

**ATIVIDADES DO SISTEMA (JOGOS) CAPACIDADE DE MELHORAR A FORÇA
FÍSICA DA CLASSE DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA OITAVA SÉRIE ALUNOS DO ESBU
JOSE MARTI PEREZ MUNICÍPIO DE COLON (Original)**

**System of activities (games) for improving the physical capacity resistance from the Physical
Education lesson in eight students of Jose Marti Perez Secondary school from Colon municipality**

Lic. Iris Mayda Armenteros-Martínez, ESBU José Martí Pérez. Municipio Colón,
flor@fcmc.sld.cu, Cuba

MSc. Julia Barrios-Alpízar, ESBU José Martí Pérez. Municipio Colón, flor@fcmc.sld.cu,
Cuba

Lic. Pedro L Alvarez-Bello, ESBU José Martí Pérez. Municipio Colón, flor@fcmc.sld.cu,
Cuba

RESUMO.

Trabalhando com capacidades físicas faz parte das prioridades do currículo, a este nível de ensino. resistência à capacidade física do PE persiste como um fracasso. O progresso desta em conjunto com outras capacidades, são essenciais na preparação física do aluno para atingir níveis satisfatórios de acordo com os regulamentos. O diagnóstico inicial permitiu conhecer as dificuldades na sua implementação, o que era uma premissa fundamental para o desenvolvimento das atividades do sistema (jogos). Para realizar este trabalho o autor foi baseada em princípios diferentes, objetivos e passos metodológicos. A fim de melhorar a resistência à capacidade física, atividades do sistema (jogos) foi parcialmente implementado por processo de selecção intencional, uma amostra de 80 alunos da oitava série em José Martí Pérez ESBU do município de Colombo. critérios quando formuladas e onde aplicar, que é a partir do ponto de vista do enriquecimento autor da teoria geral do ensino da Educação Física, tem recomendações metodológicas que irão facilitar a tarefa na introdução e aplicação de resultados , através da incorporação de maneira frequente e sistemático na classe PE, conforme aplicável. Os resultados alcançados em sua conclusão confirmou a utilidade, permitindo melhorar a resistência capacidade física em resposta ao problema científico declarou. A pesquisa fornece dados e informações valiosas para quem incursões no assunto. **Palavras-chave:** capacidade física, de resistência, de educação física, jogos, atividades físicas.

ABSTRACT

The works with the physical capacities are included in the priorities of the study plan in this level of education. The physical capacity resistance from the Physical Education lesson persists as an insufficiency. The progress of this, associated with other capabilities, results indispensable in the physical preparation of the student to reach better levels according to regulations. The initial diagnostic allowed us to know the difficulties in its performance, what constituted main premise for the elaboration of the system of activities (games). For the realization of this work the author used different principles, objectives and methodological steps. With the objective of improving the physical capacity resistance, it was partially applied the system of activities (games) by means of the procedure of intentional selection, to a sample of 80 students of 8th grade in Jose Marti Perez Secondary School from Colon municipality. When formulating opinions of when and where to apply them, what constitutes from the teacher's point of view an enrichment of the general theory of the Physical Education didactics, it counts with facilitate the order in the introduction and the application of the results, to incorporate them in a frequent and systematic way in the Physical Education lesson, they are applicable. The reached results in its realization confirm the utility to allow the betterment of the physical capacity resistance giving answer to the declared scientific problem. The investigation contributes datum and valuable information for all the one who study about the theme.

Key words: Physical capacity, resistance, Physical Education, games, physical activities.

INTRODUÇÃO.

Castro, Fidel. (1978) argumenta que o estado cubano desenvolve a prática da educação Física e Desporto na escola como um componente de educação integral. De acordo com Castro, Fidel (2000) para assegurar o desenvolvimento físico e mental, melhorar a saúde ea utilização adequada do tempo de lazer como direito e responsabilidade dos indivíduos, independentemente da idade, sexo, raça, religião ou local de residência, para prepará-los para a vida corporativamente, e habilidades físicas alcançá-los maciçamente com equidade e qualidade.

Para concretizar estes objectivos, na prática, é necessário que a Educação Física no subsistema do ensino geral, decisiva na frente das actividades realizadas pelos alunos do ensino secundário, onde trabalha para estimular habilidades físicas que permitem etapas para executar tarefas com sucesso na prática confrontado com a sociedade, escola e

família. Então absoluta importância neste processo é conseguido por ser a fase em que as fundações de saúde e desenvolvimento individual são criados.

A análise da literatura mais recente mostra que, em Cuba de estudos que oferecem contribuições teóricas, tais como Ariel Ruiz, Alejandro Lopez, Fernando Dorta, Hemenergildo Stack leva, este último considerado um dos trabalhos mais rigoroso e abrangente executado o diagnóstico do nível de desenvolvimento de habilidades motoras que fornecem elementos importantes para alcançar melhores resultados em termos de capacidades físicas dos alunos e dentro destes resistência através da classe PE, embora não seja suficiente investigação trabalho nacional e internacional para melhorar as habilidades físicas com os alunos que estão dentro de um determinado sistema de Educação física, além de limitações evidentes no nível de formação teórica e metodológica dos professores para melhorar a capacidade de resistência física. Hegedus, J. (2010), Cortegaza, L. (2012) descreve a resistência capacidade física mais difícil cumprir estes compromissos bateria de testes de eficiência físicas. acompanhamento eficaz no diagnóstico desta capacidade é executada. Navarrete, G. (2010) argumenta que a aplicação de jogos é uma maneira de melhorar a resistência física de capacidade, o seu elevado potencial educacional, mas reivindicações de preparar os professores para a realização mais frequente e planejado. Continua a representar Navarrete, G. (2010) jogos são uma maneira ideal em ordem com esta capacidade, se alternam com outros métodos e procedimentos - aprendizagem, reconhecendo amplas vantagens em ajudar a aquisição de conhecimentos sólidos, a consciência sobre a prática sistemática de educação física e a formação de sentimentos e valores a partir dos quais são divertido, motivador, interessante e divertido. Lopez, A (2010) acrescenta que no entanto, mesmo que diretores e professores apoiar o jogo como uma atividade educativa, atividades de ensino e extradocentes relacionados com o tratamento dessa habilidade na escola, não se realiza a aplicação sistemática destes permitindo combinado com outros métodos para promover a melhoria da resistência à capacidade física.

Continua-lo considerando Lopez, A (2010) um dos fatores que atrai jogos é a natureza competitiva torna-se evidente quando os alunos realizam ações para chegar a um parceiro ou evitá-la, medir a sua força, obter os resultados para o benefício de sua equipe

Lagardera, F. (2002) refere-se aos jogos em aulas de educação física são realizadas com

força física da classe de educação física

muitas variantes, dependendo das tarefas a serem resolvidos. É por isso que os autores fizeram uma atividade sistemática a este respeito, encontrando as contradições entre o potencial e escola prática em visitas a atividades educacionais e de instrução, bem como o mau desempenho na oitava série sobre a resistência capacidade física, não não há correspondência entre o diagnóstico inicial e o teste final, o trabalho em resposta aos padrões atuais de avaliação da eficiência física é restrito. Assim, o resultado da revisão da literatura especializada, intercâmbio profissional e de experiências educativas, ajudou a formular a situação problema nos seguintes termos: dificuldades no cumprimento das normas de resistência a aptidão física da classe dos estudantes de Educação Física oitava série município ESBU José Martí Pérez Colón.

A situação acima leva ao problema científico seguinte: Como ajudar a melhorar a resistência de aptidão física da classe PE nos alunos da oitava série do José Martí Pérez ESBU município Colón, cujo objectivo global se concentra no desenvolvimento de um? atividades do sistema (jogos) para melhorar a resistência capacidade física da classe PE em alunos da oitava série município ESBU José Martí Pérez Colón.

A importância deste trabalho é que a implementação deste sistema actividades (jogos) integrado Educação Física com base em tendências contemporâneas, que serviu como uma base prática - metodologia para melhorar a resistência capacidade física e formar integralmente alunos da oitava série através de aulas, demonstrando sua utilidade e eficácia como um elemento-chave para a aplicação prática, a obtenção de resultados satisfatórios com o papel activo dos alunos orientados pelo professor; bem como fornecer recomendações metodológicas facilitou o trabalho sobre a introdução e aplicação de resultados, através da incorporação de forma maciça, frequente e sistemático na classe PE.

DESENVOLVIMENTO

População e amostra.

selecção assunto.

A fim de melhorar a resistência à capacidade física, um sistema de atividade foi aplicado a uma população em que o universo está localizado na 160 alunos do oitavo ano município (ESBU) José Martí Pérez Colón.

Amostra critérios de selecção: a amostra não aleatória de 80 alunos, pelo processo de seleção intencional, foi selecionado estudantes que trabalham diretamente com o professor de Educação Física, representando 50% foram escolhidos.

métodos de pesquisa.

Para a pesquisa são consultados Guardo. (2011), Estevez, M. (2014) sobre o uso de diferentes métodos, regido pelo método universal da dialética materialista do conhecimento marxista - leninista, isto implica uma postura metodológica sobre a selecção e utilização de outros métodos teóricos e empírica necessário.

Histórica e lógica: fornece o estudo das peculiaridades do processo de resistência capacidade física em seus momentos essenciais, isto é, ver se movendo em seu desenvolvimento. Isso nos permitiu estabelecer a forma como esta questão tem sido exercida de antecedência, suas abordagens e fundações hoje e que as tendências estão se desenvolvendo.

Analítico - sintética: para a análise dos critérios de diferentes autores e interpretação dos dados obtidos em diferentes mestrado e teses de doutoramento relacionados com o tema de pesquisa.

Indutivo - dedutivo aplicado de forma relacionada com a análise e síntese permitiu a identificação de regularidades importantes sobre os requisitos metodológicos teóricas. Ele permitiu que generalize e particularizar, passando de parte com o todo e toda a parte, sucessivamente, importante na sistematização do processo de conhecimento científico.

abordagem do sistema: é expressa na inter-relação necessária que deve existir entre todos os indicadores que permitem a integração de todas as ações para alcançar um objetivo comum.

A modelagem teórica: usado para o desenvolvimento de proposta de pesquisa teórica através da apresentação do modelo, seus diferentes elementos para projetar tipos e exemplos concretos de atividades.

força física da classe de educação física

Tráfego do abstrato para o concreto usado nas atividades de concepção, projeto e desenvolvimento de sistemas (jogos) desenvolvido para perceber os pressupostos teóricos feitos na investigação.

métodos empíricos:

Análise de documentos: para verificar o tratamento da resistência à capacidade física na oitava série. programas, orientações metodológicas, resultados de testes iniciais e finais: foram analisados os principais documentos.

Pesquisa: estudantes e professores da amostra selecionada foi aplicado para coletar informações, opiniões e avaliações sobre a resistência à capacidade física.

Entrevista foi aplicado a professores de educação física, metodólogos e gestores, a fim de recolher os critérios de avaliação sobre o estado actual da resistência capacidade física.

observação científica: Para obter informações sobre os objetivos investigados, e como ponto de partida para a subsequente utilização de outros métodos empíricos. Ele foi conduzido sob condições naturais na situação real em contato direto com o objeto de estudo, para preparar um guia de registo de observações de modo que é aberta, direta e estruturada.

Medição: verificar na prática, o comportamento inicial de resistência capacidade física nos alunos da oitava série do José Martí Pérez ESBU do município de Colombo. técnicas estatísticas.

Para o registro dos resultados obtidos, foi utilizado o programa Excel no Windows Platform, mesas e médias, promovendo a gestão e análise dos resultados. Discussão / resultados.

Os resultados alcançados em sua conclusão confirmou a utilidade, permitindo melhorar a resistência capacidade física em resposta ao problema científico declarou. A avaliação parcial dos resultados alcançados com a implementação do sistema de atividades (jogos) propostos, foi verificada através da observação participante e aplicação do teste final, na amostra selecionada.

A observação participante desta pesquisa emitiu as seguintes classificações:

- ✓ As relações interpessoais professor - aluno, foram estabelecidas com base na compreensão, respeito mútuo, segurança e confiança. Estimular o desenvolvimento da individualidade de estudante levou ao desenvolvimento de suas potencialidades e superou suas deficiências.
- ✓ A implementação de atividades com a orientação do professor) contribuiu para a independência dos alunos com qualidade, evidenciado um esforço para alcançar uma participação estável.
- ✓
O trabalho de grupo foi significativo.

Tabela 1. O diagnóstico inicial. Mês setembro.

sexo	I nivel	II nivel	III nivel	IV nivel	S/N	Total
M	6	9	10	10	5	40
F	3	3	9	15	10	40
Total	9	12	19	25	15	80
%	11.25*	15.0	23.75	31.25	18.75	--

Tabela 2. diagnóstico Monitoring. Mês Janeiro.

sexo	I nivel	II nivel	III nivel	IV nivel	S/N	Total
M	15	16	4	3	2	40
F	12	10	8	5	5	40
Total	27	26	12	8	7	80

força física da classe de educação física

%	33.75*	32.5	15.0	10.0	8.75	--
---	--------	------	------	------	------	----

Tabela 3. Teste final. Mês de Maio.

sexo	I nível	II nível	III nível	IV nível	S/N	Total
M	30	9	1	-	-	40
F	25	12	3	-	-	40
Total	55	21	4	-	-	80
%	68.75*	26.25	5	-	-	--

Um diagnóstico inicial foi realizado em setembro, onde ele jogou as dificuldades reais de resistência capacidade física na oitava série, refletindo que no primeiro nível de aptidão física estão localizados apenas 9 deles, o que representa 11,25% da amostra. No mês de janeiro é dado seguimento a este diagnóstico utilizando as atividades do sistema (jogos) em uma segunda etapa, mostrando um avanço, porque o número de alunos no primeiro nível ascendeu a 27 para um .Ya 33,75% em Maio foi aplicada para o teste final, em que o resultado obtido após a aplicação do sistema de atividades (jogos) foi encontrado, os alunos melhoraram seus tempos e já 55 deles foram no primeiro nível de 68,75%.

passos metodológicos para o ensino o sistema de jogo:

De acordo Coletivo de Autores (1985) cada professor deve ter uma imagem clara das atividades que ensinam seus alunos. Lógica, estrutura, motivos e interesses dos participantes, as circunstâncias em que ele é forçado a participar cada, exige que o professor utilize os passos metodológicos para o ensino-los e, assim, garante a dominação alunos do conteúdo da actividade ea sua participação activa nas mesmas.

1-enunciação do jogo: para divulgar o nome do jogo está a ser desenvolvido. Isso deve ser sugestivo para incentivar o jogo e se relacionam com as ações e conteúdo do jogo.

2. Histórico e explicação: será realizada imediatamente após a enunciação, é a conversa o professor faz, a fim de estudantes de juros na atividade, por vezes, uma boa

motivação depende do sucesso da atividade. Além disso, a explicação deve ser compreensível, juntamente com a descrição e utilização de jogos de comunicação social audiovisual. O valor do que é a forma de arte para apresentar o conteúdo, que deve ser atraente e dramatizada, uma explicação do conteúdo, as regras e os passos durante o desenvolvimento do mesmo é feito.

3. Organização e Formação: neste caso, inclui tudo sobre a distribuição, a seleção adequada de guias e grupo da equipe, impede que estes são desiguais e perder o interesse no jogo.

4. Demonstração: é esclarecer os objetivos do jogo e mais facilmente explicar tanto o professor com os alunos ou com todo o grupo irá demonstrar como eles devem realizar o jogo.

5. Prática do jogo: uma vez que demonstrou o jogo requer prática para sinalizar o professor o jogo começa, aproveitando todas as situações de dúvida ocorrer para parar e fazer esclarecimentos para facilitar a compreensão. O professor deve garantir que todos os alunos participam de reafirmar actividade de aprendizagem também atuar como árbitro e alterar as faltas cometidas.

Aplicação das regras: durante o jogo de prática, as regras são explicados aspectos ou seja, que os estudantes devem estar cientes de que o jogo é um sucesso.

6-desenvolvimento: é a execução do jogo até chegar ao seu resultado final, não vai avançar para a sua realização até que todos os alunos a compreender isso.

Variantes: após o jogo evoluiu, o professor executa essas variantes e, juntamente com a introdução de novas regras.

A variante é que, utilizando a mesma organização, os deslocamentos forem alteradas, o aumento da complexidade, sempre ao encontro do objectivo estabelecido.

7 Avaliação: aqui os resultados dos jogos são avaliados, os esforços e os estudantes em particular do grupo.

O sistema de cartão de índice actividades (jogos), inclui os seguintes aspectos:

- ✓ Nomes.
- Objectivo (s).

força física da classe de educação física

- ✓ Materials.
forma de organização.
- ✓ Desenvolvimento.
Regras.

Algumas atividades jogos sistema, que visa melhorar a resistência capacidade física exposta desenvolvido.

Jogo NRO 1: A atravessar o labirinto

Objectivos: Para exercer a capacidade de executar, coordenação e orientação espacial

Materiais: bastões, giz e percussão significa para o sinal de partida

Organização: bastões são colocados ou linhas são desenhadas no chão e espalhados em diferentes direções.

O grupo é dividido em duas equipes com igual número de jogadores.

Desenvolvimento: Um professor sinalizar cada equipe deve começar a corrida com cassetetes. Determinar a duração da corrida.

Variantes: A corrida pode ser feito lado e em pares.

regras:

1-A equipe que a maioria dos membros capazes de manter o tempo definido em execução.

2-Você não pode andar.

3-Você não pode pisar nos bastões ou marcas.

4- A corrida não deve ser sempre no mesmo lugar

Jogo NRO 1: A atravessar o labirinto

Objectivos: Para exercer a capacidade de executar, coordenação e orientação espacial

Materiais: bastões, giz e percussão significa para o sinal de partida

Organização: bastões são colocados ou linhas são desenhadas no chão e espalhados em diferentes direções.

O grupo é dividido em duas equipes com igual número de jogadores. Desenvolvimento: Um professor sinalizar cada equipe deve começar a corrida com cassetetes. Determinar a duração da corrida.

Variantes: A corrida pode ser feito lado e em pares.+

regras:

1-A equipe que a maioria dos membros capazes de manter o tempo definido em execução.

2-Você não pode andar.

3-Você não pode pisar nos bastões ou marcas.

4-A corrida não deve ser sempre no mesmo lugar.

Jogo NRO 2: Quick Scroll.

Objetivos:

Realizar o movimento no menor tempo possível.

Materiais: assobiar.

Organização: duas equipas são formadas em filas, cada uma localizada numa extremidade do campo e atrás de um sinal. Se o espaço é reduzido é realizado em uma única linha.

Desenvolvimento: No início do jogo de cada membro da equipa fugir no sentido oposto em torno do campo. A um sinal do último professor-aluno em cada linha acelerar o ritmo de avançar para o início do equipamento e assim por diante até o primeiro de cada equipe de volta no lugar. O professor dará a duração dependendo dos objectivos.

Variantes:

Faça o jogo em um único computador.

regras:

1-ponto é concedido para cada estudante que se move em primeiro lugar.

2 Nenhum estudante deve verificar o sinal.

mais 3- A equipe com mais pontos na corrida e obter os alunos permanecem neles.

força física da classe de educação física

Jogo NRO 3: Bola em um semicírculo.

Objetivos: Realizar conduzir a bola para o campo oposto

Materiais: Assobio

Organização: duas equipes são formadas, em um mini-futebol e as mesmas regras do esporte, um semicírculo de 4 a 6 metros de diâmetro para cada computador que substitui o gol é marcado.

Desenvolvimento: O jogo começa no centro do campo e está dirigindo a bola para o semi-círculo com os pés marcando pontos. A equipe que alcança ponto.

Variantes:

-Conduzir a bola com as mãos passando ou de tiro.

-Aumente O número de bolas.

regras:

1-Quando a bola atinge o semi-círculo um ponto é marcado.

2-Você não pode segurar a bola mais de três segundos.

3-Quando a bola vai para fora do campo, será concedido à equipa adversária, tornando-se o pontapé de saída para a linha lateral.

Jogo NRO 4: Travando o contrário.

Objectivos: Executar sem ser apanhado e orientação espacial.

Materiais: apito, implementa para delimitar a área

Organização: Os alunos serão colocados espalhados por uma área de 10 x 10 metros, o professor vai escolher um para começar o jogo.

Desenvolvimento: Quando o professor do sinal de partida, o aluno escolhido prosseguir os seus pares para pegá-los. Cada vez que você atingir uma captura segura-o pela mão, e eles estão formando a cadeia como companheiros capturados. Enquanto os estudantes cadeia estadia correr atrás deles (você pode pegar apenas aqueles que estão nas extremidades do mesmo).

Eles não vão estar liberando as mãos como eles correm. Você ganha o último esquerda sem ser apanhado

Reglas:

1-A cadeia não pode ser quebrado, a acontecer novamente iniciar o jogo.

2-Somente as extremidades da cadeia são aqueles que podem agarrar os participantes.

3- Nos alunos de corrida não deve deixar os limites.

Jogo No. 5 :. blocos Alterar

Objectivos: Para exercer a capacidade de executar e melhorar a coordenação.

Materiais: blocos de madeira, giz.

Organização: equipes com igual número de jogadores são formados e colocados em fileiras atrás de uma linha de partida, 15-20 metros de uma linha de retorno é desenhada. O primeiro de cada equipe está em posse de um bloco de madeira, na frente de cada equipe é colocado outro.

Desenvolvimento: No início do jogo o primeiro de cada equipe corre para a linha de chegada, mudar o bloco de apoio para o qual está lá e retorna à sua linha proporciona o bloco para o próximo jogador e este repete a ação e assim por diante

variantes:

Distância -Aumento entre os blocos.

Bloco -add na distância dada.

Regras:

1-Se você soltar o bloco no deslocamento deve buscá-lo e reiniciar a corrida lá.

2-Em cada repetição que termina primeiro acumula um ponto.

3-A equipe que acumula o maior número de pontos.

CONCLUSÕES.

1. A pesquisa tem os fundamentos teóricos necessários que sustentam a estrutura conceitual das investigações realizadas, estes são expressos na teoria do conhecimento da filosofia marxista.

força física da classe de educação física

2. O progresso da resistência capacidade física em conjunto com outros recursos, são essenciais para a preparação física do estudante para atingir níveis satisfatórios de acordo com os regulamentos.
3. O diagnóstico, foi possível conhecer a existência de dificuldades em cumprir a capacidade física de resistência que foi a chave para o desenvolvimento das atividades do sistema (jogos) criado premissa.
4. Para realizar este trabalho o autor, com base em princípios diferentes, objetivos e passos metodológicos alcançaram o objetivo da pesquisa para criar um sistema de atividades (jogos), a sua estrutura é simples entendimento que possibilitou e facilitou a sua aprendizagem, ações motoras permitiram a livre circulação e grandes possibilidades, que, desde que os objectivos de uma forma agradável, motivado, em um ambiente agradável alcançado.
5. Aprenda a executar jogando ajudou a melhoria e integração de perceptivo-motor, fisiológico e aspectos táticos. As atividades do sistema (jogos) aplicadas pela sua conclusão, confirmou a sua utilidade, permitindo melhorar a resistência capacidade física em resposta ao problema científico declarou. A pesquisa fornece dados e informações valiosas para melhorar a resistência à capacidade física.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- 1-Castro, Fidel. (1978). *Primer Congreso del Partido de Cuba*. La Habana: Editorial de Ciencias Sociales. Disponible en <http://www.pcc.cu/cong1.php>. Consultado en 23/3/16.
- 2-Castro, F. (2000) *Discurso pronunciado el 28 de Septiembre del 2000*. Disponible en <http://www.cuba.cu/gobierno/discursos/>. Consultado 23/3/16.
- 3-Colectivo de Autores (1985) *Metodología de la Enseñanza de la Educación física*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación. Disponible en <https://www.google.com> Consultado en 18/4/16.
- 4-Cortegaza, L. (2012) *Texto sobre Capacidades y Cualidades Motoras. Facultad de Cultura Física Matanzas*. Disponible en <https://www.google>. Consultado en 12/2/16.

5-Estévez, M. (2014). *La Investigación Científica en la Actividad Física. Su Metodología*. La Habana: Editorial. Deportes.

6-Guardo.G. (2011). *Metodología de la Investigación Científica Aplicada al deporte*. México: Editorial. Siena. Disponible en <https://www.google.com> Consultado en 8/12/15.

7-Lagardera, F. (2002). *Teoría y Metodología de la Educación Física*. La Habana: Disponible en <https://www.google.com/> .Consultado en 10/1/16.

8-Hegedus, J. (2010). “*Estudio de las Capacidades Físicas Básicas: La Resistencia*”, Disponible en <http://www.efdeportes.com>. Descargado: mayo 30 de 2012.

9-López, A. (2010). *El Proceso de Enseñanza Aprendizaje en Educación Física*. La Habana: Editorial Deportes.

10-Navarrete, G., (2010). *Consideraciones didácticas para la aplicación de los juegos populares en el currículum de educación física en la educación*. Disponible en [http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires](http://www.efdeportes.com/Revista_Digital_-_Buenos_Aires). Descargado: mayo 30 de 2012.