

elementos que constituyen la motricidad a la vez que explora las dimensiones que ésta desarrolla y las funciones sobre las que actúa" (p.1). Se fundamenta en la teoría general de sistemas de Von Bertalanfy, y se adapta la educación física para darle sentido, pertinencia, vigencia y prospectiva teórica, metodológica y de investigación a la profesión.

Bajo la teoría de sistemas, el EDIM, define como el centro o núcleo a la acción motriz, que se conforma de cuatro esferas que representan los cuatro elementos constitutivos de la motricidad o capacidades motrices: perceptivo-motrices, físico-motrices, socio-motrices y recreativo-motrices, cuyo funcionamiento es independiente, pero no aislado del resto de las esferas que lo componen porque estas exigen que se relacionen, e interactúen de manera interdependiente y armonizada. Todo esto se enmarca por las cuatro dimensiones dinámicas de la motricidad: perceptiva, energética, comunicativa y re-creativa, que estimulan las cuatro funciones motrices fundamentales de ejercitación, cognición, emoción y significación que requiere toda manifestación de la motricidad de la actividad física y deporte. (Castañer y Camerino, 2013).

3. JUEGO MOTOR, JUEGO MOTRIZ Y LUDOMOTRICIDAD, ¿SABEMOS DE LOS QUE HABLAMOS?

Según criterio de Pérez (1997), en realidad el juego constituye una excelente herencia recreativa que nos viene desde los tiempos remotos, al principio el hombre jugaba con instrumentos muy simples, después comenzó a experimentar la necesidad de ampliar éstos y llevarlos a actividades más complejas, con el pasar de los años los juegos fueron perfeccionándose, hasta llegar a ser parte importante de las formas recreativas de las diferentes épocas.

Según Pierre Parlebas, citado por Lagardera y Lavega (2003), a los juegos se les concede una mayor posibilidad lúdico motriz que a los deportes y se ha demostrado experimentalmente que debido a los cambios súbitos de conducta, que implican una mayor riqueza de relaciones entre los jugadores, las sesiones de juegos tradicionales llevan a relaciones socio afectivas mucho más ricas. En este sentido, Paredes (2003), agrega que a partir de la corporeidad aparece la motricidad, surge el movimiento humano que alimenta la creatividad de formas lúdicas para poder expresarse y comunicarse. Podemos afirmar que el juego es la epifanía de la motricidad.

Así como la música, la danza, la pintura y la arquitectura son considerados una práctica social universal, el juego también entra en esta categoría. Por tal motivo podemos aseverar que la mayor parte de las relaciones que el niño establece en la infancia es gracias al juego, y gracias a estas relaciones sociales es que el niño construye el conocimiento social, por tal razón es importante aclarar los siguientes conceptos.

El juego motor se define como todo aquel juego reglado que tiene un movimiento intencionado para favorecer o estimular los patrones básicos de movimiento, las habilidades motrices básicas, específicas y las destrezas motrices a través de retos motores individuales y grupales.

elementos que constituyen la motricidad a la vez que explora las dimensiones que ésta desarrolla y las funciones sobre las que actúa" (p.1). Se fundamenta en la teoría general de sistemas de Von Bertalanfy, y se adapta la educación física para darle sentido, pertinencia, vigencia y prospectiva teórica, metodológica y de investigación a la profesión.

Bajo la teoría de sistemas, el EDIM, define como el centro o núcleo a la acción motriz, que se conforma de cuatro esferas que representan los cuatro elementos constitutivos de la motricidad o capacidades motrices: perceptivo-motrices, físico-motrices, socio-motrices y recreativo-motrices, cuyo funcionamiento es independiente, pero no aislado del resto de las esferas que lo componen porque estas exigen que se relacionen, e interactúen de manera interdependiente y armonizada. Todo esto se enmarca por las cuatro dimensiones dinámicas de la motricidad: perceptiva, energética, comunicativa y re-creativa, que estimulan las cuatro funciones motrices fundamentales de ejercitación, cognición, emoción y significación que requiere toda manifestación de la motricidad de la actividad física y deporte. (Castañer y Camerino, 2013).

3. JUEGO MOTOR, JUEGO MOTRIZ Y LUDOMOTRICIDAD, ¿SABEMOS DE LOS QUE HABLAMOS?

Según criterio de Pérez (1997), en realidad el juego constituye una excelente herencia recreativa que nos viene desde los tiempos remotos, al principio el hombre jugaba con instrumentos muy simples, después comenzó a experimentar la necesidad de ampliar éstos y llevarlos a actividades más complejas, con el pasar de los años los juegos fueron perfeccionándose, hasta llegar a ser parte importante de las formas recreativas de las diferentes épocas.

Según Pierre Parlebas, citado por Lagardera y Lavega (2003), a los juegos se les concede una mayor posibilidad lúdico motriz que a los deportes y se ha demostrado experimentalmente que debido a los cambios súbitos de conducta, que implican una mayor riqueza de relaciones entre los jugadores, las sesiones de juegos tradicionales llevan a relaciones socio afectivas mucho más ricas. En este sentido, Paredes (2003), agrega que a partir de la corporeidad aparece la motricidad, surge el movimiento humano que alimenta la creatividad de formas lúdicas para poder expresarse y comunicarse. Podemos afirmar que el juego es la epifanía de la motricidad.

Así como la música, la danza, la pintura y la arquitectura son considerados una práctica social universal, el juego también entra en esta categoría. Por tal motivo podemos aseverar que la mayor parte de las relaciones que el niño establece en la infancia es gracias al juego, y gracias a estas relaciones sociales es que el niño construye el conocimiento social, por tal razón es importante aclarar los siguientes conceptos.

El juego motor se define como todo aquel juego reglado que tiene un movimiento intencionado para favorecer o estimular los patrones básicos de movimiento, las habilidades motrices básicas, específicas y las destrezas motrices a través de retos motores individuales y grupales.

El juego motriz es todo aquel juego reglado que favorece la motricidad humana, las capacidades sociomotrices teniendo o incluyendo una carga de emoción, sentimientos y pensamientos, así como un alto índice cultural en la ejecución de la acción motriz a través de situaciones motrices grupal/social.

Entonces la ludomotricidad es la utilización de la lúdica para favorecer la motricidad humana a través de acciones motrices vinculadas con la alegría, placer, gozo y disfrute, para generar un aprendizaje consciente y dirigido con una intención pedagógica.

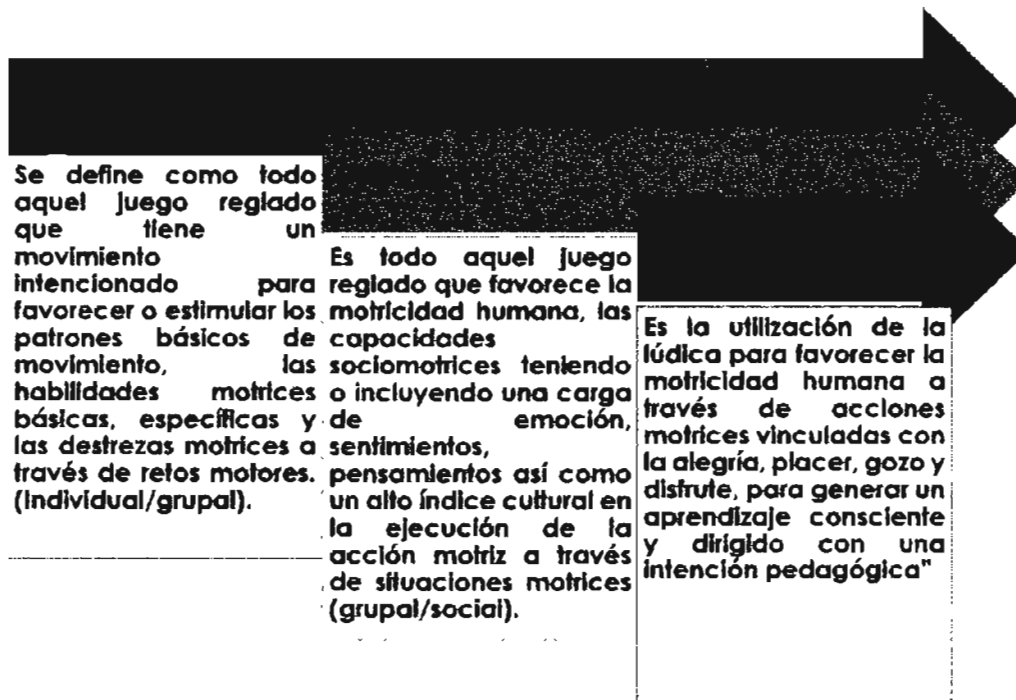


Figura 1. Evolución del juego en educación física.

4. APLICANDO LA LUDOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA. ALGUNAS PROPUESTAS

Como ya se mencionó anteriormente en la tabla 1, en este apartado se explicarán a detalle las actividades que proponemos para que el docente en formación y en servicio de educación física puedan tener claridad en lo que es la ludomotricidad y todo lo que comprende ya que no sólo es el juego motor como única estrategia que puede ser utilizada en la educación física sino que en la actualidad se debe de ampliar el abanico de posibilidades para que se favorezca el desarrollo motriz de los estudiantes de educación básica obligatoria y además darle un sentido lúdico, también se debe favorecer los aspectos cognitivo, afectivo-social y motriz aplicando actividades con una intención pedagógica en la sesión de educación física.

Tabla 3.
Actividades de expresión corporal

| | | |
|-----------------------------------|-------------------|---|
| | | |
| Actividades de expresión corporal | Teatro en sombras |  |

El teatro de sombras es una de las formas de teatro más populares y antiguas del mundo y en ella se funden atractivas leyendas y tradiciones. Se sabe que surgió en Asia, aunque no está claro si fue exactamente en China o en la India, antes del siglo XII, y, cuando ya atesoraba una larga tradición en aquel continente, llegó a Europa alrededor de 1760, según Angolotti (1990).

La técnica del teatro de sombras se plantea de la siguiente forma, aunque lo más lógico sería trabajar con las sombras corporales, pero en el caso de grupos que presenten otras características, como grupos inhibidos, se puede comenzar por proyectar sombras con objetos o siluetas para incorporar progresivamente la figura humana. Dentro de la técnica del teatro de sombras se deben considerar los siguientes aspectos:

- Mantener la mirada en la sombra que proyecta el cuerpo o los objetos con los que se trabaja para comprobar lo que se está haciendo.
- Conocer las posibilidades que se presentan al actuar de perfil o de frente: si nos colocamos de frente no podemos hacer acciones con las manos delante del cuerpo, pues no se verán.
- Conocer las posibilidades de trabajar con la distancia respecto al foco de luz, la sombra se hace más grande y viceversa.
- Identificar las posibilidades de trabajar con objetos: causa diferente sensación un objeto transparente que un opaco, o un objeto plano que uno tridimensional.
- Explorar las posibilidades de crear sombras con la colaboración de varias compañeras o compañeros.

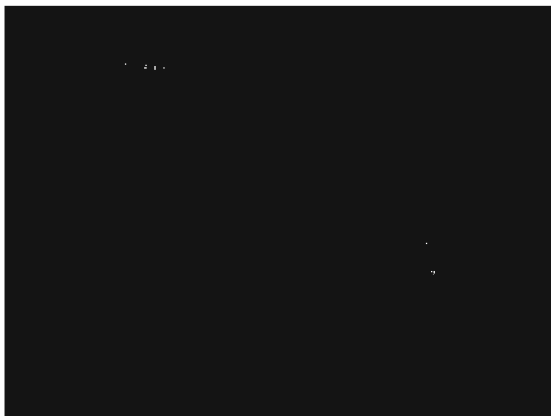


Figura 2.
Práctica del Teatro de sombras en nivel Primaria.



Figura 3.
Puesta en escena del teatro de sombras.

Tabla 4.
Danza

| Danza | Danzas del Mundo |  |
|-------|------------------|---|

Danzar es interpretar la música a través de los movimientos del cuerpo, es una forma única de expresión que lleva unida a nuestras costumbres culturales desde tiempos inmemoriales. La danza es una manifestación artística y cultural que se ha desarrollado en todos los lugares del mundo, es un lenguaje universal. Si llevamos la danza al aula, daremos a nuestros alumnos un nuevo e interesante vehículo para expresarse y relacionarse con los demás, pero si además de esto les damos a conocer danzas de otros países del mundo, tendrán la oportunidad de conocer, valorar y respetar las tradiciones musicales.



Figura 4.
Ensayo de una danza regional.



Figura 5.
Práctica de una danza entre padres e hijos.

Tabla 5.
Campamento de verano

| Campamentos de Verano | Campamento |  |
|-----------------------|------------|---|

El campamento es un programa didáctico de la educación no formal, diseñado para el uso inteligente del tiempo libre, responde a intereses temáticos diversos según el ámbito cultural y el contexto socio económico en el cual se gesta, (Paris, 2008). Su diseño supone no sólo un proceso de planificación didáctica, sino también un proceso de administración educativa no formal, con sus fases de organización, ejecución y evaluación del personal involucrado, el presupuesto, objetivos, metodologías, contenidos, actividades, recursos y espacios físicos.

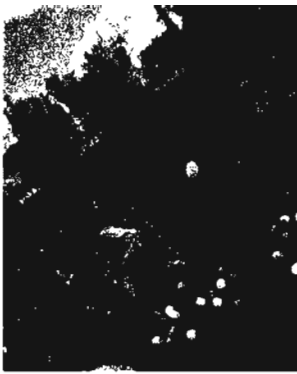


Figura 6. Actividad de Juego Cooperativo en campamento de verano.

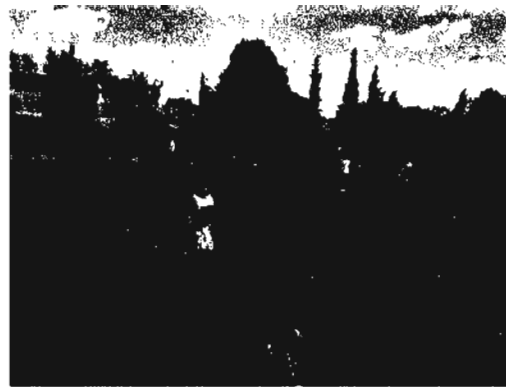


Figura 7. Actividades Cooperativas en campamento de verano.

Tabla 6.
Juegos tradicionales

| | Actividades de Educación Física | Imágenes |
|----------------------|---------------------------------|---|
| Juegos tradicionales | Cebollitas |  |

Según Lavega (2000), los juegos populares se sitúan en el grupo de las manifestaciones lúdicas más peculiares y genuinas de cualquier colectivo humano. En el ámbito de la motricidad, son prácticas lúdicas, que, a diferencia de otro tipo de juegos, están muy directamente vinculados al contexto.

Para Vizúete (1997), los juegos populares, han supuesto durante milenios la única escuela de formación física, de relaciones sociales y de aprendizaje para los miles de personas en todo el mundo. Es un patrimonio común que se encuentra agredido constantemente por los avances de la vida sedentaria y por la limitación de espacios de juego como consecuencia del desarrollo urbano, debemos dar a conocer las actividades físicas practicando, aprendiendo y dando a conocer las actividades físicas que forman parte de nuestra cultura, como la única forma posible de proteger y de preservar este patrimonio cultural.

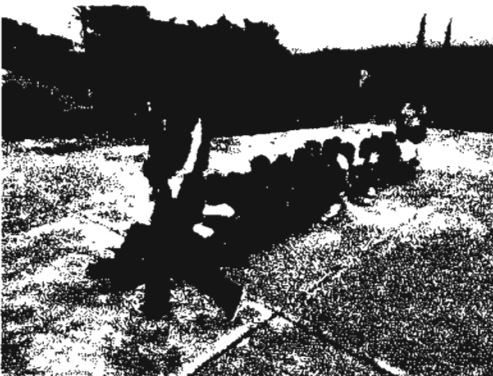



Figura 8.
Juego tradicional de "las cebollitas".



Figura 9.
Alumnos jugando "las cebollitas".

Tabla 7.
Actividades circenses, malabarismos, acrobacias, piruetas, etc.


| | | Imagen |
|---|---|---|
| Actividades circenses, malabarismos, acrobacias, piruetas, etc. | Actividades circenses, malabarismos, acrobacias, piruetas, etc. |  |

En términos de Lenh (1991): "Los malabares son el habilidoso y artístico manejo de uno o más objetos sin finalidad práctica". Se podría agregar que las actividades de malabares son ejercicios de destreza cuya finalidad está en lanzar y recoger objetos diversos tales como pelotas, platos, botellas, etc., con rapidez y evitando caigan al suelo o mantenerlos en equilibrio.



Figura 10. Alumnos de nivel Secundaria practicando malabares.

Tabla 8.
Juegos y actividades con materiales pequeños y manipulables

| | | Imagen |
|--|--------------------------|---|
| Juegos y actividades con materiales pequeños y manipulables. | Actividades cooperativas |  |

Las actividades cooperativas son actividades no competitivas donde no existe oposición entre las acciones de los participantes. Por el contrario, todos cooperan para alcanzar un objetivo común o varios objetivos complementarios (Velázquez, 2012).

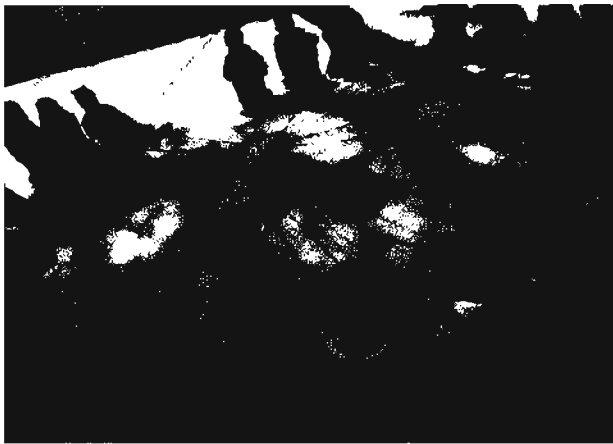


Figura 11.
Actividad cooperativa "Pulpo" en nivel Preescolar.



Figura 12.
Actividad cooperativa "uno para todos y todos para uno" en nivel Preescolar.

5. CONCLUYENDO.

El docente de educación física tendrá la oportunidad de ser su propio gestor de conocimiento a través de la ludomotricidad, para ello tendrá que conocer las funciones del juego, las diferentes estrategias didácticas, las características de las niñas, niños y adolescentes con los cuales trabajará, la lógica interna que guarda cada actividad ludomotriz que implemente, los propósitos pedagógicos a favorecer, así como la estrategia de aprendizaje basado en el juego.

Cabe señalar que esta reconceptualización está en proceso de evolución debido a las necesidades sociales y culturales que imperan en la actualidad, por lo que es de suma importancia la renovación e innovación en la práctica docente para revitalizar los saberes conceptuales, procedimentales, actitudinales en la formación docente de la educación física para la educación básica.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Angoloti, C. (1990). *Cómics, títeres y teatro en de sombras. Tres formas plásticas de contar historias.* Madrid: Ediciones de la torre.

Castañer, M. y Camerino, O. (2013). *Enfoque Dinámico e Integrado de la Motricidad (EDIM).* Acción Motriz.

Lagardera, F. y Lavega P. (2003). *Introducción a la praxiología motriz.* Edit. Barcelona, España: Paldotribo.

Lavega, P. (2000). *Juegos y deportes populares y tradicionales.* INDE Barcelona.

Lenh, D.B. (1991). *¡Agáchate y vuélvete aagachar! Malabares para todos.* Madrid.

Escudero, J.M. (2003). *La calidad de la educación: controversias y retos para la Educación Pública.* Educación siglo XXI: Revista de la Facultad de Educación, ISSN 1699-2105. N. 20-21

El juego motriz es todo aquel juego reglado que favorece la motricidad humana, las capacidades sociomotrices teniendo o incluyendo una carga de emoción, sentimientos y pensamientos, así como un alto índice cultural en la ejecución de la acción motriz a través de situaciones motrices grupal/social.

Entonces la ludomotricidad es la utilización de la lúdica para favorecer la motricidad humana a través de acciones motrices vinculadas con la alegría, placer, gozo y disfrute, para generar un aprendizaje consciente y dirigido con una intención pedagógica.

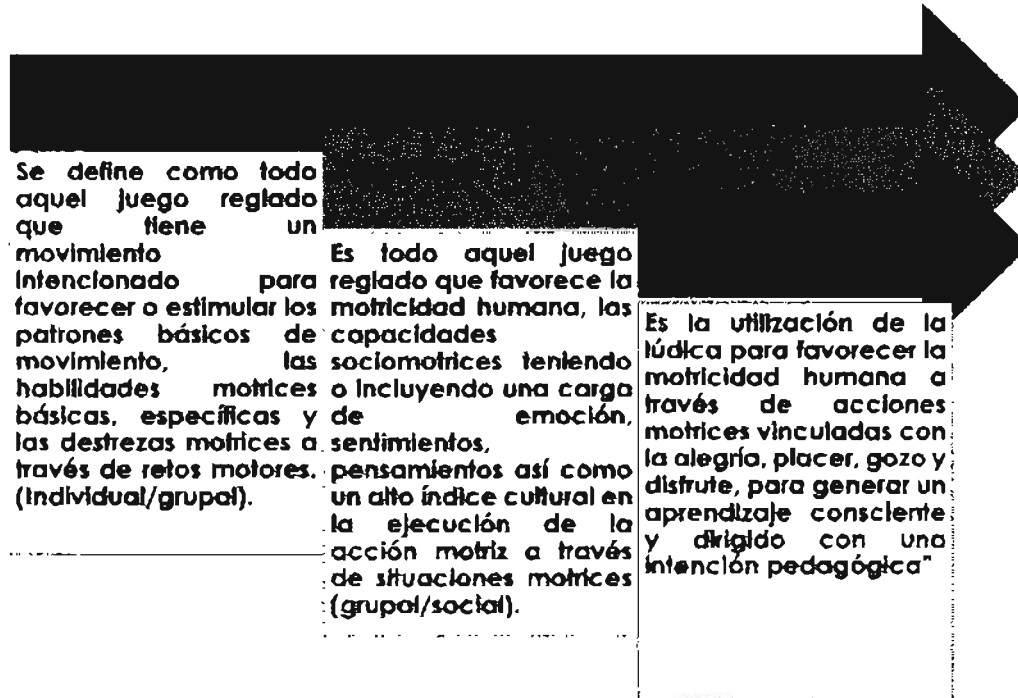



Figura 1. Evolución del juego en educación física.

4. APLICANDO LA LUDOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA. ALGUNAS PROPUESTAS

Como ya se mencionó anteriormente en la tabla 1, en este apartado se explicarán a detalle las actividades que proponemos para que el docente en formación y en servicio de educación física puedan tener claridad en lo que es la ludomotricidad y todo lo que comprende ya que no sólo es el juego motor como única estrategia que puede ser utilizada en la educación física sino que en la actualidad se debe de ampliar el abanico de posibilidades para que se favorezca el desarrollo motriz de los estudiantes de educación básica obligatoria y además darle un sentido lúdico, también se debe favorecer los aspectos cognitivo, afectivo-social y motriz aplicando actividades con una intención pedagógica en la sesión de educación física.

Tabla 3.
Actividades de expresión corporal

| Actividad | Objetivo | Imagen |
|-----------------------------------|-------------------|---|
| Actividades de expresión corporal | Teatro en sombras |  |

El teatro de sombras es una de las formas de teatro más populares y antiguas del mundo y en ella se funden atractivas leyendas y tradiciones. Se sabe que surgió en Asia, aunque no está claro si fue exactamente en China o en la India, antes del siglo XII, y, cuando ya atesoraba una larga tradición en aquel continente, llegó a Europa alrededor de 1760, según Angoloti (1990).

La técnica el teatro de sombras se plantea de la siguiente forma, aunque lo más lógico sería trabajar con las sombras corporales, pero en el caso de grupos que presenten otras características, como grupos inhibidos, se puede comenzar por proyectar sombras con objetos o siluetas para incorporar progresivamente la figura humana. Dentro de la técnica del teatro de sombras se deben considerar los siguientes aspectos:

- Mantener la mirada en la sombra que proyecta el cuerpo o los objetos con los que se trabaja para comprobar lo que se está haciendo.
- Conocer las posibilidades que se presentan al actuar de perfil o de frente: si nos colocamos de frente no podemos hacer acciones con las manos delante del cuerpo, pues no se verán.
- Conocer las posibilidades de trabajar con la distancia respecto al foco de luz, la sombra se hace más grande y viceversa.
- Identificar las posibilidades de trabajar con objetos: causa diferente sensación un objeto transparente que un opaco, o un objeto plano que uno tridimensional.
- Explorar las posibilidades de crear sombras con la colaboración de varias compañeras o compañeros.

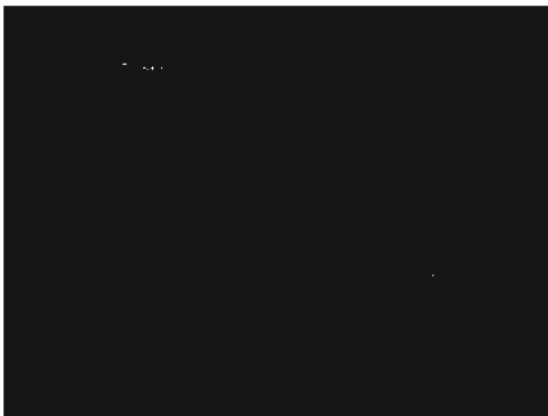


Figura 2.
Práctica del Teatro de sombras en nivel Primaria.



Figura 3.
Puesta en escena del teatro de sombras.

Tabla 4.
Danza

| Temática | Contenido | Imagen |
|----------|------------------|---|
| Danza | Danzas del Mundo |  |

Danzar es interpretar la música a través de los movimientos del cuerpo, es una forma única de expresión que lleva unida a nuestras costumbres culturales desde tiempos inmemoriales. La danza es una manifestación artística y cultural que se ha desarrollado en todos los lugares del mundo, es un lenguaje universal. Si llevamos la danza al aula, daremos a nuestros alumnos un nuevo e interesante vehículo para expresarse y relacionarse con los demás, pero si además de esto les damos a conocer danzas de otros países del mundo, tendrán la oportunidad de conocer, valorar y respetar las tradiciones musicales.



Figura 4.
Ensayo de una danza regional.



Figura 5.
Práctica de una danza entre padres e hijos.

Tabla 5.
Campamento de verano

| Temática | Contenido | Imagen |
|-----------------------|------------|---|
| Campamentos de Verano | Campamento |  |

El campamento es un programa didáctico de la educación no formal, diseñado para el uso inteligente del tiempo libre, responde a intereses temáticos diversos según el ámbito cultural y el contexto socio económico en el cual se gesta, (Paris, 2008). Su diseño supone no sólo un proceso de planificación didáctica, sino también un proceso de administración educativa no formal, con sus fases de organización, ejecución y evaluación del personal involucrado, el presupuesto, objetivos, metodologías, contenidos, actividades, recursos y espacios físicos.

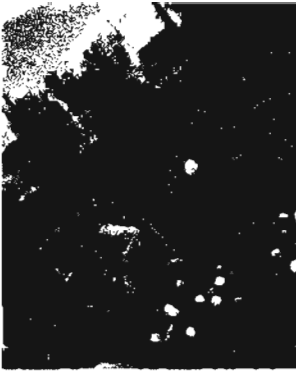


Figura 6. Actividad de juego Cooperativo en campamento de verano.



Figura 7. Actividades Cooperativas en campamento de verano.

Tabla 6.
Juegos tradicionales

| Actividades físicas | Actividades de desarrollo físico | Juegos |
|----------------------|----------------------------------|---|
| Juegos tradicionales | Cebollitas |  |

Según Lavega (2000), los juegos populares se sitúan en el grupo de las manifestaciones lúdicas más peculiares y genuinas de cualquier colectivo humano. En el ámbito de la motricidad, son prácticas lúdicas, que, a diferencia de otro tipo de juegos, están muy directamente vinculados al contexto.

Para Vizuet (1997), los juegos populares, han supuesto durante milenios la única escuela de formación física, de relaciones sociales y de aprendizaje para los miles de personas en todo el mundo. Es un patrimonio común que se encuentra agredido constantemente por los avances de la vida sedentaria y por la limitación de espacios de juego como consecuencia del desarrollo urbano, debemos dar a conocer las actividades físicas practicando, aprendiendo y dando a conocer las actividades físicas que forman parte de nuestra cultura, como la única forma posible de proteger y de preservar este patrimonio cultural.

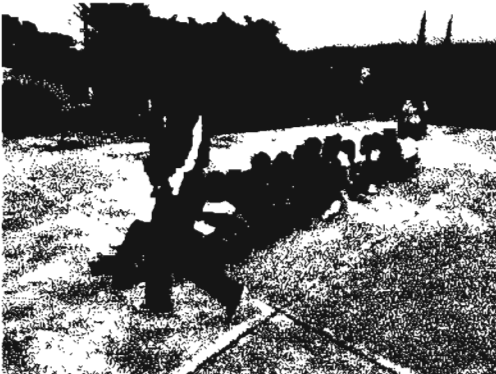



Figura 8.
Juego tradicional de "las cebollitas".



Figura 9.
Alumnos jugando "las cebollitas".

Tabla 7.
Actividades circenses, malabarismos, acrobacias, piruetas, etc.


| | | Imagen |
|---|---|---|
| Actividades circenses, malabarismos, acrobacias, piruetas, etc. | Actividades circenses, malabarismos, acrobacias, piruetas, etc. |  |

En términos de Lenh (1991): “Los malabares son el habilidoso y artístico manejo de uno o más objetos sin finalidad práctica”. Se podría agregar que las actividades de malabares son ejercicios de destreza cuya finalidad está en lanzar y recoger objetos diversos tales como pelotas, platos, botellas, etc., con rapidez y evitando caigan al suelo o mantenerlos en equilibrio.



Figura 10. Alumnos de nivel Secundaria practicando malabares.

Tabla 8.
Juegos y actividades con materiales pequeños y manipulables

| | | Imagen |
|--|--------------------------|---|
| Juegos y actividades con materiales pequeños y manipulables. | Actividades cooperativas |  |

Las actividades cooperativas son actividades no competitivas donde no existe oposición entre las acciones de los participantes. Por el contrario, todos cooperan para alcanzar un objetivo común o varios objetivos complementarios (Velázquez, 2012).

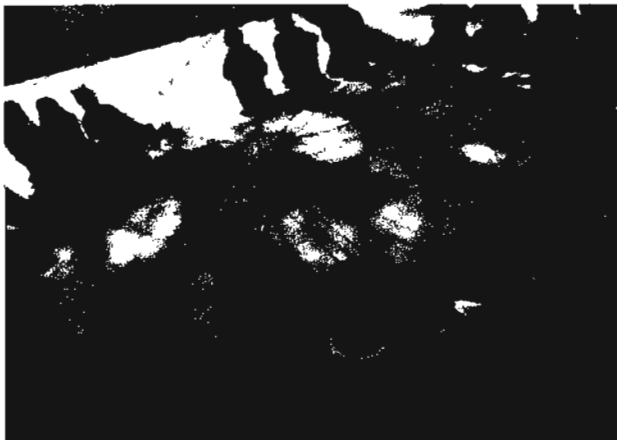


Figura 11.
Actividad cooperativa "Pulpo" en nivel Preescolar.



Figura 12.
Actividad cooperativa "uno para todos y todos para uno" en nivel Preescolar.

5. CONCLUYENDO.

El docente de educación física tendrá la oportunidad de ser su propio gestor de conocimiento a través de la ludomotricidad, para ello tendrá que conocer las funciones del juego, las diferentes estrategias didácticas, las características de las niñas, niños y adolescentes con los cuales trabajará, la lógica interna que guarda cada actividad ludomotriz que implemente, los propósitos pedagógicos a favorecer, así como la estrategia de aprendizaje basado en el juego.

Cabe señalar que esta reconceptualización está en proceso de evolución debido a las necesidades sociales y culturales que imperan en la actualidad, por lo que es de suma importancia la renovación e innovación en la práctica docente para revitalizar los saberes conceptuales, procedimentales, actitudinales en la formación docente de la educación física para la educación básica.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Angoloti, C. (1990). Cómics, títeres y teatro en de sombras. Tres formas plásticas de contar historias. Madrid: Ediciones de la torre.

Castañer, M. y Camerino, O. (2013). Enfoque Dinámico e Integrado de la Motricidad (EDIM). Acción Motriz.

Lagardera, F. y Lavega P. (2003). Introducción a la praxiología motriz. Edit. Barcelona, España: Paidotribo.

Lavega, P. (2000). Juegos y deportes populares y tradicionales. INDE Barcelona.

Lenh, D.B. (1991). ¡Agóchate y vuélvete aagachar! Malabares para todos. Madrid.

Escudero, J.M. (2003). La calidad de la educación: controversias y retos para la Educación Pública. Educación siglo XXI: Revista de la Facultad de Educación, ISSN 1699-2105. N. 20-21

Paris, Leslie. (2008). Children's Nature: The Rise of The American Summer Camp. New York, EEUU: New York University Press.

Pérez, A. (1997). Recreación y fundamentos teóricos metodológicos. México DF.

**Paredes, Jesús. Desde la corporeidad a la cultura. Buenos Aires. 2003.
<http://www.efdeportes.com/efd62/corpo.htm>**

Ruiz, L. M. (1987). Desarrollo motor y actividades físicas. Madrid: Gymnos.

**Sánchez, M. Luis. (05 de abril de 2017). <http://blog.fichina.com> « entrada en blog »
Recuperado de [http : http://blog.fichina.com/obj-aprender-lugando-la-metodologia-ludica-que-funciona/](http://blog.fichina.com/obj-aprender-lugando-la-metodologia-ludica-que-funciona/)**

Schmidt, R. A. (1988). Control motor and learning: A behavioural emphasis. Champaign, ILL: Human Kinetics.

**Secretaría de Educación Pública. (2018). Programa del Curso de Ludomotricidad 2018
Licenciatura en Educación Física. México: Secretaría de Educación Pública.**

Velázquez, C. (2012). La pedagogía de la cooperación en Educación Física. Laguna de Duero: Colectivo La Peonza.

Vizuet, M. (1997). "Bases teóricas de la educación física" en "Manuela del maestro especialista en educación física" (coord. F.J. Catejón). Pila Teleña. Madrid.

Whitehead, M. (2010). Physical Literacy: Throughout the Lifecourse. Routledge.

Fecha de recepción: 14/3/2019

Fecha de aceptación: 3/5/2019