

**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE  
FACULTAD DE CULTURA FISICA NANCY URANGA ROMAGOZA  
PINAR DEL RÍO.**

**TESIS PRESENTADA EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO  
DE MÁSTER EN ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD.**

**Título:** Plan de actividades físicas dirigidas a niños de 4 a 5 años que participan en el “Programa Educa a Tu Hijo” que faciliten el desarrollo de habilidades motrices básicas en la Circunscripción No 9 del Consejo Popular Rafael Ferro de San Andrés La Palma Pinar del Río.

**Autor:** Lic. Miguel Llerena Toledo.

**Tutor:** MSc. Pedro Luís Toledo Díaz.

**Pinar del Río, 2011.  
Año 53 de la Revolución.**

## **Resumen**

Uno de los objetivos fundamentales del Ministerio de Educación en nuestro país es la Educación Preescolar, ya sea en los círculos infantiles o en el Programa Educa a Tu Hijo, para la incorporación a la escuela de estos niños con un desarrollo integral adecuado haciendo énfasis en el trabajo motriz, aspecto este de gran importancia en el desarrollo de la personalidad, es por eso que surge la problemática de nuestro trabajo, por la poca variedad y variabilidad de actividades físicas dirigidas al desarrollo de habilidades motrices básicas que presentan los niños de 4 a 5 años de edad de la Circunscripción # 9 del Consejo Popular Rafael Ferro de San Andrés del municipio La Palma Pinar del Río antes de su incorporación a la escuela y nos hemos propuesto como objetivo fundamental “Elaborar un plan de actividades físicas dirigidos a niños de 4 a 5 años que participan en el “Programa Educa a Tu Hijo” que faciliten el desarrollo de habilidades motrices básicas ”. En la presente investigación se utilizó la siguiente metodología; se realizaron varias observaciones a las actividades integradoras del Programa Educa a Tu Hijo que nos arrojaron la información necesaria en cuanto al desarrollo motriz de estos niños, nos basamos también en los métodos de encuesta, histórico lógico, análisis síntesis, análisis documental, entre otros. Esta investigación tiene como novedad que se propone un plan de actividades físicas para incluir en las actividades integradoras del programa educa tu hijo para poder estimular el desarrollo de las manifestaciones de las diferentes habilidades motrices básicas lo que podría servir de consulta a todos los educandos que trabajan con estas edades, en especial las ejecutoras del programa, además del personal que trabaja en los Combinados relacionados con el “Programa Educa a Tu Hijo”.

## **DEDICATORIA**

- A mi madre, hermanos y familia por el cariño que me ofrecen en todo momento.
- A mis hijos Roxana y Adrián por ser mi fuente de inspiración en todas las cosas de la vida.
- A mi esposa por estar siempre a mi lado brindándome su apoyo.
- A los ausentes conmigo: mis abuelos.

## **AGRADECIMIENTOS**

- A mi tutor por confiar en mis posibilidades: MSc Pedro Luis Toledo Días.
- A mi oponente el MSc, Bienvenido Emilio Viera, por su orientación.
- A mis amigos por su ayuda para la realización de esta investigación.
- A todos los que permitieron la realización de esta investigación.

## Índice

Introducción-----	1
<b><u>CAPITULO I: Marco teórico referencial.</u></b> -----	<b>8</b>
1.1- Consideraciones acerca de la actividad física.-----	8
1.2-La Educación física como actividad pedagógica.-----	10
1.3. Referencias metodológicas para el desarrollo de los juego.-----	12
1.4. Influencia de los juegos en el desarrollo de los niños.-----	14
1.5. Los Juegos de roles.-----	14
1.6. Reseñas de las características de los niños de 4 a 5 años -----	16
1.7. Características del desarrollo motriz en los niños de 4 a 5 años.-----	18
1.8. La importancia del desarrollo psíquico de los niños a través de los juegos de roles.-----	19
1.9. El desarrollo motriz de los niños de 4 a 5 años.-----	21
1.10. Diferentes formas básicas de movimiento en el desarrollo de	

los niños. -----	25
1.11. El “Programa Educa a tu hijo”-----	32
Conclusiones parciales del capítulo I.-----	33
Capítulo II. Resultados de los instrumentos aplicados.-----	34
2.1. Caracterización de la comunidad.-----	34
2.2. Resultados del Análisis documental.-----	34
2.3. Resultados de la encuesta a las ejecutoras. Diagnóstico preliminar. -----	36
2.4. Resultados de la observación. -----	39
Conclusiones parciales del capítulo II.-----	41
CAPÍTULO III. Presentación del plan de actividades físicas. -----	42
3.1 Título del plan de actividades -----	42
3.2 Fundamentación.-----	42
3.3 Objetivo General.-----	45
3.4 Objetivos Específicos.-----	45
3.5 Programación de Actividades.-----	45
3.6. Descripción de las Actividades.-----	47
3.7 Orientaciones organizativas.-----	59
3.8 Control y Evaluación.-----	60
Conclusiones.-----	67
Recomendaciones.-----	68
<b>Bibliografía</b>	
<b>Anexos</b>	

## **Introducción**

El sistema de Educación cubano como todo sistema social, es un proceso sometido a constantes cambios y transformaciones encaminados a elevar su calidad y mejorar su funcionamiento.

La escuela como institución fundamental de este proceso juega un rol importante, ya que es lo que por encargo social debe velar por la correcta educación del hombre desde su incorporación a la misma hasta que profesionalmente se convierten en un especialista de cualquier forma del saber.

La incorporación de un niño a la escuela es un fenómeno que implica crisis en la vida familiar. Desde el momento mismo en que la familia empieza a abordar este tema (aún sin la certeza de la matrícula) se notan cambios importantes en todos los miembros del grupo. Los padres comienzan a crear las condiciones para que el futuro escolar se inicie en estos menesteres sin dificultad. Se ocupan entonces de la maleta que llevará el niño, del uniforme, de las libretas y ciertamente estos atributos cobran nueva significación para el menor y forman parte de su preparación para la escuela, pero ¿es solo eso lo que él o ella necesitan?

Para ello en el niño, empezar en la escuela es una nueva condición, tanto en su familia como en un sentido social más amplio, ya no es el bebito, ahora va a ser el escolar, lo que significa un vuelco interesante en su vida. El necesita tener determinado nivel de conocimientos y habilidades. Las cualidades con que llega a la institución dependen de todo el sistema de influencias que sobre él se han ejercido, por eso en la etapa preescolar debemos ir preparando al niño para distinguir el estudio como actividad seria, diferente a las que él realiza, debe entrenarse en cumplir tareas que se le asignen, debemos orientarlo hacia una comunicación que lo obligue a expresarse de una forma coherente. Tenemos que ir creando el interés por conocer, saber observar los elementos esenciales de objetos y fenómenos y aprender a controlar su conducta de manera que pueda permanecer sentado tranquilo, escuchando al maestro sin distraerse.

El sistema educacional cubano, único en América Latina, se caracteriza por el más hondo sentido humano encaminando todos los esfuerzos para llevar la Educación Física, El Deporte y la Recreación a los más recónditos lugares del país, eliminando así

la concepción clásica y discriminatoria que había predominado en nuestra sociedad en los años anteriores a 1959, y haciendo realidad el propósito de la Revolución de que el Deporte, la Cultura Física y la Recreación fueran verdaderamente un derecho del pueblo.

En estas edades es muy importante la actividad física ya que el niño seguro tendrá una mejor preparación no solo para la incorporación a la escuela sino que también le servirá para la vida futura, tanto para su desenvolvimiento en la sociedad como en su futuro trabajo profesional, además estas persiguen una satisfacción de necesidades de movimiento del niño para lograr como resultado final salud y alegría.

El primer lugar en el sistema educativo lo ocupa la educación preescolar, lo cual tiene como fin el desarrollo de las diferentes áreas intelectual, física, estética y formal en cada niño y niña como condición indispensable para el posterior éxito escolar. Este nivel educativo brinda atención a todos los niños y niñas desde el nacimiento hasta los cinco años por dos vías de atención, la vía institucional en los círculos infantiles y las vías no institucional en el programa “Educa a tu hijo.”

A partir de 1962 se comienza la implementación de la vía no institucional con el fin de propiciar una cobertura mayor de atención a estos niños de la edad preescolar favoreciendo su desarrollo psicosocial, transfiriendo los conocimientos a sus familias y a la comunidad para que estos puedan enfrentar la educación de sus hijos con mayores posibilidades pues es precisamente en el seno familiar donde el niño inicia su actividad como ser social participando con los adultos en las diferentes situaciones del quehacer de la vida cotidiana.

El programa Educa a tu hijo entre sus documentos normativos y materiales que establecen su implementación abarca cuatro áreas fundamentales.

- La comunicación
- La afectiva
- La intelectual
- El desarrollo de movimientos (área motriz) y la formación de hábitos.

Como es lógico al apreciar a los profesionales que tienen que asumir el de dirigir estos programas tienen que ser muy versátiles para dar salida a estas áreas fundamentales de este Programa Educa a tu hijo. Es necesario destacar que aún cuando existen

folletos (específicamente el 8 y el 9) que orientan las actividades físicas e intelectuales, estos lo hacen muy someramente, aspecto que nos anima más a seguir tras la necesidad de facilitar el trabajo motriz en los niños del programa educa a tu hijo y contribuir en la orientación a las ejecutoras y familia como principales artífices de este programa.

En encuestas realizadas como información preliminar a las ejecutoras, se pudo conocer en análisis de documentos efectuados, observación a actividades realizadas por las ejecutoras en el Programa Educa a Tu Hijo, intercambio con líderes comunitarios e informantes claves y con la familia, así como nuestra experiencia personal hemos podido considerar que las actividades físicas que se utilizan para el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños en las edades correspondientes a los cuatro y cinco años en este programa educativo que sienta las bases para un adecuado desarrollo del movimiento es aún insuficiente, atentando contra ello en el desarrollo motriz de los mismos, además de constatar que se utiliza poco tiempo en las actividades físicas que pueden desarrollar las habilidades motrices básicas de estos niños.

Por todos estos elementos encontrados unidos a las demás pesquisas y comprobaciones de este autor nos han llevado al planteamiento de la siguiente polémica.

**Problema:** Insuficiencias en las actividades físicas que facilitan el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de 4 a 5 años en la Circunscripción No 9 del consejo popular Rafael Ferro de San Andrés del municipio La Palma Pinar del Río.

**Objeto de estudio:** Actividades físicas.

**Campo de Acción:** Las habilidades motrices básicas.

Derivándose el siguiente **Objetivo General:**

Elaborar un plan de actividades físicas dirigidos a niños de 4 a 5 años que participan en el “Programa Educa a Tu Hijo” que faciliten el desarrollo de habilidades motrices básicas en la circunscripción No 9 del consejo popular Rafael Ferro de San Andrés La Palma Pinar del Río.

### **Preguntas Científicas**

1-¿Cuáles son los antecedentes teóricos y metodológicos que sustentan la confección de un plan de actividades físicas para el desarrollo de habilidades motrices básicas de los niños de 4 a 5 años de edad?

2-¿Cuál es la situación actual de las actividades físicas para el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de 4 a 5 años que participan en el “Programa Educa a Tu Hijo” de la Circunscripción No 9 del Consejo Popular Rafael Ferro del municipio del La Palma Pinar Del Río?

3-¿Qué actividades pueden ser incluidas en un plan de actividades físicas para facilitar el desarrollo de habilidades motrices básicas de los niños de 4 a 5 años que participan en el “Programa Educa a Tu Hijo” de la Circunscripción No 9 del Consejo Popular Rafael Ferro del municipio la Palma Pinar del Río?

4-¿Cómo valorar la efectividad del plan de actividades físicas para facilitar el desarrollo de habilidades motrices básicas de los niños de 4 a 5 años que participan en el “Programa Educa a tu hijo” de la Circunscripción No 9 del Consejo Popular Rafael Ferro municipio la Palma Pinar del Río?

### **Tareas científicas**

1- Sistematización de los referentes teórico–históricos que sustentan un plan de actividades físicas para el desarrollo de habilidades motrices básicas de los niños de 4 a 5 años de edad.

2- Caracterización de la situación actual de las actividades físicas y las habilidades motrices básicas estimuladas por estas en el marco de las actividades integradoras del “Programa Educa a Tu Hijo” de la Circunscripción No 9 del Consejo Popular Rafael Ferro municipio La Palma Pinar del Río.

3- Elaboración de un plan de actividades físicas para facilitar el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños que participan en el “Programa Educa a Tu Hijo” de la Circunscripción No9 del Consejo Popular Rafael Ferro del municipio La Palma Pinar del Río.

4- Valoración de la efectividad del plan de actividades físicas para facilitar el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de 4 -5 años que participan en el

“Programa Educa a tu hijo” de la Circunscripción No 9 del Concejo Popular Rafael Ferro municipio La Palma Pinar del Río.

**Población:** 14 niños de 4 -5 años edad que participan en el “Programa Educa a tu hijo” de la Circunscripción No 9 del Consejo Popular Rafael Ferro del municipio La Palma Pinar del Río.

Los datos para nuestro trabajo van a ser Cualitativos y cuantitativos.

### **.Marco metodológico**

El método rector del proceso de investigación está sustentado por el método dialéctico—materialista.

### **Métodos Teóricos**

- 1 **Análisis-Síntesis:** Se utilizó en el análisis de documentos referentes al Programa Educa Tu Hijo, Círculos infantiles en Cuba y en el mundo.
- 2 **Inductivo-Deductivo:** Es fundamental en la elaboración del informe final en la toma de decisiones y generalizaciones.
- 3 **Histórico-Lógico:** Permite el análisis de las principales tendencias y regularidades de la historia del programa “Educa a tu hijo”.
- 4 **Análisis documental:** Para constatar en los documentos normativos metodológicos en el programa educa tu hijo la presencia del cómo está establecido y estimulado el desarrollo físico de los niños y niñas atendidas por este programa.

### **Métodos empíricos**

- 1 **Observación:** Permite la obtención de información sobre las manifestaciones de las actividades físicas y la estimulación de las diferentes habilidades motrices básicas en el proceso de evaluación del plan propuesto.
- 2 **Encuesta aplicada a ejecutoras:** Con el objetivo de recoger información preliminar sobre las debilidades que presenta las actividades integradoras del programa educa a tu hijo y si están de acuerdo en la necesidad del plan de actividades.

## **Métodos Estadísticos**

**Cálculo porcentual:** Para tabular la información obtenida de la encuesta y la observación.

**Tipos de datos:** Cualitativos y cuantitativos.

**Escala de medición:** Ordinal

**Décima de proporciones:** Para determinar la diferencia significativa entre los datos obtenidos inicial y final.

Estadígrafo Utilizado

$$Z = \frac{P_1 - P_2}{\sqrt{p(1-p)(1/n_1 + 1/n_2)}}$$

$$P_1 = X_1 / n_1$$

$$P_2 = X_2 / n_2$$

$$X_1 + X_2$$

$$P =$$

$$n_1 + n_2$$

Rangos de  $\alpha$  (alfa): Si  $p < \alpha$  entonces:

$\alpha = 0.01$  1 % Altamente significativo

$\alpha = 0.05$  5 % Muy significativo.

$\alpha = 0.10$  10 % Significativo

**El aporte teórico:** Radica en el establecimiento de los fundamentos teóricos que facilitan el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de 4 -5 años que participan en el “Programa Educa a tu hijo” de la Circunscripción No 9 del Concejo Popular Rafael Ferro del municipio La Palma Pinar del Río.

**El aporte práctico:** Consiste en la propuesta de un plan de actividades físicas a través de juegos pequeños, juegos de roles y actividades de expresión corporal para facilitar el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de 4 -5 años que participan en el “Programa Educa a tu hijo” de la Circunscripción No 9 del Concejo Popular Rafael Ferro del municipio La Palma Pinar del Río.

**Novedad científica:** Radica en que por vez primera se propone este plan con estas características, para facilitar el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de 4 -5 años que participan en el “Programa Educa a Tu Hijo” de la Circunscripción No 9 del Concejo Popular Rafael Ferro del municipio La Palma Pinar del Río.

### **Definición de términos**

**Edad preescolar:** Son los niños que se enmarcan entre las edades de 3 a 6 años.

**Habilidad motriz básica:** Formas básicas de movimiento en los niños aprovechando su experiencia, con economía en el movimiento, administración del cúmulo de energía en la ejecución del movimiento.

**Actividad Física:** Todo movimiento corporal intencional realizado con los músculos esqueléticos que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal que permite interactuar con los seres y el ambiente.

**Juego:** La acción de jugar, lúdica.

**Área motriz:** Manifestación del desarrollo motor en una etapa determinada en la ontogenia de la personalidad.

**Consejo Popular:** Es una entidad gubernamental local, de carácter representativo, investida de la más alta autoridad para el desempeño de sus funciones, comprende una demarcación territorial dada, apoya a las asambleas municipales del Poder Popular en ejercicio de sus atribuciones y atención a las necesidades e intereses de la población de su área.

## **CAPITULO I: Marco teórico referencial.**

### **1.1- Consideraciones acerca de la actividad física.**

Los orígenes de la actividad física hay que buscarlos en la gran diversidad de factores que hicieron posible el surgimiento del hombre mismo y de la sociedad humana en general, a partir de las premisas que garantizaron su desarrollo corporal y los factores sociales que permitieron que el hombre se agrupara en colectivos hasta llegar a las comunidades, actividades que posibilitaron la satisfacción de las principales necesidades y la consolidación de las habilidades fundamentales (caminar, correr, saltar, lanzar, trepar) todo lo cual implicó un mayor desarrollo de la coordinación motriz. A partir del desarrollo de la sociedad primitiva que dio paso a las sociedades clasistas no podemos perder de vista en las primeras formas de educación la relación juego-trabajo, en la formación de la actividad física, que al dividirse la sociedad en clases sociales adquirió un carácter clasista.

Es así que la actividad física, como fenómeno social, va desarrollándose conjuntamente con el desarrollo de las diferentes sociedades hasta nuestros días. Son muchos los autores que se han dedicado a escribir sobre actividad física recreativa, en muchas ocasiones los términos recorren el camino desde la actividad física, la recreación, la cultura física y viceversa, por lo que merece detenernos y aproximarnos a estos conceptos y su interrelación.

Los autores de forma general coinciden en la esencia del mismo y en el papel que cumple este fenómeno dentro de la vida contemporánea y su ubicación dentro del tiempo libre, siendo un fenómeno que va en aumento, concordando en que la actividad física, de tiempo libre, es prácticamente un fenómeno de nuestros días.

#### **Conceptos de actividad física:**

La actividad física está constituida por una amplia gama de funciones, papeles y aplicaciones al deporte por lo que se hace difícil su conceptualización.

DUMAZEDIER, establece la diferencia entre práctica y espectáculo, oponiendo estas dos actividades sin tener en cuenta según nuestro criterio que ambas llevan implícito actividad física.

Los términos deporte y actividad deportiva son ambiguos, haciéndose necesario utilizar un concepto mucho más amplio de actividad física, donde se incluya la danza, el yoga, la expresión corporal, la pesca, la jardinería y cuestiona la necesidad de la competencia. Este autor hace énfasis en la influencia de los estratos socio-profesionales en la práctica de estas actividades.

Si además de estos criterios tenemos en cuenta que las actividades físicas se desarrollan en la sociedad, que esta constituye una fuente de información abstracta para el análisis de las mismas, por ende es una actividad como práctica social que es la expresión, materialización y producto de determinadas relaciones sociales.

Aldo Pérez Sánchez en su libro *Recreación: Fundamentos Teórico Metodológicos* refiere:

JESUS MARTINEZ DEL CASTILLO, nos acotará con mayor claridad el concepto de actividad física: “Son todas las actividades físicas que pueden desarrollarse en el tiempo libre con diversas finalidades recreativas, lúdicas, educativas, compensatorias, deportivas, competitivas sin importar el espacio en que se desarrollen, el número de participantes y el cuadro o nivel de organización.” (7) Pérez Sánchez, Aldo: *Recreación: Fundamentos Teórico Metodológicos*, La Habana 2003, 151: (Pág., 99)

A decir de CAGIGAL: actividad física, constituye un importante agarradero como salida de todo tipo de trabajos, ocupación mental sedentariamente desarrollada. Como posible disfrute emocional o pasional, encuentran en su carácter competitivo, al que ya hemos aludido, una gran posibilidad de realización”. (9) Pérez Sánchez, Aldo: *Recreación: Fundamentos Teórico Metodológicos*, La Habana 2003, 151: (Pág., 101)

Una de las características de la actividad física es la de formación, si tenemos en cuenta que jugando aprendemos, es una educación libre y permanente. De igual manera desarrolla la creatividad en la misma medida que facilita la solución de los problemas, además las actividades físicas constituyen acciones de socialización, produciéndose un proceso de identificación entre sí con el entorno, contribuyendo a una mayor integración social.

### **Actividad física para un Grupo Urbano o Comunitario.**

Se entiende por grupo urbano a un determinado conjunto o espacio residencial en los que existe determinada organización territorial.

La organización de los niños, convirtiéndose en protagonistas conjuntamente con instituciones y organizaciones de la realización de las actividades, crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de la vida de estos.

Se deben crear adecuadas condiciones para organizar las actividades físicas lo más cerca posible de las casas y bloques de edificios, utilizando los terrenos que existen entre las edificaciones o acondicionando áreas específicas con la colaboración de todos.

La recreación como elemento de la cultura del hombre debe ser tratada con un nivel de consideración económica que la ubica en situación parecida a la salud, la educación, no debiendo existir un programa de construcción de viviendas sin la planificación de áreas de recreación física, en las que se lleve adelante el programa de dichas actividades.

Incluso la vieja idea del parque de recreo infantil, donde los niños juegan espontáneamente sin organización ni control, ha variado notablemente hasta la idea de que ese sitio debe ser aspecto de multilaterales modulaciones educativas.

La participación de los niños en las actividades físicas crea y desarrolla:

- Buenas relaciones sociales.
- Sentido de pertenencia.
- Atmósfera de sugerencia social. (Identificación)
- Preservación de la propiedad social.
- Conciencia de participación por su grupo.

El conjunto de actividades físicas reviste una gran importancia social ya que no solo juega un rol recreativo sino también educativo, desde el punto de vista recreativo permite la utilización del tiempo para realizar ejercicios físicos que, contribuyan de esta forma a la salud y al bienestar espiritual así como satisfacer las necesidades recreativas de forma organizada y planificada.

## **1.2-La Educación física como actividad pedagógica.**

El estudio pedagógico de la actividad física humana (estudio de la educación física) debemos contemplarlo desde la "lógica" de las Ciencias de la Educación porque dentro de ellas se vislumbra el camino más apropiado, tanto por la proximidad conceptual y de

contenidos como por el tratamiento metodológico de la investigación" [...] sin olvidar [...] "la intercomunicación entre ellas y otros grupos de disciplinas científicas materiales y humanas ocupadas de los más diversos aspectos del movimiento, en realidad indisociables: el movimiento como proceso biológico (Fisiología y Fisiología del esfuerzo) como fenómeno físico (Biomecánica, Kinesiología, Kinantropometría) como medio de incremento del rendimiento laboral y/o deportivo (Ergonomía) como base y fundamento de las manifestaciones deportivas de la cultura (Historia del Deporte, Sociología del Deporte) como medio preventivo de la salud e incluso como medida terapéutica (Ciencias Médicas), etc."

Por tanto, la educación física "es toda ciencia o actividad que gire en torno al hecho de educar con el empleo del movimiento humano. Por lo que olvidar cualquiera de los dos aspectos (hecho educativo y motor) supone falsear la realidad" Cecchini (1996). "La Educación Física se puede considerar como una verdadera pedagogía de las conductas motrices de los individuos. Su finalidad es la educación y el medio empleado la motricidad". Blázquez, (2001).

Integralidad, variabilidad y diversidad son categorías diferentes que han de darse como una unidad en el proceso educativo para lograr una mayor contribución de la Educación Física a la formación global de la personalidad, utilizando las actividades físico-deportivas.

La integralidad como aspecto a considerar dentro de la clase de Educación Física y plantea que la integración debe ser de distintos ámbitos: cognitivo-afectivo, motriz, de actitud, en la formación de la personalidad de los escolares y en la organización y funcionamiento de grupos sociales

La Educación Física desde el punto de vista epistemológico, según Cecchini (1996), presenta dos objetos de estudio bien definidos. Por una parte el "movimiento humano", del cual se derivan tres enfoques: el pluridisciplinar, el interdisciplinar y el estructural, y por otra parte, "la relación físico-educativa". Es precisamente la relación físico-educativa la que permite una visión integral de la Educación Física no centrada en una tendencia específica, ni en el movimiento, sino en la persona, en el sujeto que, a partir de su acción motriz, actúa y se compromete en la actividad físico-deportiva, a la vez que se recrea y desarrolla relaciones de convivencia con sus coetáneos.

En los últimos tiempos se ha hecho cada vez más evidente la necesidad de un enfoque integral físico-educativo que supere la anterior etapa de tendencias contrapuestas, lo cual se aprecia en un grupo importante de autores. Veamos algunos ejemplos:

La actividad física sobre el ser humano no ha de estar centrada en el movimiento sino en el ser que se mueve. Por tanto, su efecto "nunca es parcial, cualquier intervención sobre él afecta a todo el sistema. De ahí su proyección integradora" (Lagardera, 1988, citado por Castañer y Camerino, 1993).

"La educación física es ante todo y sobre todo educación, [...] es una dimensión particular del fenómeno educativo, un proceso de relación físico-educativa, [...] La educación física pretende un enriquecimiento de la persona en relación consigo mismo, con otras personas y con el mundo que le rodea" (Cecchini, 1996).

El fenómeno físico-educativo como objeto de una Educación Física integral, es reafirmado también por Cagigal (1979) al considerarla una educación del hombre (ámbitos cognoscitivos, afectivos y motores) por medio del movimiento.

### **1.3. Referencias metodológicas para el desarrollo de los juego.**

La adecuada selección del juego tiene una extraordinaria importancia por estar relacionada directamente al proceso de enseñanza, aprendizaje de los contenidos y medios de la Educación Física. Mientras más pequeños sean los participantes mayor será nuestra preocupación al seleccionar los juegos, ya que los niños no solo se encuentran en proceso de crecimientos y desarrollo, sino también en la etapa de formación de valores sociales, morales, estéticos etc. Y la adquisición de hábitos de conducta que perduraran para toda la vida tales como: honestidad, solidaridad, camaradería, perseverancia, respeto a los demás, entre otros.

Al seleccionar un juego el profesor debe reflexionar mentalmente y mediante un análisis crítico logrará prever los resultados ya que la aplicación de juegos como medio de la Educación Física requiere de movimientos dinámicos encaminados a desarrollar habilidades motrices básicas y deportivas, así como, capacidades físicas condicionales y coordinativas.

El éxito en el logro de los objetivos del juego dependen en gran medida del profesor ya que es el encargado de hacer las adaptaciones correspondiente a la edad

características de los participantes, el medio en que se desarrollan etc. Por ello al seleccionar el juego el profesor debe considerar los aspectos relacionados a continuación:

- 1 Las particularidades de la edad, el sexo, el nivel de preparación física y los conocimientos.
- 2 El contenido motor del juego es importante y determina según el tipo de juego seleccionado, su contenido debe estar basado en electos aprendidos con anterioridad para que no se limite la fluidez, la correcta ejecución y el desarrollo de actividades en sentido general
- 3 El tipo de actividad en que se aplicaran los juegos también se han de tener en cuenta.
- 4 Las variaciones de las cargas tanto fisiológicas como emocionales debemos tenerlas en cuenta y prever los posibles resultados ya que no podemos llevar ambas los límites deseados. Debe considerarse su duración y repetición atendiendo a la edad, horario, las actividades que se realizan antes y después, las distancias, el tipo de juego, etc., es decir, tener previsto como dosificar las cargas durante el juego.
- 5 Los materiales disponibles y las condiciones del área son aspectos también importantes.
- 6 La posible influencia educativa del juego debe concederse desde su selección, basada en el respeto entre los jugadores, saber ganar y perder con dignidad, subordinar los intereses individuales a los del colectivo, propiciar la ayuda mutua contribuir a controlar las emociones, saber esperar su turno, entre aspectos bien definidos en el objetivo-contenido del juego y la trama bien actualizada.

El profesor debe velar para que el área ya sea al aire libre o bajo techo, así como los implementos a utilizar reúna las condiciones higiénicas y medidas necesarias de seguridad. Los materiales como banderitas, bastones, bolsas de arena, pañuelos, pelotas, cintas y otros objetos, deben estar bien elaborados de colores brillantes y definidos de manera que influyan positivamente en la formación de valores estéticos creando un ambiente de belleza y armonía.

#### **1.4. Influencia de los juegos en el desarrollo de los niños.**

El juego como expresión vital de la infancia, como instrumento educativo formativo, recreativo, etc. Debe estar presente en toda caracterización que se haga del niño como aspecto importante para ser y desarrollarse. Si jugar es aprender, el juego debe aparecer u ocupar un importante lugar dentro de las actividades de la comunidad.

Makarenko, valoraba los juegos al considerar como medio importante para la preparación de los adolescentes para la vida en la sociedad, plantea la necesidad de la dirección del juego por parte del adulto, por cuanto es necesario dirigir el juego de modo que en el niño se formen cualidades de un futuro trabajador y un futuro ciudadano.

Los juegos no son acciones instructivas por su forma y contenido, sino un reflejo consciente del medio ambiente que lo rodea y de las relaciones sociales, Kruskaia. (1959) Denomina a los juegos como "Escuela de Educación Social." Esto nos hace afirmar que entre los juegos existen aspectos comunes, aunque también existen diferencias. Para el niño el juego es una actividad conciente y con cierta responsabilidad, ya que el niño asemeja al trabajo, sin embargo, tanto la actitud de estructurar y llevar a la realidad aunque adopta, como la selección que haga sería espontánea, debe agregar además, que con la aplicación del juego no se persiguen.

Son precisamente, el círculo infantil, la escuela, la familia y la comunidad los contextos donde interactúan y se desarrolla el hombre desde su nacimiento hasta la adultez, es por ello que son estas las vías y vehículos que podemos y debemos aprovechar para lograr estos propósitos.

#### **1.5. Los Juegos de roles.**

En la actividad lúdica las características de la edad preescolar, no solo sustituyen los objetos sino que el niño comienza a adoptar diferentes roles y se comporta de acuerdo con ellos. Este es llamado **juego de roles** que es considerado la actividad fundamental de la etapa "En este tipo de juego los niños satisfacen sus deseos de hacer vida social conjuntamente con los adultos y, en una forma lúdica especial, reproducen las relaciones mutuas y la actividad laboral de las personas adultas "(Verguer, 1981, p. 133).

Los juegos de roles influyen de forma determinante en el desarrollo integral de los niños de edad preescolar.

En la edad preescolar ya el niño es capaz de tener lograda la generalización, desvincula el objeto de la acción ya que logra asimilar las acciones con los objetos, dominar el uso de los objetos en concordancia con su designación. Es capaz de generalizar objetos cuyas acciones sean la misma, pero se diferencia por sus propiedades externas.

Observar el juego de los niños y niñas nos brinda un gran número de datos sobre su desarrollo, incluso ayudará a diagnosticar problemas de aprendizaje o conductas en caso de que existan. Durante los años de la niñez podemos auxiliarnos en el juego para saber dónde y en qué fallamos ya sea, en el análisis o síntesis, en el manejo de efectos como la agresividad, el amor, el cariño, sentimientos de rechazo etc. A través del juego también se pueden resolver algunas faltas de maduración específicas que se reducen en problemas infantiles.

El juego en su sentido más amplio supone también el desarrollo de habilidades y capacidades físicas para utilizarlas eficientemente en diversas situaciones, para solucionar los problemas que le plantean en condiciones habituales. El juego es una forma organizada de la actividad motriz, que abarca desde las formas más espontáneas, a las más regladas, incluyendo los predeportivos y deportivos donde también evoluciona el contenido de aprendizaje social, ya que los juegos progresivamente van adoptando más reglas, contribuyendo a que el niño adopte otros puntos de vista, respete normas establecidas y someta sus intereses personales a los intereses como grupo.

Desde el punto de vista psicológico el juego es el principal tipo de actividad en los niños de edad preescolar. A medida que el niño se desarrolla cambian los juegos y el papel que desempeñan en el desarrollo psíquico.

El juego como expresión vital de la infancia, como instrumento educativo formativo, recreativo, etc., debe estar presente en toda caracterización que se haga del niño como aspecto importante para ser y desarrollar. Si jugar es aprender, el juego debe aparecer u ocupar un importante lugar dentro de la educación en las comunidades como actividad primordial.

## **1.6. Reseñas de las características de los niños de 4 a 5 años**

La actividad que da solución a los deseos de independencia que surgen producto del desarrollo de la autoconciencia al finalizar el tercer año de vida es el juego de roles, actividad fundamental en la edad preescolar.

### **1 Actividades más importante en esta etapa (Juegos de Roles).**

Los Juegos de roles son juegos específicos con características diferentes a otros:

- 1 El niño representa en esta actividad la vida de los adultos.
- 2 Es una actividad que le proporciona al niño placer.

Sus contenidos están dados por la experiencia que tenga el niño de la realidad, el adulto no le puede imponer al niño los contenidos de los juegos, si quiere influir en ellos tiene que ser de manera indirecta.

N. Akasarina destaca que es más importante para el desarrollo del niño la presencia de la experiencia que la actividad con objetos y juguetes.

### **2 Condiciones que determinan su surgimiento:**

Ya está desarrollada en los niños la función simbólica, posibilidad de hacer sustituciones en el plano práctico. El niño ya es capaz de reproducir una acción habitual teniendo en cuenta sus diferentes operaciones. Cambia la relación que se establece entre el adulto y el niño. El preescolar ve al adulto como modelo de vida en cuanto a comportamiento, relaciones sociales y conocimiento.

### **3 Características del juego de roles:**

Aspectos a tener en cuenta:

- Argumento
- Contenido
- Interrelaciones

**Argumento:** Es el tema del juego, la esfera de la realidad que el niño representa en el

juego.

En los preescolares menores, de 3-4 años, predominan los argumentos domésticos; mientras que en los preescolares mayores de 5-6 años, se aprecia un predominio del empleo de argumentos relacionados con la actividad laboral y sociopolítica, es decir, que los argumentos son diferentes en función de la edad del preescolar; tornándose más complicados a medida que avanza el período, así también el tiempo que el niño permanece en el juego va aumentando con la edad.

**Contenido:** Aquello que el niño destaca como aspecto fundamental de la actividad de los adultos.

En relación con esto, en el desarrollo de las acciones durante el juego, los preescolares menores se distinguen por la realización de acciones simples, sencillas, aisladas, reproduciendo solo detalles de las mismas. Por su parte, los preescolares mayores desarrollan acciones complejas y son capaces de reproducir lo esencial. El desarrollo de los roles, se produce de la siguiente forma:

**Preescolares pequeños:** Reproducen las acciones reales de las personas adultas con los objetos.

**Preescolares medios:** Reproducen las relaciones que se establecen entre las personas.

**Preescolares mayores:** Son capaces de subordinarse a las reglas cuya observancia determina el papel asumido.

**Interrelaciones:** Pueden ser reales o pueden ser lúdicas.

Reales: Son las que surgen producto de una actividad común.

Lúdicas: Surge del propio argumento del juego y el rol que asume cada niño.

Preescolares menores: Predominio de las interrelaciones reales, el niño quiere representar las relaciones que lo mantienen unido a los otros en una tarea común. Predomina la reproducción de las acciones.

Preescolares mayores: Se interesan por reproducir más las interrelaciones que reflejan aquellos vínculos con respecto al argumento. Ejemplo: el rol que juega el adulto en la sociedad. Predominio de las relaciones lúdicas.

### **1.7. Características del desarrollo motriz en los niños de 4 a 5 años.**

El desarrollo motor del niño de 4 a 5 años sigue siendo rápido y variado. Para ello hace falta que crezca en un ambiente que le ofrezca la medida adecuada de estímulo sobre movimiento y posibilidades de reacción, así como educadores comprensivos que sepan orientar como es conveniente el sano afán de movimientos y actividad del niño. En la medida que el niño aprende a andar derecho y a hablar en su radio de acción se amplía considerablemente. Con ello aumenta la cantidad de estímulos que fluyen sobre el niño al moverse en el mundo material y humano circundante con el que se enfrenta “accionando”. Su actividad de “exploración” se extiende ahora a todo el espacio disponible y a sus objetos.

La rapidez de desarrollo motor depende al parecer del número de formas básicas de movimientos que se están adquiriendo. La rapidez del desarrollo en cada una de las formas básicas de movimiento depende también del ejercicio y las posibilidades que se le presentan al afán infantil de acción. De esta forma se aumenta más rápidamente las formas para las que hay mejores posibilidades de ejercicio.

El lenguaje y la capacidad de pensar que ello lleva consigo, van regulando progresivamente las acciones motrices del niño. Al principio los movimientos se orientan en especial por los estímulos de los llamados “sentido de proximidad”, particularmente el tacto y el sentido del movimiento (sensación muscular). Con posterioridad asume la función dirigente los “sentidos a distancia” (vista y oído).

El niño ve los movimientos de otros niños, de los hermanos, de los adultos y sobre todo, de la madre. La visión llega a producir tanto efecto como los estímulos que parten del contacto directo con las cosas. Los movimientos percibidos sensorialmente incitan a la imitación, sobre todo si al principio van unidos a invitación, alientos y promesas, por ejemplo, para trepar; “Ven, sube, enséñame que puedes hacerlos solo. Ahí arriba está tu pelota de colores, sube a buscarla”.

A través de la experiencia adquirida en el contacto con las cosas, el niño va liberándose poco a poco de la dependencia directa de la situación presente. Para sus movimientos

ya ni necesita tocar realmente las cosas. Le basta cada vez más la orientación óptica, porque sirviéndose de su experiencia, ve la situación, y como debe reaccionar cinéticamente ante ella basta con una mirada. Lo experimentado anteriormente por mediación del tacto y las sensaciones musculares (las particularidades de las cosas) lo ve ahora con la ayuda de las experiencias acumuladas (el peso, la rigidez de superficie, la manejabilidad, etc.) Este saber le comunica también lo que puede hacer con ella, a través de los objetos experimenta determinados estímulos de movimiento. Con un bastón intentará dar golpes o hacer rodar un aro.

### **1.8. La importancia del desarrollo psíquico de los niños a través de los juegos de roles.**

El juego de roles como actividad importante en esta etapa:

- 2 El juego de roles es un juego específico con características diferentes a otros:
- 3 El niño representa en esta actividad la vida de los adultos.
- 4 Es una actividad que le proporciona al niño placer.

Sus contenidos están dados por la experiencia que tenga el niño de la realidad el adulto no le puede imponer al niño los contenidos de los juegos, si quiere influir en ellos tiene que ser de manera indirecta.

N. Akasarina destaca que es más importante para el desarrollo del niño la presencia de la experiencia que la actividad con objetos y juguetes.

### **Importancia del juego de roles para el desarrollo psíquico de los niños por áreas.**

#### **Área cognoscitiva:**

- 1 Influye en la formación de los procesos psíquicos voluntarios (atención y memoria).
- 2 Ejerce una gran influencia sobre el desarrollo del habla, exige de cada niño determinada capacidad de comunicación.

- 3 Juega un rol fundamental en el desarrollo intelectual, la función simbólica de las representaciones.
- 4 Desarrolla la imaginación.

**Área afectivo-motivacional:** Desarrollo de la esfera motivacional.

- 1 Se desarrolla la esfera de los sentimientos.
- 2 Se asimilan las normas éticas de los adultos.
- 3 Existe una influencia en el desarrollo de la personalidad del preescolar.

Las actividades productivas: el dibujo, el modelado, la aplicación, y la construcción.

Las tareas laborales: aunque no se habla de trabajo como tal, se realizan tareas donde las actividades se subordinan a motivos sociales, donde a través de ellas se benefician otras personas.

Dominio de elementos de la actividad de estudio, de aprender algo nuevo, escuchando atentamente y cumpliendo las indicaciones del adulto. Se forman en los preescolares el interés por el modo de realización de las áreas y los hábitos primarios de autocontrol.

### **Importancia de los juegos en el desarrollo del área cognoscitiva en los niños de 4 a 5 años**

- 4 Desarrollo de la concentración de la atención, muy relacionada con el interés inmediato.
- 5 Aumento de la sensibilidad visual acústica y táctil.
- 6 Aparición de la noción espacial de los objetos, personas y desarrollo de la percepción del movimiento.
- 7 Desarrollo de la memoria figurativa y semántica.
- 8 La imaginación reconstructiva y creadora evoluciona sobre la base del

juego y las actividades productivas.

- 9 El pensamiento visual por acción y por imágenes o representativo, permite resolver problemas, comienza anticiparse a la actividad práctica.
- 10 La palabra interviene en el razonamiento. Hay un desarrollo intenso del habla y se llega a dominar la lengua materna.
- 11 Este es un período de desarrollo sensorial e intelectual.

### **1.9. El desarrollo motriz de los niños de 4 a 5 años.**

Las influencias del medio ambiente son precisamente en esta edad de mucha importancia para el desarrollo de las destrezas de movimiento del niño y para su capacidad de reacción motriz.

En condiciones propicias el niño alcanza hacia el final de la edad preescolar un estadio de desarrollo motor muy parecido ya al del adulto. Dispone de las formas básicas de la dinámica deportiva: manifiesta habilidades motrices básicas como caminar, trepar, correr, saltar, lanzar, alcanzar y domina por lo general estos movimientos con buena coordinación si bien en una forma que necesita ser perfeccionada.

Según observaciones del profesor Kurt Meinel, las formas básicas de movimiento se adquieren en el orden arriba indicado lo que no debe entenderse en el sentido de que una nueva serie de desarrollo comience cuando ya se domina perfectamente una de las formas.

El fuerte afán de movimiento se manifiesta además en el hecho de que los movimientos no se efectúan con brevedad y ahorro, como acostumbra a ocurrir en el adulto. Los movimientos del niño presentan todo un derroche de movimientos de acompañamiento, que nos parecen superfluos desde el punto de vista de la economía de ejecución. Además de ello, muchos movimientos están dirigidos exactamente a su fin, todavía no se consigue un control funcional de los movimientos el cual habrá que ir adquiriendo paulatinamente.

Vamos a explicar lo dicho antes tomando el ejemplo de un lanzamiento. El niño quiere hacer que un objeto por ejemplo una pelota, vaya a un lugar determinado. Lleva primero la pelota al lugar previsto, realiza diversos movimientos de arranque y al final "tira" la pelota. En la mayoría de los casos no puede hablarse en realidad de un lanzamiento pues la pelota abandona la mano de forma completamente incontrolado a menudo en contra de la dirección prevista y la distancia alcanzada es escasa. Sin embargo, el niño se ejercita con frecuentes repeticiones y llega a alcanzar un determinado grado de destreza en la forma básica "lanzar".

El exceso de movimientos se explica fisiológicamente por el hecho de dominar los procesos de excitación por encima de los procesos reguladores y orientadores de inhibición. Poco a poco el niño va adquiriendo el equilibrio de excitación e inhibición los movimientos superfluos de acompañamiento desaparecen y van desarrollándose cada vez más movimientos controlados y bien dirigidos.

El párvulo no es consecuente y constante en sus acciones, sino que se distrae con mucha facilidad. No pocas veces su actividad se ve perturbada por un ruido o el movimiento de un objeto. Su atención se vuelve hacia esta "novedad", se interrumpe la actividad anterior, olvidándola y pasando a explorar lo "nuevo". La *concentración* del niño en la resolución de una tarea es de poca duración, necesita variación o distracción para no agotar demasiado pronto las fuerzas y los nervios. Este hecho hace comprender mejor el paralelismo en el aprendizaje de destrezas de movimiento.

La *rapidez* de desarrollo motor depende al parecer del número de formas básicas de movimiento que se están adquiriendo. La rapidez del desarrollo en cada una de las formas básicas de movimiento depende también del ejercicio y las posibilidades que se le presentan al afán infantil de acción. De esta forma se aumentan más rápidamente las formas para las que hay mejores posibilidades de ejercicio.

La *sensación de éxito* desempeña un papel muy positivo. En medio del gran número de intentos se seleccionan los movimientos realizados con éxito, se repiten por el placer de lograrlo y de esta manera van asegurándose. Por el contrario, los ensayos que fracasan, no se repiten y se olvidan. A lo largo de muchos intentos logrados en el trato

con las cosas, el niño va adquiriendo un sentido funcional de la ejecución y desarrolla al mismo tiempo la facultad de acumular experiencias motrices, de la que se forma una "memoria motriz".

El *lenguaje* y la capacidad de pensar que ello lleva consigo, van regulando progresivamente las acciones motrices del niño. Al principio los movimientos se orientan en especial por los estímulos de los llamados "sentidos de proximidad", particularmente el tacto y el sentido del movimiento (sensación muscular). Con posterioridad asumen la función dirigente los "sentidos a distancia" (vista y oído).

El niño ve los movimientos de otros niños, de los hermanos, de los adultos y, sobre todo, de la madre. La visión llega a producir tanto efecto como los estímulos que parten del contacto directo con las cosas. Los movimientos percibidos sensorialmente incitan a la *imitación*, sobre todo si al principio van unidos a invitaciones, alientos y promesas; por ejemplo, para trepar: "Ven, sube; enséñame que puedes hacerlo solo. ¡Ahí arriba está tu pelota de colores, sube a buscarla."

Finalmente el lenguaje puede ir sustituyendo poco a poco muchos estímulos directos de movimiento, que el niño había recibido antes por los sentidos. El lenguaje se convierte en un nuevo estímulo motor de gran trascendencia.

Esto puede explicarse fisiológicamente de la siguiente manera: Sabemos por las investigaciones de *Pavlov* y su escuela que las células cinestésicas corticales pueden establecer contacto con todas las células de la corteza cerebral, o sea, también con las células excitadas por estímulos hablados. Ello hace posible que el niño pueda relacionar determinadas sensaciones motrices con determinadas palabras. Por ejemplo: agitar la cabeza se relaciona con "no" y extender los brazos hacia delante, con "dome". De tal forma se establecen relaciones condicionadas entre la palabra y las sensaciones. Se crean relaciones firmes entre los estímulos transmitidos por los sentidos y los transmitidos por la palabra, es decir, entre el primero y el segundo sistema de señalización la palabra acaba sustituyendo el estímulo directo.

Tomemos por ejemplo la palabra "pelota". El concepto de "pelota" se enriquece

paulatinamente con numerosos estímulos de movimiento que lo complementan.

La palabra despierta en el jugador experimentado todo un cúmulo de estímulos e imágenes motrices. El niño tiene que adquirir primero experiencias motrices en el trato directo, sensorial y activo con la pelota. Al principio no diferencia una bola de hierro de una pelota e intenta jugar con ella como con una pelota. Sólo después de haber utilizado la bola, de haber experimentado su peso y consistencia, se hace posible una diferenciación. Entonces es cuando la palabra "bola" puede señalar el objeto con una precisión cada vez mayor.

A través de la experiencia adquirida en el trato con las cosas, el niño va liberándose poco a poco de la dependencia directa de la situación presente. Para sus movimientos ya no necesita tocar realmente las cosas. Le basta cada vez más la orientación óptica, porque sirviéndose de sus experiencias, ve la situación, y cómo debe reaccionar cinéticamente ante ella basta con una mirada. Lo experimentado anteriormente por mediación del tacto y las sensaciones musculares (las particularidades de las cosas) lo ve ahora con la ayuda de las experiencias acumuladas (el peso, la rigidez de superficie, la manejabilidad, etc.). Este saber le comunica también lo que puede hacer con ellas; a través de los objetos experimenta determinados estímulos de movimiento. Con un bastón intentará dar golpes o hacer rodar un aro.

El lenguaje influye cada vez más sobre la conducta motriz. Cuando está en posesión de los movimientos necesarios, el niño puede reaccionar positivamente al oír determinadas instrucciones, sin necesidad de darle ejemplo con la acción.

En el curso de los 4 ó 5 años de edad (período preescolar) destaca el profesor Kurt Meinel se alcanza, una etapa superior muy importante. Las reacciones motrices obedecen progresivamente al *contenido* del lenguaje (si ha habido antes un adiestramiento metódico). Los niños reaccionan cada vez según el significado de las palabras. Los movimientos provocados por el carácter sobre el impulso de la exhortación oral son cada vez menos y van limitándose a las señales orales exclusivamente impulsivas como "¡ ya!", "¡ adelante!", etc. las instrucciones de movimiento dadas oralmente pueden ser ya más complicadas, como "busca un niño y

tírale el balón de manera que pueda alcanzarlo". La utilización del lenguaje conduce en mayor medida a una conducta motriz ejecutada de manera, es decir reflexiva, a un actuar pensando.

Debemos tener presente sin embargo que la exhortación y la enseñanza oral en el período preescolar no puede sustituir el aprendizaje motor directo. La enseñanza oral sólo es efectiva cuando se aplica a las experiencias de movimiento que tiene el niño, y éstas sólo puede adquirirlas en el trato con los objetos, en la confrontación activa con su mundo.

### **1.10. Diferentes formas básicas de movimiento en el desarrollo de los niños.**

A continuación expondremos brevemente los distintos desarrollos de los movimientos que calificamos de formas básicas de la dinámica deportiva. Se trata de los siguientes, en su orden cronológico: caminar, trepar, escalar, correr, saltar, lanzar y alcanzar.

**Caminar:** El desarrollo del caminar se efectúa en gran parte en el primer año de vida. Esta serie de desarrollo prosigue sin embargo más adelante. Hasta alcanzar un caminar libre y *fluido* en el que se dan las siguientes etapas:

**Caminar con apoyo.** Puede efectuarse a lo largo de objetos, caminando de lado, avanzando una pierna y acercándole la otra a continuación (paso de ajuste posterior); la pierna que avanza se levanta con exageración. También hay el avance frontal (a diferencia del lateral anterior) apoyándose con ambas manos; en él se levanta también una pierna con exceso.

**Caminar libre.** Después de cumplido el primer año, el niño presenta por lo general un paso largo, todavía muy vacilante. Logra dar de dos a cinco pasos; después de cada uno hay peligro de pérdida del equilibrio. Aproximadamente unos quince días después de estos primeros pasos, consigue salvar distancias más largas (hasta unos 20 pasos) con más seguridad e incluso con cambio de dirección. El paso sigue siendo largo, los brazos están ligeramente levantados y siempre dispuestos a mantener el frágil equilibrio.

Aproximadamente un mes después el paso se ha hecho más fluido. Las extremidades superiores ya pueden asumir otras labores durante la marcha. Al niño le gusta transportar objetos de un lado a otro de la habitación

**Trepar:** El trepar se efectúa al principio en la posición de gatear, con la diferencia de que los brazos ya no sirven solamente de apoyo, sino que sostienen y arrastran el cuerpo, haciendo a menudo un esfuerzo considerable. Puesto que hay que levantar el peso del cuerpo o frenar su movimiento de descenso, el trepar es bastante más pesado que el gatear. La relación fuerza-peso es en el párvulo todavía desventajosa, pues el peso del tronco y la cabeza es relativamente grande con relación a la constitución de las extremidades.

En el curso del segundo año de vida se emprenden los primeros ensayos de trepar. Al avanzar la edad el niño supera dificultades y obstáculos cada vez mayores sirviéndose de esta forma básica de desplazamiento.

El *trepar hacia arriba* acostumbra a lograrse ya al cumplirse el primer año, si bien se alcanzan sólo alturas pequeñas como de 10 cm. El *trepar de bajada* se consigue, tras algunos intentos, poco después del trepar de subida y en las mismas alturas. El peso del cuerpo se sostiene con los brazos y las piernas son arrastradas a continuación.

El *trepar por encima* de obstáculos mayores (a la altura de las caderas) se consigue de forma segura a la edad de 16 a 18 meses. El obstáculo no debe ser demasiado ancho, de manera que el niño pueda alcanzar, estando derecho, el canto opuesto. Después de haber trepado hasta arriba, el niño se da la vuelta sobre el obstáculo y vuelve a bajar con el vientre hacia abajo y las piernas por delante. Por lo general el trepar de bajada se efectúa con mayor vacilación que el de subida; se pone de barriga y baja con las piernas, palpando el suelo con los pies. Después de cumplir los dos años, se combina con fluidez la subida y la bajada. Las alturas adecuadas a su tamaño (de las caderas al pecho) son salvadas ágilmente mediante esta forma básica.

**Escalar:** El subir y bajar escaleras se desarrolla en el curso del segundo año de vida, según un esquema parecido al del caminar, en las siguientes etapas.

**Escalada con paso de ajuste posterior tomando "apoyo.** El niño sube de lado con una pierna, a la que se une luego la otra, y se sostiene con las dos manos en los barrotes o contra una pared. Sólo se suelta cuando se siente ya seguro en el peldaño alcanzado.

Levanta exageradamente el pie que avanza. En la *bajada*, que se efectúa de la misma manera, va tanteando con el pie al bajarlo y desliza la pierna junto al borde del peldaño. Si se lleva al niño de la mano, sube o baja de frente con pasos de ajuste posterior. También en este caso puede observarse el levantamiento exagerado de una pierna al subir, el tantear con el pie al bajar. Después de cada paso se produce una pausa.

**Escalada sin apoyo con paso de ajuste posterior.** Se realiza al principio de forma insegura e interrumpida. Después de cada paso la criatura hace una pausa para ponerse en equilibrio, pataleando brevemente sobre el lugar. Todavía se observa al subir el levantamiento exagerado de la pierna y al bajar el tanteo con el pie. De bajada siempre lo hace con más miedo y lentitud. Una vez logrado el escalamiento sin apoyo con paso de ajuste posterior, se consigue también que el niño suba y baje las escaleras *alternando la pierna derecha con la izquierda* cuando se le lleva de una mano. De subida lo hace de manera bastante fluida, aunque todavía levanta la pierna demasiado. La bajada es todavía más lenta que la subida. El cuerpo se yergue hacia atrás y la mano libre se levanta lateralmente para conservar el equilibrio. El *escalamiento libre*, sin apoyo alguno de subida y de bajada, se presenta alrededor de los dos años y medio. Al subir, da una fuerte pisada con los pies; el movimiento transcurre con bastante fluidez. Baja siempre con un control óptico constante, con mayor lentitud y vacilaciones que al subir; la punta del pie se inclina hacia abajo tanteando el terreno.

El *pasar por encima de espacios intermedios vados* (forma vinculada al escalar) lo hemos observado experimentalmente en una situación en que se pongan de 4 a 6 cajas en fila con espacios intermedios de 5 a 30 cm. La forma de salvar estos espacios se desarrolla como la forma de andar y escalar. El niño consigue pasarlos, prestándole apoyo, aproximadamente al año y medio de edad, dando un paso de ajuste posterior.

El paso libre, sin apoyo, de los espacios más cortos lo observamos ya en el niño de dos años. Se realiza en forma de pasos de ajuste posterior, en los que la pierna adelantada se levanta con exceso, como al subir las escaleras. Antes de comenzar otro paso se produce una pausa, dando también a menudo un pequeño pataleo sobre la caja alcanzada y levantando una pierna a manera de prueba.

A los dos años y medio, los niños salvan de forma más fluida espacios de hasta 15 cm. El paso cambiante se produce casi al mismo tiempo que la subida de escaleras con paso cambiante. El niño de más de 3 años pasa por encima de espacios de hasta 30 cm. con fluidez y rapidez relativa, pero todavía levanta demasiado la pierna y la sienta con énfasis.

**Correr:** Por correr se entiende una forma de locomoción en la que, a diferencia del caminar, se produce una fase de vuelo. En el segundo año los niños caminan a menudo con una sucesión muy rápida de pasos, sin que pueda observarse sin embargo una fase de vuelo. Las etapas previas del correr propiamente dicho son: rapidez y seguridad en el caminar - el niño domina los cambios de dirección - caminar saltarín - se dan pasos pequeños y cortos, levantando más la rodilla que al caminar. Los primeros ensayos de correr con breve fase de vuelo los hemos observado en niños de dos años y medio. El torso se mantiene casi derecho, las caderas y rodillas están ligeramente inclinadas, los movimientos de los brazos son amplios y abiertos y muchas veces asimétricos.

La destreza en el correr progresa con la edad. Los movimientos se hacen más fluidos, espaciales y funcionales; la fase de vuelo es más larga. Al entrar en la edad escolar, el niño presenta una forma de correr bastante bien coordinada, moviendo también los brazos funcionalmente, es decir, de forma acoplada con armonía al ritmo de la carrera y apoyando el movimiento total.

**Saltar:** Al principio se da el *salto hacia abajo* desde pequeñas alturas (bordillo, peldaño, cajón de 20 cm. de altura). Los primeros ensayos se emprenden alrededor de los dos años y medio, o sea, al mismo tiempo que el niño comienza a correr. La caída se produce casi siempre en posición de paso (una pierna avanzada) y todavía es poco

elástica. Por lo general los niños brincan una o dos veces hacia adelante después de la caída. También a los 3-5 años, cuando ya se salta de alturas mayores, no se observa todavía elasticidad en la caída. Los niños caen muchas veces de cuclillas como es justo pero no pueden erguirse inmediatamente. Después de caer acostumbra a producirse una pausa ya continuación sigue un brinco parecido al de los primeros saltos. El salto se da todavía desde la posición erguida con gran profusión de arranques.

Aproximadamente al cumplirse los 3 años observamos el *salto hacia arriba* de pequeñas alturas desde el suelo.

**Lanzar:** Desde los comienzos primerizos hasta el lanzamiento con puntería pueden observarse las siguientes formas de lanzamiento: El niño arroja hacia abajo pequeños objetos manejables (pelotas). Aparentemente con la articulación de la mano ya poco antes de cumplir un año.

A partir de este movimiento se desarrolla paulatinamente el lanzamiento con una mano a un objetivo en posición derecha. Este desarrollo se produce con relativa rapidez cuando se presentan suficientes posibilidades de ejercicio. En el niño de 2 años observamos una larga pausa entre la fase de arranque y la principal. Por lo general el lanzamiento tiene ya una dirección determinada pero a menudo la pelota abandona la mano demasiado pronto o demasiado tarde. Tampoco el niño de 3 años pone en función el cuerpo haciendo una sucesión de tronco y brazo. a pesar de que el lanzamiento se realiza con fuerza.

En los niños de 4 y 5 años ya se da una vinculación fluida de fase preparatoria y fase principal en el lanzamiento con una mano. También consiguen lanzar sobre un objetivo grande (aro) desde una distancia de unos 2 m. El objetivo debe estar aproximadamente a la altura de la cabeza del que lanza. Si se sitúa un objetivo determinado sobre el suelo por ejemplo un círculo de un metro de diámetro, el niño hace el tiro con las dos manos con un movimiento de brazos de abajo a arriba. En esta clase de lanzamiento alcanzan una buena puntería hacia el final de la edad preescolar a. distancias de hasta 5 m.

Un objeto mayor (por ejemplo un balón gimnástico) lo llevan al principio con ambas manos apretado al cuerpo. De pronto el niño se detiene y deja rodar el balón de brazos y manos. Más tarde lo llevan suelto, se quedan parados hacen varios movimientos de arranque y luego lo arrojan de sí con ambas manos, sin tener un control sobre la dirección de tiro. Esta forma de movimiento puede observarse en los niños de 2 años. Después del lanzamiento pierden a menudo el equilibrio.

La forma siguiente que observamos es el *lanzamiento con ambas manos desde abajo*. Característico de él es una posición rígida de las piernas. En esta forma casi se mantiene aproximadamente la dirección, pero el movimiento no puede ajustarse todavía en distancia o altura.

El lanzamiento con ambas manos por encima de la cabeza que se efectúa aproximadamente por el mismo tiempo no siempre consigue la dirección deseada porque se suelta el balón demasiado pronto o demasiado tarde. Las dos formas de lanzamiento podemos observarlas en los niños de 2 años.

En el período posterior en el curso del cuarto año de vida, aparece por primera vez la utilización de todo el cuerpo en el movimiento de lanzamiento. Las formas hasta ahora descritas se realizaban a partir de una posición firme, que no daba margen a una participación más enérgica del tronco y las piernas. Ahora se da un lanzamiento con las dos manos desde una posición de paso (pierna avanzada). que representa una etapa previa al lanzamiento con una mano. Una mano sirve de mano impulsora y se pone por encima del hombro, la otra sostiene el balón en la fase preparatoria. Entre la fase preparatoria y la principal se sitúa una pequeña pausa en la que el niño vuelve a apuntar sobre el blanco. Un niño de 4 años puede realizar ya tiros con bastante puntería a distancias de hasta 2 m con esta forma de lanzamiento.

**Alcanzar:** Al principio el niño sólo puede alcanzar la pelota, si se le tira exactamente "a las manos", a corta distancia y no demasiado fuerte. La acción de alcanzar una pelota de las dimensiones de un balón gimnástico presenta la siguiente evolución hasta que logra hacerla con soltura y seguridad.

Los niños de aproximadamente 20 meses extienden los brazos en posición de recepción cuando se les llama a ello. El balón resbala sobre estas "vías" hasta el pecho, a lo que el niño dobla los brazos y aprieta el balón contra su cuerpo. La posición de recepción no sufre ningún cambio, aunque el balón no se haya tirado con precisión, es decir, que el tiro sea demasiado corto, demasiado largo o desviado. El niño no está todavía en condiciones de anticipar el curso del balón. Si se prosigue con este ejercicio, dos meses después puede ya apreciarse que el balón es esperado; los brazos se extienden visiblemente hacia él y se doblan con ligereza en el momento del lanzamiento. Una vez tocado el balón, manos y brazos lo aprietan contra el pecho. Puede apreciarse que las piernas se mantienen rígidas, pero las caderas ya empiezan a doblarse y ceder.

Aproximadamente a los 3 años sufre un cambio la posición adoptada para recibir el balón; se hace visible una predisposición especial. Los brazos se extienden en la dirección de vuelo del balón, las palmas de las manos se sitúan encaradas a una distancia algo más grande que el diámetro del balón y los dedos ligeramente separados ("posición de tenaza"). De esta manera se agarra el balón "en el aire" y después se acerca al cuerpo para asegurarlo. El niño flexiona ligeramente las caderas y rodillas, pero sigue siendo necesario lanzarle el balón con precisión.

Esta disposición va aumentando con la edad. La distancia de tiro puede alargarse hasta 3 m. Hay que destacar que a los 4 años el niño ya no toma posición hasta que se efectúa el tiro, por lo que se pone en condiciones de amoldarse a pequeñas desviaciones de tiro hacia arriba, abajo o a los lados, mediante movimientos apropiados. Los niños ejercitados consiguen alcanzar seguridad alrededor de los 5 años.

A los 6 años los niños acostumbran ya a alcanzar el balón en el aire, es decir, que no lo llevan al cuerpo inmediatamente después de agarrarlo (a no ser que se haya tirado con demasiada fuerza). Sin embargo transcurre una corta pausa antes de volver a lanzarlo, cuando el ejercicio consiste, por ejemplo, en "tomar el balón y lanzarlo en otra dirección".

En líneas generales se comprueba una diferenciación creciente en la *actitud* de

*recepción*, un aumento de la *utilización* de todo *el cuerpo* en el movimiento de alcanzar y un desarrollo que va del alcanzar con el cuerpo al *alcanzar en el aire*.

### **1.11. El “Programa Educa a tu hijo”**

El programa “Educa a tu hijo” se instrumenta y generaliza desde el año 1995 como uno de los componentes del subsistema de Educación Preescolar, del Ministerio de Educación. El mismo permitió dar respuesta con celeridad a una de las problemáticas comprendidas en el Plan de Acción Nacional elaborado por el Gobierno de Cuba, en respuesta a las metas establecidas en la Cumbre Mundial a favor de la Infancia, celebrada en New Cork en el año 1991.

Para el logro de este programa se requería de un personal calificado que pudiera darle respuesta a los objetivos que con el se perseguían

- 1 Propiciar una cobertura mayor de atención a las niñas y niños de edad preescolar, favoreciendo su desarrollo psicosocial, transfiriendo los conocimiento a la familia y a la comunidad.
- 2 Preparar a la familia para poder enfrentar la educación de sus hijas e hijos con mayores posibilidades.
- 3 Lograr que tanto la familia como la comunidad se involucraran activamente en el desarrollo de este programa.
- 4 Propiciar que se desarrollen al máximo las potencialidades de cada comunidad, estableciendo un indispensable equilibrio en la atribución de responsabilidades y el reconocimiento entre la acción de la familia, los vecinos, los organismos y las organizaciones de masas existentes en cada comunidad.

En nuestro país, la educación preescolar se realiza en los círculos infantiles y en el grado preescolar de la escuela primaria. No obstante el número de círculos creados resulta insuficiente para la población infantil, comprendida en estas edades existiendo niños que por vivir en lugares intrincados de las zonas rurales, no pueden asistir sistemáticamente al grado preescolar, en aras de extender la atención educativa a esta zonas de difícil acceso, es que surge el Programa “ Educa a tu hijo.”

En la Provincia de Pinar del Río se comenzó como experiencia en el curso escolar 1992 – 1993 en 2 zonas: Reparto Raúl Sánchez, hoy Consejo Popular “Ceferino Fernández

Viña” y en la Tirita (Km. 3 ½ de la carretera de Luís Lazo) hoy Consejo Popular .” Jagüey Cuyují”, esta última perteneciente al sector rural del municipio Pinar del Río.

El trabajo se organizó por consejos populares, con el propósito de brindar atención a todas las familias con niñas y niños atendidos por esta vertiente. En el caso específico del sector rural, donde no existen instituciones infantiles o escuelas primarias cercanas, los niños son atendidos dos veces a la semana por un profesional, capacitado y asesorado por Metodólogos y profesores del ISP, para desempeñar su labor con estos niños y sus familias.

### **Conclusiones parciales del capítulo I.**

1. La mayoría de las teorías y autores consultados consideran que el área motriz es un elemento importante para el desarrollo integral de los niños de edad preescolar lo cual va a jugar un papel fundamental en su vida profesional, de aquí la importancia de trabajar en estas edades con el propósito de facilitar su desarrollo motriz.

2. Los entendidos en la especialidad consideran que las actividades físicas son una de las vías efectivas, cuando se aplica de forma dosificada y correctamente planificada, enfatizando en la profesionalidad y el nivel de conocimiento que posean los encargados de impartir las mismas, de aquí que la finalidad de la investigación sea la de proponer un plan de actividades físicas para facilitar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en estas edades.

## **Capítulo II. Resultados de los instrumentos aplicados.**

### **2. Resultados de los informantes claves.**

#### **2.1. Caracterización de la comunidad.**

Nuestro municipio se encuentra en la parte norte de la provincia, cuenta con una población de 35830 habitantes, con una extensión territorial de 613,42 kilómetros cuadrados. El consejo popular Rafael Ferro, se encuentra ubicado en la parte sur del municipio, con una población de 2998 habitantes, sus límites son: al este con el consejo popular Caiguanbo, al sur con Consolación del Sur, al oeste con el consejo popular San Andrés y al norte con el consejo popular de La cierra. En este consejo existen 3 bodegas, 3 carnicerías, 2 Placitas y varios organismos, dentro de los cuales podemos citar los siguientes:

- 1 CPA. José Martí
- 2 Empresa de café.
- 3 Guarda bosque provincial
- 4 Combinado Deportivo No 3.
- 5 CCSF "Antonio Maceo".

Además, posee 4 consultorios médicos para atender la población. Los principales problemas de este consejo están relacionados con la vivienda, las carreteras y caminos, y la carencia de fuentes de empleo a pesar de ser una zona rural. Este consejo popular consta de 31 CDR, 17 bloques de la FMC, 12 núcleos zonales, además de poseer 5 circunscripciones, dentro de estas está la circunscripción # 9, con una población de 453 habitantes, la cual es del tipo rural, el nivel de vida de esta población es media, tiene un total de 56 niños, sus principales obras sociales son: 1 Bodegas, 1 Placita, 1 Carnicería, 1 Consultorio con un médico, 1 enfermera y 1 técnico de Cultura Física, además 1 escuela (primaria) .

#### **2.2. Resultados del Análisis documental.**

**Análisis del Folleto No 8 del programa “Educa a Tu Hijo.”** El análisis de este folleto nos permitió conocer que en su estructura aparecen con claridad el apoyo que debe brindar la familia a partir del trabajo del promotor apoyados en las manejadoras o ejecutoras con énfasis en los objetivos por etapas con respecto a la comunicación, el

área efectiva, intelectual y el desarrollo de movimientos y formación de hábitos, es bueno significar que las primeras tres intenciones tienen una adecuada orientación y balance de las actividades mientras que en la última expresada pudiera parecer que es suficiente pero aunque todas tributan a la formación de hábitos no ocurre así con los hábitos motores que necesitan una especial estimulación, es decir, no aparecen juegos específicos para el desarrollo de habilidades motrices como tal. El material en sí promueve la estimulación integral de forma general reduciendo lo particular, aspecto que tomamos muy en cuenta en nuestro trabajo.

Las orientaciones para la estimulación al desarrollo físico aparecen muy generales, en el manual número 8 se hace referencia a si el niño corre, salta y trepa con seguridad, en uno de los acápites página 14 del folleto número 8 aparece especificada una actividad de lanzamiento y atrape de pelota sin más orientación de su ejecución.

Por otra parte no se hace referencia a las habilidades de lanzar trepar, atrapar, correr, saltar, en sus manifestaciones cotidianas y no aparecen actividades específicas para el desarrollo de estas habilidades motrices básicas, así mismo ocurre con el equilibrio y no se detalla ninguna actividad en específico para el desarrollo de ello.

Resulta evidente que son insuficientes las orientaciones sobre el resto de las habilidades motrices básicas a tratar en esta edad y que debieran estar suficientemente tratadas máxime que el documento en cuestión está dirigido a las ejecutoras que no poseen los conocimientos necesarios para el desarrollo de dichas actividades, además de tener bajo nivel de escolaridad por ser provenientes de una zona rural y el índice académico es de noveno grado.

La etapa de 4 a 5 años es la etapa culminante del desarrollo físico dentro del contexto preescolar y previo al primer cambio de complejidad, elemento que debe ser tenido en cuenta para las recomendaciones de los ejercicios a realizar por el niño, no aparece ninguna indicación así como de los cambios que se operan en las manifestaciones de las habilidades motrices básicas y las diferentes acciones ya abordadas por nosotros en el capítulo número dos, además de hacer pobre referencia a las vías y métodos para ello, lo que nos sugiere que esta debilidad debe ser enmendada con otros materiales y propuestas que pueden satisfacer estas necesidades de desarrollo del área motriz de los niños de 4 a 5 años.

### 2.3. Resultados de la encuesta a las ejecutoras. Diagnóstico preliminar.

Para nuestra investigación es de vital importancia realizar una encuesta a las madres, que son las que en el Programa Educa a tu hijo juegan el más importante papel en esta actividad.

Al preguntarles a las ejecutoras ¿Con qué frecuencia asistes con el niño a las actividades del programa educa a tu hijo? 9 responden que siempre, representando el 64,2% lo que consideramos una fortaleza para nuestro trabajo de investigación por la importancia que esta reviste.

#### Resultados de la Pregunta # 1

Tabla # 1

Cantidad de ejecutoras	Siempre		A veces		poco		nunca	
	cant	%	cant	%	cant	%	cant	%
14	9	64.2	4	28.7	1	7.1		

De gran importancia resulta la presencia de las actividades físicas en las actividades integradoras por lo que se refiere a través del resultado de la segunda pregunta.

¿Consideras que están presentes las actividades físicas en las actividades integradoras?

La respuesta se aprecia en la siguiente tabla, donde 11 de las ejecutoras respondieron que existen pocas actividades físicas en las actividades integradoras lo que representa el 78.5 %, infiriendo insuficiencias en el desarrollo del área motriz.

#### Resultados de la Pregunta # 2

Tabla # 2

Cantidad de ejecutoras	Siempre		A veces		poco		nunca	
	Cant.	%	Cant.	%	Cant.	%	Cant.	%
14			3	21,4	11	78,5		

Refiriéndonos a las principales habilidades motrices básicas se les preguntó a las ejecutoras. ¿Cómo consideras que se estimulan las mismas en las actividades integradoras?

De las 14 ejecutoras 12 respondieron que siempre la habilidad motriz básica de caminar se estimula en las actividades integradoras lo que representa el 85,7%, en el caso de correr y saltar coinciden que 10 respondieron que se estimulan poco para un 71,4% en el resto de las habilidades respondieron que a veces, poco y nunca se estimulan. Lo que se infieren dificultades en el tratamiento del área motriz y fundamentalmente las habilidades motrices básicas.

### Resultados de la pregunta # 3

Tabla # 3

De las siguientes HMB. ¿Cómo consideras que se estimulan en las actividades integradoras?								
HMB	Siempre		a veces		poco		nunca	
	cant	%	cant	%	cant	%	cant	%
a- caminar	12	85.7	2	14.2				
b- correr			4	28.5	10	71.4		
c- saltar			3	21.4	10	71.4	1	7.1
d- lanzar			3	21.4	4	28.5	7	50
e- trepar					2	14.2	12	85.7
f- atrapar			3	21.4	4	28.5	7	50
g- reptar					2	14.2	12	85.7
h- escalar							14	100
i- rodar							14	100
j- empujar							14	100
k- transportar					2	14.2	12	85.7
L- golpear					2	14.2	12	85.7
m- com. De Mov.					2	14.2	12	85.7

Para continuar afianzando la razón de que en las actividades integradoras es importante estimular las habilidades motrices básicas se les hizo una cuarta pregunta a las ejecutoras.

Marque con una cruz las actividades físicas que le gustaría incluir en las actividades integradoras del programa educa tu hijo.

Como se puede apreciar el 100% de las ejecutoras respondieron que los juegos pequeños y los juegos de roles son los que más le gustaría incluir en las actividades integradoras, pero además, 12 de ellas respondieron que las actividades de expresión corporal y juegos tradicionales también son de su agrado incluírlas representando el 85,7% respectivamente. El resto de las actividades no sobrepasaron el 50%.

#### Resultados de la Pregunta # 4

Tabla # 4

Marque con una cruz las actividades físicas que le gustaría incluir en las actividades integradoras del programa educa tu hijo			
#	Actividades	Votos	
		Cant.	%
1	Juegos pequeños	14	100
2	Actividades de expresión corporal	12	85.7
3	Juegos de roles	14	100
4	Caminatas	2	14.2
5	Juegos pre deportivos	1	7.1
6	Juegos tradicionales	12	85.7
7	Ejercicios físicos	2	14.2
8	Actividades recreativas	4	28.5
9	Competencias	2	14.2

En la pregunta 5 referida a que si es necesario un plan de actividades para estimular las HMB en los niños atendidos por el programa educa tu hijo todas las ejecutoras respondieron que si para un 100%.

#### Resultados de la Pregunta # 5

Tabla # 5

Consideras necesario un plan de actividades para estimular las HMB en los niños atendidos por el programa educa tu hijo				
Total de ejecutoras	si		no	
	cant	%	cant	%
14	14	100		

## **2.4. Resultados de la observación.**

La observación esta estructurada y dirigida a tres dimensiones fundamentales, la presencia de juegos pequeños, los juegos de roles y la expresión corporal teniendo como centro de éstas actividades la presencia y estimulación de las habilidades motrices básicas. En total el programa tiene carácter permanente en el año, donde están programadas 96 actividades lo cual fue dividido para el proceso de investigación en tres etapas:

**Inicial:** Comprende las primeras 18 actividades para la observación inicial, recogiendo la información preliminar, encuestas y recogidas de datos a informantes claves y al final de esta etapa, aplicación de las diferentes pruebas pedagógicas para el diagnóstico de las diferentes habilidades motrices básicas.

**Aplicación del plan de actividades físicas:** Durante 48 actividades que contemplan esta etapa a través de la parte inicial de las actividades integradoras preparar al profesor que atiende el programa y las ejecutoras así como la aplicación del plan propuesto.

**Final:** Comprende las 18 últimas actividades calendariadas para la aplicación de las observaciones finales y la aplicación de las diferentes pruebas pedagógicas para conocer sobre las habilidades motrices básicas en su manifestación final y comparar los resultados.

### **Resultados de la observación inicial.**

Siguiendo las etapas de nuestra investigación las observaciones preliminares realizadas arrojaron los siguientes resultados. Con relación a las manifestaciones de actividades físicas se observó que en las 18 observaciones, solo en 9 de ellas, que representa el 50%, se trabaja con los Juegos de roles y juegos tradicionales. En el resto de las manifestaciones no alcanza el 50% lo que refleja en las actividades integradoras insuficiencias en el tratamiento del área motriz, aspecto que debe ser revertido. Esta

observación nos permitió, además, conocer la pobre estimulación que reciben las habilidades motrices básicas, como correr, saltar, lanzar, atrapar y trepar, así como las combinaciones de los movimientos ya que la cantidad de acciones dirigidas a éstas, que se le da salida por las diferentes manifestaciones físicas, no rebasa el 50% lo que resulta muy negativo para la preparación del ingreso del niño a la escuela. Podemos referir además, que de las 18 actividades se observaron 35 manifestaciones físicas que representa el 1,9% como promedio y de las manifestaciones de HMB se observaron un total de 49 para el 2,7%, aspecto este que no es favorable para los niños de dicha enseñanza.

Tabla # 6

TOTAL DE ACTIVIDADES	Manifestaciones Actividades físicas	CANT	%	Manifestaciones HMB	
				CANT	%
18	Juegos de roles	9	50	4 caminar	22.2
	Juegos pequeños	6	42.8	6 caminar 3 correr 2 lanzar 2 atrapar	42.8 16.6 11.1 11.1
	Expresión Corporal	3	16.6	3 imitación	16.6
	Actividades recreativas	6	33.3	12 caminar	66.6
	Juegos tradicionales	9	50	9 caminar 4 saltar 2 correr	50 22.2 11.1
	Excursiones	2	11.1	2 caminar	11.1

Tabla # 7

Promedio de las manifestaciones de actividades físicas y de las habilidades motrices básicas. Observación inicial.

Total de observaciones	Manifestaciones de actividades	Promedio	Manifestación de HMB	Promedio
18	35	1,9	49	2.7

**Resultados de la prueba pedagógica inicial.** Prueba pedagógica al inicio de la aplicación del plan de actividades físicas.

De los 14 niños sometidos a las pruebas de habilidad motriz básica, se infiere que los mejores resultados radicaron en caminar, alcanzando el 57% con evaluación de bien, el resto, correr, saltar, lanzar, alcanzar no sobrepasaron el 42 % de evaluados de bien, mientras que en la evaluación de mal, caminar obtiene el 42%, el resto sobrepasa el 50% por lo que existen resultados negativos en las habilidades motrices básicas en las actividades integradoras.

En resumen el total de evaluaciones de las HMB recibidas de bien en los niños y niñas del programa no sobrepasan el 40 % mientras que el 60% están evaluadas de mal, aspecto que denota que es necesaria la estimulación de estas HMB para que puedan manifestarse de mejor forma.

Tabla # 8

PRUEBA PEDAGOGICA	BIEM		MAL	
	CANTIDAD	%	CANTIDAD	%
CAMINAR	8	57	6	42
CORRER	6	42	8	57
SALTAR	5	35	9	64
LANZAR	5	35	9	64
ALCANZAR	4	28	10	71
TOTALES	28	40	42	60

### **Conclusiones parciales del capítulo II.**

Los estudios realizados aportaron que la comunidad posee condiciones para llevar a vías de hecho un plan de actividades físicas en aras de solucionar la problemática constatada mediante la aplicación de los instrumentos y técnicas de investigación (desarrollo motriz), el criterio de los especialistas y de los informantes claves reafirman la necesidad de buscar solución al problema que con más acentuación afectan a los niños de 4-5 años del territorio, fundamentalmente las habilidades motrices básicas.

## **CAPÍTULO III. Presentación del plan de actividades físicas.**

### **Concepción del plan de actividades que se presenta.**

El plan de actividades que se presenta responde a la necesidad de introducir en las actividades integradoras del programa educa tu hijo actividades físicas que estimulen el desarrollo de los niños en ese sentido, especialmente de las habilidades motrices básicas. En este empeño el mismo debe ser sencillo en su estructura para que pueda ser comprensible para las ejecutoras las cuales son las que materializan el desarrollo de estas actividades con los niños es por ello que debe ser extrapolado y adaptado a estas exigencias.

### **Estructura del plan**

#### **3.1 Título**

#### **3.2 Fundamentación (Marco Temporal)**

#### **3.3 Objetivo General**

#### **3.4 Objetivos Específicos**

#### **3.5 Programación de Actividades**

#### **3.6. Descripción de las Actividades**

#### **3.7 Orientaciones organizativas**

#### **3.8 Control y Evaluación**

#### **3.1 Título del plan de actividades**

Actividades físicas para su inserción en las actividades integradoras del programa educa a tu hijo.

#### **3.2 Fundamentación**

La preparación para el ingreso del niño a la escuela constituye la tarea esencial durante la etapa preescolar, los niños que pertenecen a las vías formales tienen en gran medida asegurado este objetivo mientras que los que son atendidos por vías no formales aún presentan dificultades en la integralidad de estas metas a lograr en la etapa, en el caso que nos ocupa el desarrollo físico y especialmente de formación y desarrollo de habilidades motrices básicas a través de conversaciones , consultas a informantes claves de la comunidad y autores del programa educa tu hijo como son las

ejecutoras a las cuales se aplicó una encuesta, coinciden en plantear que es insuficiente las actividades físicas que se incluyen en las actividades integradoras del programa así como es insuficiente las manifestaciones de las habilidades motrices básicas en las niñas.

Estas razones son el principal sostén de necesidad del presente plan el cual pudiera ayudar a dar soluciones a estas problemáticas a partir de que se puedan crear actividades físicas que por su características puedan ser incluidas en las actividades integradoras del programa educa tu hijo para las edades de 4 a 5 años de edad en la Circunscripción No. 9 del Consejo Popular Rafael Ferro de San Andrés La Palma Pinar del Río.

La educación en general la rigen diferentes leyes o principios que se nos hace necesario retomar desde la sabia didáctica de Comenius hasta nuestros días y dentro de estas por su actualidad y vigencia, retomamos la derivación que de estas leyes o principios hace el colectivo de autores de la UNICEF en el año 2003 dirigidos a los programas mundiales de Educa a tu hijo al cual el de Cuba no es ajeno, al asumir las actividades del programa de forma integradora y los principios de dichos autores debemos considerar los mismos.

- Principio de diagnóstico.
- Principio de la educación en los parámetros de salud relacionados con el contexto en que se desarrolla el individuo y su estimulación.
- Principio de carácter sistemático, científico e ideológico.
- Principio de la unidad entre la comunicación y las relaciones interpersonales.
- Principio de la unidad entre comunicación y actividad.

**Principio de diagnóstico:** La observación de este principio nos Permitió realizar un análisis de la situación actual con respecto a la inclusión de las habilidades motrices básicas en las actividades integradoras del programa educa tu hijo en niños de 4 a 5 años pertenecientes al Consejo Popular Rafael Ferro de San Andrés del municipio La Palma Pinar del Río constatando el problema de la investigación, ello se manifiesta fundamentalmente en las observaciones efectuadas durante las actividades integradoras que desarrollan las educadoras y ejecutoras apoyándonos además en la

encuesta efectuadas a las mismas. Este principio nos aseguró la realidad actual del objeto de nuestra investigación.

**Principio de la educación en los parámetros de salud relacionados con el contexto en que se desarrolla y estimula el individuo:** En su concepto más general para el niño siempre será importante valorar los diferentes parámetros de su desarrollo en todo los órdenes para la actividad que nos ocupa el desarrollo de las diferentes áreas tanto en su lengua materna, conocimiento del mundo de los objetos, educación plástica y musical, mundo social y natural que conforman las actividades integradoras, y no podríamos dejar a un lado su desarrollo físico que siempre tienen una expresión más concreta y medible incluso visible y más allá determinan el resto del desarrollo por lo que se impone el adecuado estímulo para estos logros, incluyendo la estimulación del desarrollo de las habilidades motrices básicas objeto de nuestra investigación.

**Principio de carácter sistemático y científico:** Este nos guía de forma segura a la creación de hábitos sobre la base de la repetición y estimulación oportuna claro que desde bases científicas del momento y condiciones del desarrollo que alcanza el niño incluso a partir de la zona de su desarrollo próximo aspecto tenido en cuenta por este autor para las habilidades a incluir asumiendo que el método científico que utilizemos nos guía en la concepción de la expresión social e ideológica de la sociedad.

**Principio de la unidad entre la comunicación y las relaciones interpersonales:** Nos brinda las herramientas para establecer de ser necesario modificaciones y reajustes durante el proceso de las actividades integradoras y la inclusión de las habilidades motrices en su contenido por áreas propiciando desde la más simple comparación hasta la personalización de los resultados de la actividad por los niños además garantiza que los niños se acerquen al contenido conceptual de las actividades físicas, denominaciones, preparándolos para su inserción en la vida escolar y asumir una educación física educativa.

**Principio de la unidad entre conciencia y actividad:** Posibilita que los niños concienticen el, cómo, por qué y para qué de la necesidad de implicarse en la práctica, así como el desarrollo de las formas de su autoconciencia. En el caso de las habilidades pueden distinguirse las formas positivas de su ejecución lo cual debe ser estimulado por las ejecutoras.

### **3.3 Objetivo General.**

Contribuir a través de la inclusión de actividades físicas en la actividad integradora del programa educa tu hijo al desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas de las edades de 4 a 5 años en la Circunscripción No. 9 del Consejo Popular Rafael Ferro de San Andrés La Palma Pinar del Río.

### **3.4 Objetivos Específicos.**

1- Elaborar actividades de juegos pequeños a partir de su estructura para las diferentes habilidades motrices básicas a estimular en la etapa de 4 a 5 años de los niños y niñas atendida por el programa educa a tu hijo en la Circunscripción No. 9 del Consejo Popular Rafael Ferro de San Andrés La Palma Pinar del Río.

2- Elaborar actividades de juegos de roles que favorezcan las diferentes habilidades motrices básicas a estimular en la etapa de 4 a 5 años de los niños y niñas atendida por el programa educa a tu hijo en la Circunscripción No. 9 del Consejo Popular Rafael Ferro de San Andrés La Palma Pinar del Río.

3-Elaborar actividades de expresión corporal que favorezcan las diferentes habilidades motrices básicas a estimular en la etapa de 4 a 5 años de los niños y niñas atendidas por el programa educa a tu hijo en la Circunscripción No. 9 del Consejo Popular Rafael Ferro de San Andrés La Palma Pinar del Río.

### **3.5 Programación de Actividades**

Las actividades integradoras se desarrollan con dos frecuencias semanales, en el período de 6 meses que se pone en práctica el plan de actividades por lo que se deducen 24 semanas, donde se desarrollan 48 actividades durante la etapa. Las actividades se repiten una sola vez y se desarrollan con las variantes previstas.

## DISTRIBUCION EN LAS ACTIVIDADES INTEGRADORAS

Tabla 9

Actividad Integradora	Tipo de Actividad	Nombre de la Actividad	HMB	Obs.
1 -25	Juegos pequeño	semáforo	caminar	
2-26	Juegos de roles	Imitar al policía de tránsito.	caminar correr	
3-27	Expresión corporal	Un paseo por el campo.	Caminar, saltar, correr y reptar.	
4-28	Juegos pequeño	Cambiando de dirección	Caminar	
5-29	Juegos de roles	El cazador y los pajaritos	Correr Ascender	
6-30	Expresión corporal	Imitación de animales.	Caminar, saltar, correr y reptar	
7-31	Juegos pequeño	Identifica el juguete	correr	
8-32	Juegos de roles	El equilibrista.	Caminar	
9-33	Expresión corporal	La señorita	Saltar	
10-34	Juegos pequeño	Agarra la pelota	Atrapar	
11-35	Juegos de roles	Tiro al blanco.	Correr Lanzar	
12-36	Expresión corporal	Desde Córdoba a Sevilla	Caminar Saltar	
13-37	Juegos pequeño	Saltar -saltarín	Saltar	
14-38	Juegos de roles	Corre salta por el bosque.	Correr	
1539	Expresión corporal	El retrato de Martí	Caminar Saltar	
16-40	Juegos pequeño	La rana saltarina	saltar	
17-41	Juegos de roles	El cartero	Caminar	
18-42	Expresión corporal	La batea	Caminar Saltar	
19-43	Juegos pequeño	Lanzar sobre la cuerda	Lanzar	
20-44	Juegos de roles	Simulando al atleta.	Correr	
21-45	Expresión corporal	Identifica el animal	Correr	
22-46	Juegos pequeño	Alcanza la bandera	Escalar	
23-47	Juegos de roles	El cazador y los pajaritos	Correr ascender	
24-48	Expresión corporal	El conejo	Caminar Saltar	

### 3.6. Descripción de las Actividades

Las actividades físicas están integradas por:

- Actividades de juegos pequeños.
- Actividades de juegos de roles.
- Actividades de expresión corporal.

Las mismas están enfatizando en una determinada habilidad motriz básica aunque puede que se estimulen otras.

#### Actividades de juegos pequeños

**Actividad No 1.** El semáforo.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Caminar.

**Materiales:** Tres banderas, una de color rojo, otra de color amarillo y la otra de verde.

**Objetivo:** Caminar en distintas direcciones según la orden de la ejecutora.

**Organización:** Todos los niños estarán caminando dispersos por un área de 20 metros cuadrados sin salirse de esta.

**Desarrollo:** Los niños caminarán por todo el terreno imitando a los autos, en cuanto la ejecutora levante una de las banderas ellos tendrán que hacer la función según corresponda al semáforo.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 2.** Cambiando de dirección.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Caminar.

**Materiales:** Marcadores.

**Objetivo:** Caminar en distintas direcciones según la orden de la ejecutora.

**Organización:** Se forman dos equipos en dos filas de 7 niños cada uno.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Reglas:** Gana el equipo que menos se equivoque.

**Actividad No 3.** Identifica el juguete

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Correr.

**Materiales:** Juguetes que los niños sepan reconocer.

**Objetivo:** Correr a una distancia de 10 metros.

**Organización:** Los niños formados en tres hileras y a una distancia de 10 metros se colocan 4 círculos con varios juguetes dentro.

**Desarrollo:** A la orden de la ejecutora los 4 primeros niños saldrán corriendo a coger el juguete que el profesor menciona.

**Observaciones:** La ejecutora debe decir el nombre del juguete con claridad para que el niño lo escuche perfectamente, es bueno aclarar que solo se pondrán juguetes que previamente seleccione la ejecutora, teniendo en cuenta el conocimiento de los niños.

**Reglas:** Gana el equipo que menos se equivoque y que termine primero.

**Actividad No 4** Relevé de juguetes.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Correr.

**Objetivo:** Correr entre obstáculos en Zigzag.

**Organización:** Se formaran 3 hileras formando 3 equipos, con 4 juguetes delante en línea recta hasta una distancia de 10 metros.

**Desarrollo:** A la señal de la ejecutora los 3 primeros niños salen corriendo en Zig Zag y al llegar al último le dan la vuelta y regresan de igual manera, le dan la mano al próximo compañero y realizaran la misma actividad.

**Reglas:** Gana el equipo que primero termine y si tumban algún juguete deben levantarlo y después seguir corriendo.

**Actividad No 5** saltar – saltarín.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Saltar.

**Nombre:** Saltando más que el conejo.

**Objetivo:** Saltar simulando al conejo.

**Materiales:** Ninguno.

**Organización:** Todos los niños estarán dispersos por el área no mayor a 20m cuadrados.

**Desarrollo.** Cuando la educadora dice” salta conejo” los niños comienzan a saltar ininterrumpidamente imitando al conejo y cuando diga “se cansó el conejo” se detendrán sentándose en el piso.

**Actividad No 6** La rana saltarina.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Saltar.

**Objetivo:** Saltar después de la voz del profesor.

**Materiales:** Marcadores.

**Organización:** Se formaran dos filas de 7 niños detrás de una línea y se dibujara otra a una distancia de 5m

**Desarrollo:** A la señal de la ejecutora los niños saldrán saltando como ranas hasta llegar al otro extremo donde está la línea y formar de nuevo como al principio.

**Reglas:** Gana el equipo que primero llegue y forme correctamente.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 7** Lanzar sobre la cuerda.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Lanzar.

**Objetivo:** Lanzar la pelota para sobrepasarla por encima de una cuerda situada a dos metros.

**Materiales:** Cuerda y pelota pequeña.

**Organización:** Se formará una fila de 7 niños detrás de una línea y se colocará una cuerda a una distancia de 2 metros de distancia y a una altura de metro y medio y el otro equipo estará al otro lado de la cuerda a la misma distancia.

**Desarrollo:** La ejecutora le dará la pelota a un niño de cualquier equipo, el cual la debe lanzar por encima de la cuerda si la sobre pasa obtendrá un punto y seguidamente lo realizara un niño del otro equipo, si la ejecutora ve que es muy fácil puede alejar más a los equipos o subir más la cuerda.

**Reglas:** Gana el equipo que más puntos acumule.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 8** Encesta la pelota.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Lanzar.

**Objetivo:** Lanzar la pelota a dos metros para encestarla.

**Materiales:** Balones pequeños.

**Organización:** Se formará una fila de 7 niños detrás de una línea y se colocará un cesto a una distancia de 2 metros y el otro equipo estará al otro lado del cesto a la misma distancia.

**Desarrollo:** La ejecutora le dará el balón a un niño el cual debe lanzarlo y encestarlo, si lo logra obtendrá un punto y seguidamente lo realiza uno del otro equipo.

**Reglas:** Gana el equipo que más puntos acumule.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 9** Agarra la pelota

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Atrapar.

**Objetivo:** Atrapar la pelota después de haber sido lanzada hacia arriba:

**Materiales:** Pelotas pequeñas.

**Organización:** Se formarán dos hileras de 7 niños detrás de una línea y se dibujará otra línea a una distancia de 6 metros.

**Desarrollo:** Los primeros niños de cada hilera sostendrán una pelota entre las manos la cual debe ir lanzándola hacia arriba y atrapándola mientras caminan hasta la línea final, al llegar a ella regresan realizando lo mismo.

**Reglas:** gana el equipo que menos veces se le caiga la pelota.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 10** Que no se caiga la pelota.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Atrapar.

**Objetivo:** Atrapar la pelota después que su compañero se la lanza.

**Materiales:** Pelotas pequeñas

**Organización:** Se formaran dos equipos en hileras divididos en dos una frente a la otra separados por una distancia de 2 metros.

**Desarrollo:** Los primeros niños de cada hilera sostendrán una pelota entre las manos la cual deben lanzar al compañero de equipo que se encuentra al frente, este debe atraparla y el que la lanzo se ubica al fondo de la hilera.

**Reglas:** Gana el equipo que menos veces se le caiga la pelota y que termine primero.

**Tiempo.** De 7 a 10 minutos.

**Actividad No 11** Alcanza la bandera.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Escalar.

**Objetivo:** Escalar y descender a una altura de 30cm.

**Materiales:** Escalera pequeña.

**Organización:** Se forman dos equipos en hileras divididos en dos separados por una distancia de 2 metros detrás de una línea y al frente de ellos se coloca una escalera con una bandera en la cima.

**Desarrollo:** Los primeros niños de cada hilera deben subirse a la escalera y tomar la bandera que se encuentra en la cima y descender y entregarla al próximo niño

**Regla:** Gana el equipo que termine primero.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 12** Subiendo y bajando obstáculos.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Escalar.

**Objetivo:** Escalar y descender obstáculos hasta una distancia de 10 metros.

**Materiales:** Obstáculos fáciles de ascender y descender

**Organización:** Se formaran dos equipos en hileras dividido en dos , separados por una distancia de 2 metros detrás de una línea y al frente de ellos se coloca una serie de obstáculos que ellos puedan trepar y descender sin dificultad hasta una distancia de 10 metros .

**Desarrollo;** Los primeros niños de cada hilera deben subir y bajar en cada obstáculo que a sido colocado previamente por la ejecutora hasta llegar al final y regresaran corriendo.

**Reglas:** Gana el equipo que termine primero.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 13** Pasar por el puente.

**Habilidad motriz básica que se estimula:** Caminar

**Objetivo:** Ejercitar el equilibrio caminando sobre un banco.

**Materiales:** Banco de madera

**Organización:** Se formaran dos equipos en hileras divididos en dos, separados por una distancia de 2 metros detrás de una línea y al frente de ellos se coloca dos bancos a una altura de 25 cm. y de una distancia de 2 metros separados por un metro uno del otro.

**Desarrollo:** Los primeros niños de cada hilera deben caminar por encima de los bancos y al llegar al extremo regresan repitiendo la actividad, al llegar le dan la mano al próximo niño y este debe realizar lo mismo.

**Regla:** Gana el equipo que termine primero.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 14** Los conejitos y las zanahorias.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Saltar – Correr.

**Objetivo:** Saltar y correr según corresponda.

**Materiales:** Un bolo.

**Organización:** Se formara dos equipos en filas separadas por una línea que estará a una distancia de 5 metros de cada equipo donde se encuentra una zanahoria (bolo) a una distancia de 5 metros.

**Desarrollo:** La educadora invitara a un conejito a comer zanahoria por tanto deben salir uno de cada equipo y llegar al bolo saltando, el primero que lo coja regresa corriendo para que el otro conejito no lo atrape.

**Reglas:** Gana el equipo que más zanahorias se lleve y que menos lo atrapen

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 15** Derriba los bolos.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Correr – Lanzar.

**Objetivo:** Correr y lanzar con precisión.

**Materiales:** Pelotas y bolos.

**Organización:** Se formaran dos equipos en hileras divididos en dos separados por una distancia de 2 metros detrás de una línea y al frente de ellos se colocan dos círculos con una pelota a una distancia de 5 metros de la meta el cual tendrá una pelota dentro y a una distancia de 2 metros se colocan tres bolos.

**Desarrollo:** Los primeros niños de cada hilera deben salir corriendo a la voz de la educadora y al llegar al círculo agarran la pelota y se la lanzan a los bolos para derribarlos.

**Reglas:** Gana el primer equipo que más bolos derribe.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

### **Actividades de Juegos de roles.**

**Actividad No 1** Imitar al policía de tránsito.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Caminar – Correr.

**Objetivo:** Caminar y correr en distintas direcciones.

**Materiales:** Marcadores.

**Organización:** Los niños estarán formados en cuatro hileras simulando la intersección de unas cuatro esquinas y un niño se coloca en el centro de las cuatro hileras.

**Desarrollo:** A la señal del niño que hace de policía de tránsito se moverán los demás de acuerdo a la dirección que indique.

**Reglas:** Realizar las señales indicadas.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

**Actividad No 2** El cazador y los pajaritos.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Correr – ascender.

**Objetivo:** Correr, ascender y descender a la voz de profesor.

**Materiales:** Objetos de una altura no mayor de 50 cm.

**Organización:** Se coloca disperso por el terreno, bancos, cajón sueco, etc., que representarán los árboles. Los niños harán de "pajarito" y estarán parados sobre estos. Se seleccionará un niño que será el "cazador".

**Desarrollo:** A la voz de la ejecutora "el cazador se ha marchado", los niños saltarán y comenzarán a buscar que comer, y cuando se diga "ya ha regresado" los niños se subirán a los árboles.

**Reglas:** El que sea tocado pasa a ser el cazador.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

**Actividad No 3** El equilibrista.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Caminar.

**Objetivo:** Ejercitar el equilibrio caminando sobre una cuerda.

**Materiales:** Cuerda fina.

**Organización:** Se formaran dos equipos en hileras divididos en dos separados por una distancia de 2 metros detrás de una línea y al frente de ellos se coloca una cuerda de una distancia de 5 metros :

**Desarrollo:** Los primeros niños de cada hilera deben caminar por encima de la cuerda y al llegar al extremo regresan repitiendo la actividad, al llegar le dan la mano al próximo niño y este debe realizar lo mismo.

**Reglas:** Gana el equipo que termine primero.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 4** Tiro al blanco.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Correr - lanzar.

**Objetivo:** Correr Y lanzar con precisión.

**Materiales:** Pelotas y láminas con un círculo en el medio.

**Organización:** Se formaran dos equipos en hileras divididos en dos , separados por una distancia de 2 metros, detrás de una línea y al frente de ellos se colocan dos láminas con un círculos dibujado en el medio ( blanco ) a una distancia de 8 metros al cual debe darle los niños con una pelota.

**Desarrollo:** Los primeros niños de cada hilera tendrán una pelota en las manos y deben salir corriendo a la voz de la educadora y al llegar al extremo del terreno se la lanzará a la lámina y tratará de darle en el blanco.

**Reglas:** Gana el equipo que más puntos acumule.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

**Actividad No 5** Corre salta por el bosque.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Correr – Saltar.

**Objetivo:** Corre y salta de forma coordinada sobre vallas.

**Materiales:** Vallas de 25 cm. de altura.

**Organización:** Se formaran dos equipos en hileras divididos en dos, separados por una distancia de 2 metros detrás de una línea y al frente de ellos se coloca una serie de vallas hasta una distancia de 10 metros .

**Desarrollo:** Los primeros niños de cada hilera deben saltar las vallas hasta llegar al final y deben regresar corriendo por fuera.

**Reglas:** Gana el equipo que termine primero.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 6** El cartero.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Caminar.

**Objetivo:** Caminar por la senda trazada en diferentes direcciones.

**Materiales:** Cuatro sobres de cartas de dos colores (como testigo) marcador o tizas.

**Organización:** En ondas niñas y ejecutoras.

**Desarrollo:** Los niños llevarán y traerán las cartas lo más rápido posible por la senda trazada, hasta las ejecutoras ubicadas en diferentes lugares a la distancia de 15 metros entregando las cartas a los relevos.

**Reglas:** Salirse de la senda, no se puede correr, gana el que termine primero.

**Variantes:** Puede ser individual, puede efectuarse en parejas, por equipos, no competitivo y competitivo.

**Tiempo:** de 7 a 10 minutos.

**Actividad No 7** Simulando al atleta.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Correr.

**Objetivo:** Correr en diferentes direcciones.

**Materiales:** Láminas con imágenes de atletas corriendo.

**Organización:** Los niños en filas con la ejecutora al frente a la distancia de 15 metros.

**Desarrollo:** Este juego será realizado por niños desde su posición inicial con la pierna más fuerte retrasada anticipándose al movimiento, a partir de que la ejecutora se le presente la lámina con la ilustración realizando la carrera correctamente.

**Reglas:** Imitar el movimiento de la carrera correctamente, gana el que primero llegue

**Variantes:** Puede ser individual, puede efectuarse en parejas, por equipos, no competitivo y competitivo.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

**Actividades de expresión corporal.**

**Actividad No 1** Un paseo por el campo.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Caminar, saltar, correr y reptar.

**Objetivo:** Caminar, saltar, correr y reptar.

**Materiales:** Marcadores.

**Organización:** Dispersos en un área sin limitación.

**Desarrollo:** La ejecutora va narrando las cosas que se pueden hacer durante todo la travesía por el campo y el niño imita cada acción.

**Reglas:** Imitar las acciones indicadas.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

**Actividad No 2** Imitación de animales.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Caminar, saltar, correr y reptar.

**Objetivo:** Caminar, correr, reptar y saltar.

**Materiales:** Láminas, juguetes.

**Organización:** Dispersos en el área.

**Desarrollo:** A la voz de la ejecutora los niños tratarán de imitar los animales que ella va diciendo.

**Reglas:** Siempre se imita al animal indicado.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

**Actividad No 3** La señorita.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Saltar, correr

**Objetivo:** Saltar, correr

**Materiales:** Ningunos

**Organización:** En dos hileras de frente uno a los otros.

**Desarrollo:** Mientras los niños de las dos hileras cantan, una de las niñas comienza a correr – saltar, y al ritmo del canto se selecciona otro niño que sustituye la que comenzó hasta que todos lo realicen.

**Reglas:** Todos deben pasar por el salto.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

#### **Actividad No 4** Desde Córdoba a Sevilla

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Saltar, Caminar

**Objetivo:** Saltar, Caminar.

**Materiales:** Marcadores.

**Organización:** En círculos.

**Desarrollo:** Se juega alrededor de un círculo marcado en el terreno, todos los niños cantan y bailan y a la voz de la ejecutora los niños cambian a la dirección contraria del círculo o saltan según lo indique la ejecutora.

**Reglas:** Pierde el que se equivoque.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

#### **Actividad No 5** El retrato de Martí.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Saltar, Caminar

**Objetivo:** Saltar, Caminar.

**Materiales:** Marcadores.

**Organización:** En círculos.

**Desarrollo:** Se juega alrededor de un círculo marcado en el terreno van cantando el nombre del juego El retrato de Martí, el que se mueva se queda así y se quedan inmóviles, ofreciendo una expresión corporal dirigida por la ejecutora.

**Reglas:** Pierde el que se mueva o no refleje la expresión indicada.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

#### **Actividad No 6** La Batea.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Saltar, Caminar.

**Objetivo:** Saltar, Caminar.

**Materiales:** Marcadores.

**Organización:** En círculos.

**Desarrollo:** Se juega alrededor de un círculo marcado en el terreno, cada participante recibe un número, al inicio el uno está en el centro y a medida que cantan. Que salga el uno bailando la batea, que ese si la baila y cómo se menea. Seguidamente se vuelve a cantar y sale el próximo número.

**Reglas:** Todos participan en el baile.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

**Actividad No 7** Identifica el animal.

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Correr.

**Objetivo:** Correr.

**Materiales:** Marcadores

**Organización:** Dispersos en el área.

**Desarrollo:** Dispersos en el área los niños se enfrentan a otro para simular mediante mímicas diferentes animales y si este descubre al que se refiere sale corriendo a atraparlos.

**Reglas:** Se queda el que fue atrapado.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

**Actividad No 8** El conejo

**Habilidad motriz básica que se estimula.** Caminar, Saltar.

**Objetivo:** Caminar, Saltar.

**Materiales:** Marcadores.

**Organización:** Círculo.

**Desarrollo:** Los niños forman una rueda y mientras cantan y bailan la ejecutora menciona las palabras claves. Al frente, atrás, abajo, salto y los niños ejecutan la acción según lo indique.

**Reglas:** Pierde el que se equivoca.

**Tiempo:** De 7 a 10 minutos.

### **3.7 Orientaciones organizativas.**

Las actividades físicas deben situarse en una perspectiva más amplia que permita concretar los objetivos a desarrollar, no olvidando ninguno de los ámbitos cognitivo, físico, afectivo, de relación interpersonal y de actuación e inserción social.

Para la elaboración de nuestra propuesta de actividades físicas nos basamos en varios aspectos que nunca se deben olvidar para que de una forma u otra surtan efecto. Es decir, para que cumplan los objetivos propuestos de nuestra investigación. Estos aspectos los relacionamos a continuación.

- El grado de desarrollo de los niños (edad, sexo, etc.)
- La hora.
- Las instalaciones (llanas, alumbradas, sin ningún tipo de peligro. etc.)
- Los medios.
- La dosificación de las actividades.
- El contenido de las actividades.
- Pasos metodológicos para la realización de las mismas.

**El grado de desarrollo de los niños.** Con el niño uno solo puede llevar a cabo aquellas actividades físicas cuyas reglas le son fáciles de entender y cuyos requerimientos, en cuanto a la agilidad y a la capacidad, no rebasen el grado de desarrollo.

Aquí no se puede olvidar el sexo de los participantes aunque en estas edades se debe trabajar de forma conjunta las dos edades para que el niño empiece a diferenciar las posibilidades de uno y de otro.

**La hora.** Aspecto muy importante ya que al realizar las actividades físicas, sobre todo en niños debe ser en horarios fresco, de poco sol o calor , para prevenir las fatigas y otros tipos de alteraciones que pudieran presentar.

**Las instalaciones.** Para la selección de las actividades físicas, desempeña un papel importante el lugar donde se llevarán a cabo, se utilizan sobre todo lugares al aire libre, sea cual sea la época del año. Solo en condiciones adversas se recurre a lugares bajo techo. Estos lugares si deben ser llanos y sin ningún tipo de peligro.

**Los medios** Los medios deben ser diversos y se recomienda que sean confeccionado con colores fuertes, sobre todo los básicos, además deben ser diversos para aumentar la motivación de los niños.

### **La dosificación de las actividades seleccionadas.**

La dosificación es un aspecto esencial ya que para ello podemos utilizar varias formas para no agotar al niño.

- Aumentar o disminuir el tiempo de las actividades.
- Aumentar o disminuir las dimensiones del terreno.
- Simplificar las exigencias de las actividades.
- Incluir pausas de descanso.
- Incluir las parejas en la ejecución.
- Aumentar o disminuir el número de participantes.

### **El contenido.**

El contenido motor de las actividades físicas es importante y determinante según el tipo de actividad seleccionada, su contenido debe ser basado en elementos aprendidos con anterioridad para que no se limite la fluidez, la correcta ejecución y el desarrollo de la actividad en sentido general.

### **Pasos metodológicos para la realización de los mismos.**

Para la enseñanza de las actividades físicas se tendrá presente los aspectos incluidos en la Iniciación, Enseñanza y Aplicación. El contenido de uno depende del otro y según el tipo de actividad física y las características de estas, se podrán unir varios aspectos ya que de una forma u otra existe una estrecha relación entre cada uno de ellos.

Todos las actividades físicas estarán muy bien planificados, tomando en cuenta la edad de los niños, la capacidad intelectual que poseen, los intereses y expectativas que esperan en la vida, así como su procedencia social, que interactúen unos con otros, para que se complementen.

## **3.8 Control y Evaluación**

El proceso de control y evaluación se desarrolla en dos formas:

**El control sistemático:** en todas las actividades la ejecutora registrará el progreso de los niños en las diferentes habilidades motrices básicas que se estimulan.

**La evaluación:**

Para el proceso de evaluación se desarrollan 18 rondas de observaciones antes de aplicar el plan de actividades y 18 de las últimas actividades integradoras las cuales son comparadas para poder inferir cómo han variado los indicadores observados.

**Comparación entre la primera y segunda observación.**

Al aplicar la segunda observación en las actividades integradoras y compararla con la inicial se puede demostrar que las manifestaciones de las actividades físicas en un primer momento presentaba insuficiencias en el tratamiento del área motriz ya que en las 18 observaciones solo los Juegos de roles y juegos tradicionales alcanzaban el 50% y el resto no llegaban a la cifra antes señalada, después de aplicar la propuesta de actividades físicas estas manifestaciones se revirtieron, alcanzando en todas éstas más del 50 % en su aplicación. Muy similar sucedió con las habilidades motrices básicas de correr, saltar, lanzar, atrapar y trepar, así como las combinaciones de los movimientos que en un primer momento la cantidad de acciones dirigidas a éstas, que se le da salida por las diferentes manifestaciones físicas, no rebasaban el 50%. Después de aplicar la propuesta de actividades físicas todas las habilidades motrices básicas se estimulan no solo en su cantidad sino también en su variabilidad por lo que nos permitió constatar la influencia positiva de dichas actividades al experimentar una diferencia significativa en su manifestación por tipos de actividades y de las habilidades motrices básicas contenidas en cada una de ellas.

**Resultados de la observación final.**

Tabla # 10

TOTAL DE ACTIVIDADES	Manifestaciones Actividades físicas	CANT	%	Manifestaciones HMB	
				CANT	%
18	Juegos de roles	16	88.8	9 caminar 5- lanzar 4 transportar 5- atrapar	50 27.7 22.2 27.7
	Juegos pequeños	18	77.7	14 caminar 6 correr 5 lanzar 5 atrapar	77.7 33.3 27.7 27.7
	Expresión Corporal	11	50	3 imitación dramatización	16.6
	Actividades recreativas	9	50	14 caminar 6 correr 5 lanzar 5 atrapar	77.7 33.3 27.7 27.7
	Juegos tradicionales	18	100	15 caminar 5 saltar 6 correr 6 lanzar	83.3 27.7 33.3 33.3
	Excursiones	1	5.5	1 caminar	5.5

Al analizar los resultados finales del promedio de las manifestaciones de las actividades y la presencia de las habilidades motrices básicas en las actividades integradoras podemos referir que las primeras se comportaron a 4 actividades como promedio lo que representó 73 manifestaciones de actividades en las observadas y en las segundas 119 habilidades motrices básicas que representó 6,6 manifestaciones como promedio, existiendo un incremento positivo en comparación con la observación inicial.

**Resultados final del promedio de manifestaciones de las actividades y HMB en la observación final.**

Tabla # 10

Total de observaciones	Manifestaciones de actividades	Promedio	Manifestación de HMB	Promedio
18	73	4	119	6.6

En cuanto a los resultados obtenidos en la primera y segunda observación de las manifestaciones de las actividades y de la presencia de las HMB podemos plantear que existió un incremento en ambas, de 38 y 70 respectivamente lo que demuestra la efectividad del plan de actividades propuesto.

**Comparación del promedio de manifestaciones de las actividades y HMB entre la observación inicial y final**

Tabla # 11

Observaciones	Total de observaciones	Manifestaciones de actividades	Promedio	Manifestación de HMB	Promedio
Inicial	18	35	1,9	49	2.7
Final	18	73	4	119	6.6
Incremento en unidades		38	2.1	70	3.9

**Resultados de la prueba pedagógica final**

Luego de aplicada la propuesta del plan de actividades físicas para favorecer las habilidades motrices básicas para niños y niñas de cuatro y cinco años de edad implicados en el programa “educa a tu hijo” en la circunscripción #9 del Consejo

Popular Rafael Ferro de San Andrés del municipio La Palma Pinar del Río se corrobora que los índices en los test aplicado de las diferentes manifestaciones se evalúan de bien, ya que todas sobrepasan el 70% de la categoría de bien y las de incidencia negativa solo llegan a menos del 30 % resultados que marcan una diferencia significativa.

Al comparar las pruebas pedagógicas inicial y final se puede apreciar que existe diferencia significativa en las habilidades de caminar, correr, saltar y lanzar lo que nos permite apreciar el nivel positivo de efectividad del plan de actividades físicas para los niños y niñas de cuatro y cinco años de edad implicados en el programa “educa a tu hijo” en la circunscripción #9 del consejo popular Rafael Ferro de San Andrés del municipio La Palma Pinar del Río.

Tabla # 12

PRUEBA PEDAGOGICA	Bien		Mal	
	Cantidad	%	Cantidad	%
Caminar	13	92	1	7
Correr	11	78	3	21
Saltar	10	71	4	28
Lanzar	12	85	2	14
Alcanzar	10	71	4	28
totales	56	80	14	20

**Comparación de la observación inicial y final a través de la dócima de proporciones.**

El análisis entre la observación inicial y final a través de la dócima de proporciones nos arrojó los siguientes resultados. Los % iniciales y finales en las diferentes dimensiones demuestran diferencias significativas ya que las actividades de juegos de roles, juegos pequeños, expresión corporal y juegos tradicionales en un primer momento no rebasaban el 50% y después de aplicada las actividades en esta dimensión aumentó al 88.8% lo que según muestra la tabla se enmarca en altamente significativo. En el caso de las actividades recreativas se comportó en muy significativo por lo que se deduce la

influencia positiva de dichas actividades al experimentar una diferencia significativa en su manifestación por tipos de actividades y de las habilidades motrices básicas contenidas en cada una de ellas.

**Décima de proporciones de la observación.**

Tabla # 13. Manifestaciones de actividades físicas.

% inicial	% final	Valor de p	Altamente significativo	muy significativo	significativo	no significativo
Juegos de roles						
50	88.8	0.01	X			
Juegos pequeños						
42,8	77.7	0.01	X			
Expresión corporal						
16.6	50	0.00	X			
Actividades recreativas						
33.3	50	0.02		X		
Juegos tradicionales						
50	100	0.00	X			
Excursiones						
11.5	5.5	0.13				X

### Comparación de la prueba pedagógica inicial y final

PRUEBA PEDAGOGICA	INICIAL				FINAL			
	BIEM		MAL		BIEN		MAL	
	Cant.	%	Cant.	%	Cant.	%	Cant.	%
CAMINAR	8	57	6	42	13	92	1	7
CORRER	6	42	8	57	11	78	3	21
SALTAR	5	35	9	64	10	71	4	28
LANZAR	5	35	9	64	12	85	2	14
ALCANZAR	4	28	10	71	10	71	4	28
TOTALES	28	40	42	60	13	92	14	20

### Comparación de la prueba pedagógica inicial y final a través de la dócima de proporciones.

Los resultados de la dócima muestran que existen diferencias en todas las HMB y en sentido general diferencias altamente significativas, la diferencia entre el total de las evaluaciones de bien en el momento inicial es del 40 % y final el 92 % lo que demuestra la efectividad del programa que se propone.

% Inicial	% final	Valor de p	Altamente significativo	muy significativo	significativo	no significativo
40	92	0,001	X			

## **Conclusiones.**

1-Las investigaciones realizadas en las diferentes literaturas consultadas y el de otras fuentes de información, nos permitió conocer los fundamentos teóricos y metodológicos de la confección de un plan de actividades físicas para favorecer las habilidades motrices básicas en el Programa Educa tu hijo,

**2-**En el diagnóstico inicial se constató que las manifestaciones de actividades físicas se encontraban por debajo del 50%, la habilidad de caminar sobrepasa el 60 % en la estimulación de las habilidades motrices básicas y las demás están por debajo del 50%, así como que las ejecutaras están de acuerdo en la necesidad de un plan de actividades físicas para el desarrollo motriz de los niños.

3-El plan de actividades físicas quedó integrado por tres dimensiones juegos pequeños, juegos de roles y actividades de expresión corporal.

4-La Comparación de la observación inicial y la final de Manifestaciones de las actividades físicas de los niños de 4-5 años atendidos en el programa “Educa a Tu Hijo” en la circunscripción # 9 del Consejo Popular Rafael Ferro del municipio La Palma de Pinar del Río nos permitió constatar la influencia positiva de dichas actividades al experimentar una diferencia significativa en su manifestación por tipos de actividades y de las habilidades motrices básicas contenidas en cada una de ellas.

**Recomendaciones.**

1. Continuar las investigaciones acerca del desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de edad preescolar por la importancia que reviste este aspecto para su vida futura.

## Bibliografía

1. Absialimov Gairnt. Colectivo de Autores. Fundamentos Generales de la Teoría y Metodología de la Educación Física. Capítulos I al V. La Habana, 1977
2. Arias G (2002) Diagnóstico y evaluación en el desarrollo, desde el enfoque histórico cultural. La Habana Editorial Pueblo y Educación. P.6
3. Bayer, C. La enseñanza de los Juegos deportivos colectivos. Editorial Hispano Europea. Barcelona, 1986.
4. Bequer Díaz Gladys y C. González. Complejo de ejercicios de Gimnasia con el niño. Imprenta del INDER. C. Habana. 1991
5. Blández, J. La investigación acción. Un reto para el profesorado. Barcelona: Ed. INDE, 1996.
6. Blázquez, D. Evaluar en Educación Física. Galicia: Ed. INDE, 1992.
7. Blázquez, Domingo. Metodología y Didáctica de la Actividad Física Escolar. Galicia, 1998.
8. Blázquez, Domingo y otros. La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: Edit. INDE, 1995.
9. Calderón, C... Bases Científico Metodológicas de los aspectos principales del proceso de Educación Física. ACCAFIDE. España. 1994.
10. CAGIGAL, J. M. (1971). "Ocio y deporte en nuestro tiempo". Citius, Altius, Fortius.- Tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
11. CAMERINO FOGUET, O. Y CARTAÑER BALCELLS, M. (1991). 1001 Ejercicios y juegos de recreación. Editorial Paidotribo, Barcelona.
12. Castañer, M y Camerino, O. La Educación Física en la enseñanza primaria. Barcelona. Editorial INDE. 1993.

13. Cechini, J. A. Personalización de la Educación Física. Madrid. Editorial Rialp. 1996.
14. Colectivo de autores. Colección Educa a tu Hijo. Editorial Pueblo y Educación C. Habana 1993.
15. Colectivo de autores. MINED. CEPED, UNICEF (2003). Educa a tu Hijo” . La experiencia cubana en la atención desarrollo infantil en edades tempranas Monografía Cuba p. 11
16. Colectivo de autores. Programa educativo del 1ero al 6to año de vida de los Círculos Infantiles. Editorial Pueblo y Educación. C. Habana .1996
17. Colectivo de Autores. Tendencias pedagógicas contemporáneas. CEPES, Universidad de La Habana. Editorial El Poirá. Colombia, 1995.
18. Colectivo de Autores. Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física. INDE Barcelona, 1992.
19. Colectivo de Autores. Programa de Educación Física, Primer Ciclo. Editorial Deportes. La Habana. 2001.
20. Cratty, B.J. Desarrollo perceptual y motor en niños. Editorial Paidós. Barcelona, 1982.
21. Delors, J. La Educación encierra un tesoro: Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre educación para el siglo XXI. Editorial Santillana, Madrid, 1996.
22. Devis. J. y Peiro Velert, C. Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: La Salud y los juegos modificados. Barcelona: Editorial INDE., 1992.
23. Devis. J. Renovación pedagógica en la Educación Física. Madrid: Editorial Rialp, 1990
24. Devis. J.. Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física. INDE.

25. Díaz Arturo . Colectivo de autores. Desarrollo curricular para la formación de maestros especialistas en Educación Física. Editorial Gymnos. Madrid, España, 1993
26. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Ed. Estela Barcelona. (1975). sociología empírica del ocio. Ed. nacional. Madrid.
27. Dumazedier, J. (1971). Realidades del ocio e ideologías. En J.Dumazedier y otros, Ocio y sociedad de clases. Barcelona: Fontanella.
28. Famose, J.P. Aprendizaje Motor y dificultad de la tarea. Barcelona: Editorial Paidotribo. 1992.
29. Fernández, A y Navarro, V. Diseño Curricular en Educación Física. Madrid: Editorial INDE, 1989.
30. Florence, J. Tareas significativas en Educación Física escolar. Barcelona: Ed. INDE. 1991
31. Garaigordobil, M. Juego y desarrollo infantil. Barcelona: Edit. Seco – Olea, Barcelona, 1990.
32. García Hoz, V. Personalización de la Educación Física. Madrid : Editorial.
33. Gayton Althur C . Tratado de Fisiología Médica I. Editora Revolucionaria 1984.
34. Gimeno Sacristán, José. Teoría de la Enseñanza y Desarrollo del Curriculum. Madrid: Editorial Anaya S.A, 1985.
35. González, A.M. El Enfoque centrado en la persona. Aplicaciones a la Educación. México: Editorial Trillas. 1991.
36. González, V. El Aprendizaje en una concepción humanista de la educación. Universidad de La Habana, CEPES. La Habana, 1997.
37. González R. Catalina. La Educación Física preescolar. Editorial INDER. Barcelona. 2001.

38. Hernández, F. J. Torpeza Motriz: Un Modelo para la Adaptación Curricular. Editorial Universitaria. Barcelona, 1995.
39. Knapp, B. La habilidad en el deporte. Ed. Miñon, Valladolid, México, 1972.
40. Le Boulch, J. El deporte educativo. Psicocinética y Aprendizaje Motor. Barcelona: Editorial Pairo, 1991.
41. León Oquendo Marcial Bioquímica " Bases para la actividad Física " Editorial Deporte. Ciudad Habana, 2004.
42. López, A y Vega, C. La clase de Educación Física actualidad y perspectiva. México: Ed. Ediland. 1996.
43. López Rodríguez, Alejandro. Tendencias Pedagógicas Contemporáneas, Pedagogía, Tradicionales, (V.S) Pedagogía Activa. (Conferencia) ISCF. La Habana. 1997.
44. \_\_\_\_\_. El Aprendizaje en una Concepción Humanista de la Educación. (Conferencia). ISCF. La Habana. 1997.
45. \_\_\_\_\_. La Necesidad de un Modelo Didáctico Integrador. (Conferencia). ISCF. La Habana. 1997.
46. Martínez del Castillo, J. (1986). "Actividades físicas y recreación; nuevas necesidades, nuevas políticas" En: Apuntes de Educación Física. 4: 9-17 Barcelona. INEFC.
47. Marx, K. El Capital. Ed. Berlín 1953.
48. Mc Clenaghan y Galllaue. Movimientos fundamentales. Buenos Aires: Edit. Panamericana.
49. Meinel, Kurt. Didáctica del movimiento. Ed. Orbe, La Habana, 1977.

50. Nimmich(2005) Nuestro modelo de educación infantil. Disponible en [http. Librería pedagógica.com/infantil primaria](http://libreria pedagogica.com/infantil primaria) [https .](https://)
51. Pavlov, I.P. Las obras completas. Berlin, 1954.
52. Pestalozzi, S.H. Wie Gerirud ihre kindr Lehrt. 1901
53. Pico, L.; Vayer. Educación psicomotriz y retraso mental. Editorial Madrid, España, 19960.
54. Portela Falgueras R. Hacia una evaluación integral en el proceso docente-educativo. La Habana, Cuba 2001
55. Resolución Ministerial No. 292/90. Indicaciones específicas para la aplicación de la Resolución Ministerial 216/89 – 1990. Impresión gráfica MINED, La Habana.
56. Rigal, R. Motricidad Humana. Barcelona: Edit. Paidos, 1982
57. Roger, C. Libertad y Creatividad en la Educación. Barcelona, 1992.
58. Rubistein, S.L. Grundiger der allgemeiner Psychologico. Berlin, 1958
59. Ruiz, A. Metodología de la enseñanza de la Educación Física. Tomo I y II. Ed. Pueblo y Educación, La Habana.
60. Ruiz Pérez, L.M. Deporte y Aprendizaje. Proceso de Adquisición y desarrollo de habilidades. Madrid: Editorial Visor.. 1994.
61. \_\_\_\_\_. Competencia Motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en educación física escolar: Ed. Madrid: Editorial Gimnos. 1995
62. Sánchez Bañuelo, F. Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. Madrid. Editorial Gimnos, 1986.
63. Selección de Lecturas sobre Sociología y Trabajo Social . Colectivo de autores.

64. Singer, R. El Aprendizaje de las Acciones Motrices en el Deporte. Madrid: Editorial Hispano Europea. 1986.
65. Parlebas, P. Elementos de Sociología del Deporte. Málaga, España: Editorial Unixport. 1988.
66. Pieron, M. Didáctica de la Educación Física y Deportivas. Madrid: Edit. Gymnos. 1988.
67. Valdés Casal, Dr.H. y otros. Introducción a la investigación científica aplicada a la educación física y el deporte. Editorial Pueblo y Educación, 1987.
68. Vayer, P. El niño frente al mundo. Ed. Científico Médica. Madrid, España, 1977
69. Vázquez Gómez, B. La Educación Física en la educación básica. Ed. Grymmor, España, 1969.

## **Anexos**

### **Anexo No1**

#### **Encuesta a las ejecutoras.**

**Objetivo:** Constatar la forma en que se manifiestan las actividades físicas y el de las habilidades motrices básicas en las actividades integradoras del programa educa a tu hijo.

La información que puedes brindarnos al dar respuesta a las siguientes preguntas, resulta de gran valor para contribuir a la orientación que se les brinda para atender a sus hijos, por eso es de vital importancia que respondas con total sinceridad.

Encuesta #: \_\_\_\_\_

Experiencia como ejecutora: \_\_\_\_\_

Ocupación: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

1. ¿Con que frecuencia asistes con el niño a las actividades del programa educa a tu hijo?

Siempre      a veces      poco      nunca

2. ¿Consideras que la presencia de actividades físicas en las actividades integradoras del programa están presente?

Siempre      a veces      poco      nunca

3. ¿De las siguientes HMB como consideras que se estimulan en las actividades integradoras?

a- caminar	Siempre	a veces	poco	nunca
b- correr	Siempre	a veces	poco	nunca
c- saltar	Siempre	a veces	poco	nunca
d- lanzar	Siempre	a veces	poco	nunca
e- trepar	Siempre	a veces	poco	nunca
f- atrapar	Siempre	a veces	poco	nunca
g- reptar	Siempre	a veces	poco	nunca
h- escalar	Siempre	a veces	poco	nunca
i- rodar	Siempre	a veces	poco	nunca
j- empujar	Siempre	a veces	poco	nunca
k- transportar	Siempre	a veces	poco	nunca
L- golpear	Siempre	a veces	poco	nunca
m- comb. De mov.	Siempre	a veces	poco	nunca

4. ¿Marque con una cruz las actividades físicas que le gustaría incluir en las actividades integradoras del programa educa a tu hijo?

----- Juegos pequeños

----- Actividades de expresión corporal

----- Juegos de roles

----- Caminatas

----- Juegos predeportivos

----- Juegos tradicionales

----- Ejercicios físicos

----- Actividades recreativas

----- Competencias

5. ¿consideras necesario un plan de actividades para estimular las HMB en los niños atendidos por el programa educa tu hijo?

Si      no

## **Anexo No 2.**

### **Protocolo de la observación**

Observación a la actividad integradora del programa “Educa Tu Hijo”

Objetivo: Constatar la presencia en la actividad integradora de actividades físicas que estimulen las habilidades motrices básicas de los niños atendidos por el programa Educa Tu Hijo de las edades de 4 a 5 años de la Circunscripción No 9 del Concejo Popular Rafael Ferro del Municipio La Palma.

Aspectos a observar (total de actividades observadas 18)

1-Manifestación de las actividades físicas en la actividad integradora.

1-a-Tipos de actividades físicas en la actividad integradora.

1-b- Presencia de las habilidades físicas en los diferentes tipos de actividades

Juegos de Roles-----	HMB
Juegos pequeños-----	HMB
Expresión corporal -----	HMB
Actividades recreativas---	HMB
Juegos tradicionales -----	HMB
Excursiones -----	HMB

**Anexo No 3.**

**Protocolo de las pruebas tomadas del autor Ozerétski---Guilmain para la evaluación de las HMB.**

**Metodología para la aplicación de las pruebas.**

El criterio para la **evaluación** será en las categorías de bien o mal a partir de que exista o no fallos en la realización.

**Nombre** o denominación: Prueba 3.8 de Ozerétski--- Guilmain.

**Objetivo:** Coordinación dinámica general (**caminar**)

**Material e instalaciones:** Espacio superior a dos metros.

**Desarrollo:** Recorrer dos metros en línea recta poniendo alternativamente el talón de un pie tras la punta del otro.

**Fallos:** separarse de la línea recta, balanceo, mala ejecución.

**Nombre o denominación:** Prueba 3.8 de Ozerétski--Guilmain.

**Objetivo:** Coordinación dinámica general. (**SALTO**)

**Material e instalaciones:** Espacio abierto y elástico

**Desarrollo:** Salto sin impulso, por encima de un elástico colocado a 30 cm. del suelo (rodillas flexionadas).

**Fallos:** tocar el elástico, caída (a pesar de pasar bien por encima del elástico), tocar el suelo con las manos. Tres intentos, dos saltos de tres deben ser bueno

**Nombre o denominación.** Sentido kinestésico:

**Objetivo:** Lanzamiento de precisión (**lanzar**)

**Material e instalaciones:** Cesto de papeles 20 cm cuadrados, tisa o marcador, bolsita de arena 200 gramos

**Desarrollo:** Colocar una papelera en el piso. Marcar un cuadrado de 60 cm. Separados a la distancia de 2 metros de la papelera que debe estar lejos de toda pared. El testeado, parado dentro del cuadrado de 60 cm. Con una bolsita de arena en su mano arroja la bolsita tratando de acertar dentro de la papelera, sin sacar los pies del cuadrado. Hay 2 lanzamientos de prueba y dos intentos par la evaluación.

**Fallos:** Salir del cuadrado, golpea la papelera sin acertar dentro.

**Nombre o denominación:** Carrera de obstáculos.

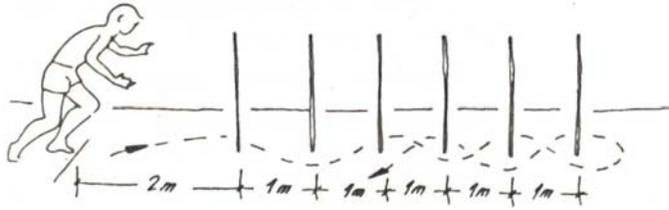
**Objetivo:** Rapidez de traslación. (**Correr**)

**Material e instalaciones:** 7 soportes, bastones. I

**Desarrollo:** Detrás de la línea de partida, preparado para correr en posición de salida de pie. Voces de mando: "listos" y "ya". El lugar de la salida es a la derecha de la valla. A la voz de "ya", correr a toda velocidad en la dirección que se indica en el diagrama. El cronómetro se pone en marcha a la voz de "ya» y se detiene cuando el candidato toca con ambos pies juntos, después de saltar la última valla. Es nulo todo intento en el que el candidato derribe uno de los palos. Se permiten dos intentos, con descanso

intermedio. Se anota el mejor de los dos tiempos consecutivos de tres intentos. De los cuales se calcula la media. La distancia a recorrer es de 2 m. y debe ir descalzo.

**Fallos:** Tumban los soportes.



**Nombre o denominación:** Alcanza la pelota.

**Objetivo:** Coordinación dinámica general. **(Alcanzar)**

**Material e instalaciones:** Espacio al aire libre, pelota de 25 CM de diámetro marcador o tiza.

**Desarrollo:** El testeado se colocara a la distancia de 6 metros del lugar donde se ejecutara el lanzamiento por el testador este procurara hacerlo lo mas preciso posible, el testeado alcanzara la pelota con ambas manos con limpieza y sin apoyo de otras partes del cuerpo.

**Fallos:** Apoyar el movimiento de alcanzar con cualquier otra parte que no sean las manos.