alvaro Andrés Africano Higuera Edison Gabriel Villota Jacome
<b>Período académico:</b>	2022 – I
<b>Horario:</b>	Lunes y miércoles (8:00 am – 9:30 am)

<b>Tema:</b>	CONDUCCIÓN DE PELOTA TREN INFERIOR
<b>Objetivo:</b>	CONTROL DE OBJETOS
<b>Actividades:</b>	<p>1- Calentamiento: se realizará aeróbicos en donde todo el grupo participará ocupando espacios intercalados con los estudiantes con SD, en esta parte el profesor se apoyará con la música para desarrollar ejercicio de elongación, movilidad articular, coordinación motriz y ritmo. TIEMPO 20 MINUTOS</p> <p>2- La parte central de la sesión se realizarán ejercicios donde los estudiantes deberán seguir las indicaciones que el maestro menciona, enfocados en el fortalecimiento del tren inferior incluyendo movimientos de gimnasia: TIEMPO 60 MINUTOS.</p> <p>a- Conducción de balón en pareja: Se asigna a cada estudiante un compañero y pide que se pasen el balón entre ellos mientras lo conducen, mejorando la comunicación y la coordinación.</p> <p>b- Conducción de balón con obstáculos altos: Coloca aros o cuerdas suspendidas a diferentes alturas y pide a los estudiantes que conduzcan el balón por debajo de ellos sin tocarlos, mejorando su habilidad para controlar el objeto en diferentes niveles.</p> <p>c- Conducción de balón con cambios de velocidad: Pide a los estudiantes que conduzcan el balón a diferentes velocidades, alternando entre correr rápido, caminar y detenerse por completo, mejorando su control y adaptabilidad.</p>

	<p>d- Conducción de balón con saltos: Pide a los estudiantes que realicen pequeños saltos mientras conducen el balón, manteniendo el control en el aire y al aterrizar.</p> <p>e- Conducción de balón en círculos: Marca un círculo en el suelo y pide a los estudiantes que conduzcan el balón dentro de él, manteniendo un control preciso y evitando que se les escape.</p> <p>f- Conducción de balón con cambios de dirección: Pide a los estudiantes que conduzcan el balón en línea recta y, a la señal del maestro, cambien de dirección de forma repentina, mejorando su capacidad de reacción y control.</p>
<p><b>Recursos didácticos:</b></p>	<p>aros, cuerdas, conos, balones, espacio amplio.</p>
<p><b>Estrategias de evaluación:</b></p>	<p>A Través de los materiales de trabajo se busca una estrategia más efectiva de las actividades de conducción de pelota utilizando el tren inferior y control de objetos, es importante observar y evaluar tanto las habilidades técnicas de los estudiantes con SD como su capacidad para seguir instrucciones y trabajar en equipo.</p>

## OBSERVACIONES

Hoy se enfoca el trabajo en poder afianzar los ejercicios que se realizaron durante todas las anteriores sesiones de trabajo ya que el objetivo es que ellos mantengan estos avances en el desarrollo motriz que se ha podido obtener al paso de este plan de trabajo, así mismo estamos eufóricos que los resultados han sido significativos ya que aspectos como sus desplazamientos armónicos y sus movimientos se han establecido un poco más FINOS, y lo más importante es que ellos se sienten y se ven complacidos con su trabajo.

## Anexo 4

### Datos de la aplicación del Test 3JS en el Momento 2

INV. Alfredo ESCUELA NORMAL SUPERIOR  
Gabriel Villota DE SABOYA

Fecha: Abril 12 / 2022  
Hora: 9:00 - 11:00 AM.  
Lugar: Patio Central ENSSA

### TEST 3JS

Prueba	Sujeto 1	Sujeto 2	Sujeto 3	Sujeto 4	Sujeto 5	Sujeto 6
1. Salto Vertical	3	3	3	2	3	3
2. Giro en el eje longitudinal	2	2	3	2	2	2
3. Lanzamiento de Precisión	3	3	3	3	3	3
4. Golpe de Precisión	3	2	2	2	3	2
5. Carrera en Slalom	3	3	3	3	3	3
6. Bote de Pelota en slalom	3	3	2	3	2	3
7. Conducción de Pelota en slalom	2	2	3	2	3	3
Observaciones	44% Mejoró ✓	45% Mejoró ✓	44% Mejoró ✓	42% Mejoró ✓	43% Mejoró ✓	43% Mejoró ✓
Sesión 1 → Feb. 28	Sesión 4 → Mar 9		Sesión 7 → Mar 21		Sesión 10 → Mar 30	
Sesión 2 → Mar. 2	Sesión 5 → Mar 14		Sesión 8 → Mar 23		Sesión 11 → Abril 1	
Sesión 3 → Mar. 7	Sesión 6 → Mar 16		Sesión 9 → Mar 28		Sesión 12 → Abril 6	