



Universidad de Cienfuegos
“Carlos Rafael Rodríguez”
Facultad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte

**Juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños
de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico**

**Trabajo de diploma para optar por el título de
Licenciado en Cultura Física**

Autora: Dainellis Lara Gregorio

Tutora: MSc Arays Hernández Garay

Cienfuegos 2014



Declaración de autoridad.

Hago constar que la presente investigación fue realizada en la Universidad de Cienfuegos “Carlos Rafael Rodríguez”, como parte de la culminación de estudios en la Licenciatura de la especialidad _____. Autorizando que la misma sea utilizada por la Institución para los fines que estime conveniente, tanto de forma parcial como total y que además no podrá ser presentada en evento ni publicada sin la aprobación de la Universidad.

Firma del autor.

Firma del tutor.

Firma del Cotutor.

Los abajo firmantes certificamos que la presente investigación ha sido revisada según acuerdos de la dirección de nuestro centro y el mismo cumple los requisitos que debe tener un trabajo de esta envergadura, referido a la temática señalada.

Información Científico Técnica.
Nombre y Apellidos.

Computación.
Nombre y Apellidos.

Resumen en español

El presente trabajo aborda un tema de vital importancia, presenta un complejo de juegos con el objetivo de desarrollar las habilidades motrices deportivas en los niños de 7 – 8 años de la Escuela “Guerrillero Heroico” al impartirse en el primer ciclo de la enseñanza primaria. Desde esta perspectiva se presenta un complejo de juegos que ayudará al profesor a la hora de planificar las clases de Educación Física. Como parte de la investigación el complejo de juegos se implementó con 35 niños de 7 – 8 años de la Escuela “Guerrillero Heroico”, de la provincia de Cienfuegos, de ellos 16 del sexo femenino y 19 del sexo masculino, de una población de 59 niños. Se emplearon para la realización de este trabajo métodos del nivel teórico (Analítico – sintético, Histórico-Lógico y Inductivo-Deductivo), empírico (medición) y matemático para la obtención, procesamiento y análisis de los resultados. Sus resultados se avalan a partir de los cambios en el desarrollo de las habilidades motrices básicas teniendo como resultados positivos la adquisición de los conocimientos adquiridos en los lanzamientos, carreras y saltos.

Resumen en ingles

The present work, discuss a vitally important theme, he presents a complex of games for the sake of improving the driving sports abilities in the children of 7 – 8 years of the School Guerrillero Heroico when being treated with in the first cycle of primary education. From this perspective he encounters a complex of games that he will help to the professor to the hour to plan the lessons of Physical Education. As the complex departs from kits of investigation it took effect with 35 children of 7 – 8 years of the School Guerrillero Heroico, of the province of Cienfuegos, their 16 of the female sex and 19 of 59 children's masculine, population sex. They used for the realization of this work methods of the theoretic level (Analytical – synthetic, Historic Logician and Inductive Deductive), empiricist (measurement) and mathematician for obtaining, processing and income analysis. They vouch for his results as from changes in the development of driving basic abilities having like positive results the acquisition of knowledge acquired in launchings, racing and leaps.

INDICE

I Introducción

Introducción_____	1
✓ Situación problemática_____	5
✓ Problema Científico_____	5
✓ Objeto de la Investigación_____	5
✓ Campo de acción_____	5
✓ Objetivo general_____	5
✓ Tareas investigativas_____	5
✓ Hipótesis_____	6
✓ Variables_____	6
✓ Operacionalización de las variables_____	6

Capítulo I Fundamentación Teórica.

Conceptos y características del juego_____	9
El juego y las habilidades motrices_____	18
Clasificación de las habilidades motrices básicas_____	21
Pasos Metodológicos para la elaboración de los Juegos_____	26
Características del desarrollo motor en la etapa de 6 – 9 años_____	27

Capítulo II- Diseño Metodológico

Metodología Utilizada_____	29
➤ Paradigma utilizado_____	29
➤ Tipo de estudio_____	29
➤ Tipo de diseño_____	29
Población, muestra, porcentaje y tipo de muestreo_____	30
Métodos del nivel teórico, empírico y matemático_____	30
Justificación de la Investigación_____	30

Capítulo III.- Resultados de la investigación.

Resultado del análisis documental_____	32
Resultado del diagnóstico o pretest_____	33
Complejo de juegos_____	42

Resultados del postest_____	50
Comparación de los resultados generales (pretest - postest)_____	56
Prueba de Wilconxon para el pretest y postest de los indicadores_____	57
Conclusiones _____	59
Recomendaciones _____	60
Bibliografía	
Anexos	

Introducción

Los juegos, son un fenómeno histórico en el desarrollo social y cultural de la humanidad. Su diversidad es inmensa. Ellos reflejan todas las esferas de la creación material y espiritual de las personas, trasciende los tiempos y los espacios, no conoce las fronteras, su idioma es internacional pues cuando se juega no hay barrera para su comprensión, a través del juego resulta más fácil comprender cualquier información.

El juego es una actividad espontánea y placentera, que contribuye a la educación integral del niño como elemento formador y desarrollador. Se caracteriza como un medio de educación pedagógico. Su complejidad está dada en la formación de los hábitos motores, desarrollo y perfeccionamiento de cualidades vitales importantes, tales como físicas, intelectuales, morales y volitivas, de ahí su importancia y el interés en que se apliquen como elemento esencial dentro de la clase, que a su vez es la forma fundamental de la Educación Física Escolar.

A través de diversos períodos históricos, muchos autores de diferentes países, observando el juego infantil han tratado de esclarecer el origen de esta interesante actividad, no obstante, aún existen algunos puntos de vista en análisis y discusión. Pero sí todos coinciden en plantear que en todas partes del mundo, donde han aparecido sociedades humanas, han existido los juegos.

Dentro de la Educación física los juegos ocupan un lugar preponderante por su gran valor en los procesos psicológicos, cognitivos (sensaciones, percepciones, pensamiento, lenguaje, memoria, atención, etc.), afectivos (emociones y sentimientos) y volitivos (valor, decisión, perseverancia, iniciativa, independencia, dominio, etc.). Desde el punto de vista biológico, los juegos de movimiento actúan sobre el cuerpo en su conjunto, ayudando al desarrollo en general del sujeto.

En la Educación Física el juego permite que la clase alcance una alta calidad, debido a que la misma es:

- Es el medio más eficaz e integrador para transmitir a todos los niños las habilidades, modelos de pensamiento, valores, conocimientos y comprensión necesarios para que practiquen actividades físicas y deporte a lo largo de su vida.
- Contribuye a un desarrollo integral y completo tanto físico como mental.
- Es la única asignatura escolar que tiene por objeto el cuerpo, la actividad, el desarrollo físico y la salud.
- Ayuda a los niños a familiarizarse con las actividades corporales y les permite desarrollar ante ellas el interés necesario para cuidar su salud, algo que es fundamental para llevar una vida sana en la edad adulta, al mismo tiempo que comprenden la importancia que la realización de ejercicio físico tiene como prevención del desarrollo de algunas enfermedades.
- Ayuda a los niños a respetar su cuerpo y el de los demás;
- Contribuye a fortalecer en los niños la autoestima y el respeto por sí mismos;
- Desarrolla en los niños la conciencia social al prepararlos en situaciones de competición para enfrentarse a victorias y derrotas, así como para la colaboración y el espíritu de compañerismo;
- Proporciona habilidades y conocimientos que podrán utilizarse más adelante en la vida laboral dentro del campo de los deportes, las actividades físicas, de recuperación y tiempo libre que están cada vez más en auge.

La clase de Educación Física debe proyectarse como una forma entretenida y amena para que el estudiante desarrolle eficazmente sus habilidades motrices básicas, objetivo en el cual juega un papel primordial la creatividad del profesor para hacer de la actividad un momento esperado por el alumno.

W. Brettschneider, (1999) en la Cumbre Mundial sobre la Educación Física planteo "La Educación Física es el medio más apropiado para estar en forma y desarrollar las capacidades motrices. Además, permite a los niños y jóvenes tomar

responsabilidades y desarrollar el interés por la propia actividad corporal y una vida activa".

El juego es considerado dentro de las clases de Educación Física una fuente inagotable de placer, alegría y satisfacción, que permite un crecimiento armónico del cuerpo, la inteligencia, la afectividad, y la sociabilidad, el niño que juega es un niño sano, ya que mediante el juego se promueven las habilidades, destrezas motrices, como la resistencia, la flexibilidad, la fuerza, la coordinación y otras.

El juego o la actividad física, reconoce su practica como un factor protector para el bienestar físico, mental y social debido a que las perspectivas actuales de enfoques existencialistas, sociológicos y ecológicos reconocen que la practica de la actividad física trasciende más allá de lo biológico y debe ser entendida para satisfacer necesidades inherentes al ser humano en el reencuentro espiritual, en el reconocimiento con la corporeidad y en el disfrute del "placer" que genera el cuerpo en movimiento, así como una practica motivadora y socializadora de los sujetos, las redes sociales.

Los juegos en la educación física sirven para desarrollar y afianzar unas habilidades motrices básicas que irán dando paso a que se produzca la posibilidad de adquisición de otras más complejas. El origen del juego se establece como generador de modalidades deportivas.

Las habilidades motoras básicas son las actividades motoras, las habilidades generales, que asientan las bases de actividades motoras más avanzadas y específicas, como son las deportivas. Correr, saltar, lanzar, coger, dar patadas a un balón, escalar, saltar a la cuerda y correr a gran velocidad son ejemplos típicos de las consideradas actividades motoras generales, incluidas en la categoría de habilidades básicas.

En la actualidad las habilidades motrices básicas juegan un papel decisivo en la práctica deportiva, por lo que resulta de vital importancia fomentar el mejoramiento de las mismas, proceso en el cual el profesor desempeña un papel primordial al tener

que lograr con sus clases la motivación de los estudiantes para la ejercitación de las habilidades necesarias. Este mejoramiento es logrado mediante la utilización de juegos, al impartir las clases de Educación Física en la escuela.

Numerosos autores han realizado investigaciones sobre las habilidades motrices básicas. Entre ellos: Batalla, Flores Albert (2000); Castañer, Balcells Martha y Oleguer Camerino Foguet (2001); Díaz (2001); en las cuales se trata la temática de las habilidades motrices básicas en la Secundaria Básica. Fue el destacado filósofo marxista Plejanov quien estableció el carácter social del juego refutando las teorías burguesas de que los juegos se realizan por instintos biológicos. Sobre la importancia de la Educación Física y como parte de ella los juegos, para lograr una educación integral se pronunciaron otros hombres de la época como: Miguel de Montaigne, Ricardo Mulcaster, Tomás Moro, Tomaso Campenella, Gutschmuths, el que escribió un libro con más de 100 juegos, Federico Froebel, Francois Ludwin Johos, Francisco Amoros, Pedro Enrique Linj, Tomás Arnold, Luis Marcy, etc.

El pedagogo Cubano el Doctor Alfredo. M. Aguayo, también le concedió gran importancia e interés a la actividad lúdica, en tal sentido destacó que el juego constituye un motivo y factor de desarrollo en la Educación Integral del individuo que puede y debe utilizarse en todas las enseñanzas de la Escuela.

En la provincia de Cienfuegos han realizado investigaciones: Mencia Ramos (2006); Del Sol Morales y Moya Rodríguez (2007), los mismos abordaron la temática relacionada con las actividades lúdicas para el desarrollo de la creatividad de los niños en las clases de Educación Física.

Cruz Riverí, Ángel de la y A. Watson Mackenzie (2000) Serie de juegos para la Educación Física en las escuelas secundarias básicas urbanas, propone en su investigación juegos para desarrollar el deporte, que como bien expone sirven para desarrollar las habilidades motrices básicas y específicas.

Todas estas investigaciones han realizado valiosos aportes y han contribuido a resolver problemas relacionados con las habilidades motrices básicas, teniendo en cuenta que, durante el desarrollo de los turnos de Educación Física se ha apreciado que generalmente los alumnos no tienen interés por las actividades que se desarrollan en los mismos, la falta de creatividad por parte del profesor, que repiten las actividades en los diferentes turnos de clases y que las mismas no están en correspondencia con los gustos y preferencias de los alumnos, se planteó como **situación problémica**: Carencias de juegos para el desarrollo de las habilidades motrices básicas (salto, lanzamiento y carrera) en niños de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico.

Por lo antes expuesto y las revisiones bibliográficas desarrolladas respecto a dicho tema se trazó el siguiente **problema científico**: ¿Cómo contribuir a la mejora de las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico?

Declarando como **objeto de la investigación**: el proceso de los juegos y como **campo de acción** las habilidades motrices básicas

En correspondencia con lo anteriormente planteado, se formula como **objetivo general** del trabajo: Implementar un complejo de juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico.

Teniendo en cuenta todo lo anterior y para darle cumplimiento al objetivo de la investigación nos trazamos las siguientes **tareas investigativas**:

- ✓ Revisión los fundamentos teóricos que sustentan la investigación.
- ✓ Caracterización de las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico.
- ✓ Confección a partir de la revisión bibliográfica de un complejo de juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico.

- ✓ Aplicación de un complejo de juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico.
- ✓ Constatación la efectividad de un complejo de juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela “Guerrillero Heroico”

Dada esta posición se defiende como **hipótesis**: la aplicación de un complejo de juegos desarrollará las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico.

Definiéndose como **variable de la investigación**:

- ✓ Variable independiente: complejo de juegos
- ✓ Variable dependiente: habilidades motrices básicas

Las cuales se **operacionalizan** de la siguiente forma:

Carrera

Para la realizar la prueba se corre una distancia de 60 m. planos con arrancada alta. Este ejercicio se ejecuta de acuerdo con las reglamentaciones de la IAAF para las carreras de 100m, pero con arrancada alta. La señal de salida con un disparo, se hace necesario que se utilice un silbato, para que los observadores puedan registrar los errores técnicos cometidos en la realización de la actividad

Salto de longitud sin carrera de impulso:

El salto de longitud sin carrera de impulso se ejecutará en una superficie totalmente plana, preferiblemente en el césped. El inicio del ejercicio será delimitado por una línea de cal u otro material, situándose el aspirante detrás de esa línea. En la posición inicial los brazos estarán aproximadamente extendidos arriba. El aspirante realiza el movimiento pendular abajo - atrás de los brazos, mientras que simultáneamente flexiona las piernas y ejecuta la acción adelante - arriba de los brazos, empujando fuerte y simultáneamente con sus dos piernas, la superficie

donde se apoya. Se determina la distancia entre la línea de salida y la huella más cercana a ella, dejada al caer. Es común que esta huella sea dejada por los talones.

Lanzamiento

El lanzamiento de la pelota se realiza agarrando el implemento con el pulgar, el índice y el dedo del medio sosteniendo la pelota con el pulgar por la parte inferior y los otros dos por encima. En su posición inicial se parte desde la marca con preimpulso o con saltos de frente al área de lanzamiento con una carrera de impulso progresiva donde el brazo que lleva el implemento se coloca flexionado a la altura del rostro. En el momento de realizar los pasos cruzados se retrasa el implemento extendiendo el brazo hacia atrás y se realiza el lanzamiento en el tercer paso por encima del hombro y los últimos dos pasos serán para el frenaje o recuperación.

Tabla # 1: Posibles errores que pueden cometer en la realización de las habilidades motrices básicas.

TABLA DE POSIBLES ERRORES		
Carrera	Salto con carrera de impulso	Lanzamiento por encima del hombro
No corren en línea recta	No realizan la carrera de forma progresiva	Incorrecto agarre de la pelota
No corren en la parte delantera de los pies. (metatarso)	No despegan con una pierna sobre la tabla	No realizan el lanzamiento por encima del hombro al lanzar la pelota
No corren con movimientos coordinados de brazos y piernas	No llevar las piernas unidas y flexionadas durante la primera parte del vuelo	No realizan el último paso contrario al brazo de lanzar
No pasan por la meta corriendo	No cae de forma amortiguada e impulsando el cuerpo hacia delante	No cae la pelota en el área delimitada (ángulo)
No llevan la vista al frente	Disminución de la velocidad al final de la carrera de impulso	—

Indicadores para evaluar las habilidades motrices básicas motivo de estudio en esta investigación.

Excelente - No comete error al realizar las habilidades

Muy Bien - Puede cometer un error al realizar las habilidades

Bien -Comete dos errores al realizar las habilidades

Insuficiente - Comete tres o más errores al realizar las habilidades

De forma General

Excelente: Si culminan dos pruebas evaluados de excelente y una de muy bien.

Muy Bien: Si culminan dos pruebas evaluadas de Muy bien y una de bien.

Bien: Si culminan dos pruebas evaluadas de bien y una de insuficiente.

Insuficiente: Si posee dos pruebas evaluadas de insuficiente y una evaluada de cualquier rubro de los mencionados anteriormente.

El trabajo de diploma se estructura por una Introducción y tres capítulos. El primer capítulo incluye los fundamentos teóricos y antecedentes históricos, sociológicos y pedagógicos que respaldan al juego y las habilidades motrices básicas. Un segundo capítulo tiene el propósito de mostrar la metodología, los posicionamientos teórico y metodológico para el trabajo y la definición de la población y muestra. El tercer capítulo se desarrolla con el objetivo de proponer un complejo de juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas y reflexionar en torno a los resultados obtenidos, además de las conclusiones, recomendaciones, bibliografía y cuerpo de anexos.

Desarrollo

2.1. RESUMEN BIBLIOGRÁFICO

Conceptos y características del juego

La palabra juego proviene del vocablo latino: Jocus: Que significa ligereza, frivolidad, pasatiempo y Ludus: Que es el acto de jugar, que significa broma o diversión. El diccionario de las Ciencias de la Educación lo define como: *“Actividad lúdica que comporta un fin en si misma, con la independencia de que en ocasiones se realice con un valor extrínseco”*.

La Real Academia Española lo define como: La acción de jugar, pasatiempo o diversión, su definición es algo no definida ya que es una actividad principalmente bajo su aspecto ocio.

Arteaga, J (2004) en su artículo recoge diferentes definiciones de juego, desde el punto de vista psicológico y fisiológico entre los que se encuentran

- ✓ Concepto fisiológico: Es la actividad que realizan los seres superiores sin un fin aparentemente utilitario, como medio para eliminar su exceso de energía. Sin embargo cuando un niño se encuentra enfermo, no pierde el interés por el juego y él mismo sigue jugando (H. Spencer).
- ✓ Guy Jacquir; 1854 desde el punto de vista psicológico define el juego como: *“la actividad espontánea y desinteresada que exige una regla libremente escogida que cumplir o un obstáculo deliberadamente puesto que vencer. El juego tiene como función esencial procurar al niño el placer moral del triunfo que al aumentar su personalidad, la sitúa ante sus propios ojos y ante los demás”*. Arnolf Russell define el juego dentro de lo psicológico como *“una actividad generadora de placer que no se realiza con una finalidad exterior a ella; sino por sí mismas”*. Arteaga, J (2004).

Trigo, E. (1997) define el juego como: *“actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptados”*. Trigo, E. (1997)

Para Huizinga (1972), *“el juego es una acción o actividad voluntaria, realizada dentro de unos límites fijos de espacio y tiempo, según una regla libremente consentida pero absolutamente imperiosa, provista de un fin en si misma, acompañada de una sensación de tensión y de júbilo, y de la conciencia de ser de otro modo que en la vida real”*. Huizinga, J. (1972)

Arteaga, Javier (2006): lo define como *“La actividad original y primera de la vida es siempre espontánea, lujosa, de intención superflua, es libre de expresión de una energía preexistente”*. el autor Garvey. C. (1981) en su artículo define el Juego como: *“Actividad espontánea y desinteresada, que exige una regla libremente escogida que cumplir o un obstáculo deliberadamente justo que vencer”*. Garvey. C. (1981)

Bandet. J. (1975) define el Juego como: *“Actividad en la que intervienen la destreza física, la estrategia y la suerte, o cualquier combinación de esos elementos y que igual como ocurre con el deporte, suelen desarrollarse en las mismas condiciones ambientales de ocio”*. Bandet. J. (1975)

Para profundizar en el estudio de los juegos vamos a definir cuales son sus características más significativas:

El autor Miranda, J. (1999), en su artículo caracteriza el juego como:

- ✓ **Placentero:** El juego debe producir placer a quién lo practica y no suponer en ningún caso motivo de frustración.
- ✓ **Natural y motivador:** El juego es una actividad motivadora y por consiguiente el niño la práctica de forma natural.
- ✓ **Voluntario:** Hay que entender el juego como una actividad libre, nunca obligada desde el exterior.

- ✓ **Mundo aparte:** La práctica del juego evade de la realidad, se sale del marco de lo cotidiano, introduciendo al niño o adulto en un mundo paralelo y de ficción y logrando satisfacciones que no se alcanzan en la vida real.
- ✓ **Creador:** La práctica del juego favorecerá el desarrollo de la creatividad de la espontaneidad y contribuirá a favorecer un desarrollo más equilibrado.
- ✓ **Expresivo:** El juego es un elemento favorecedor de la exteriorización de sentimientos y comportamientos que en situaciones normales mantenemos reprimidas.
- ✓ **Socializador:** Probablemente es una de sus principales características, en especial en las primeras edades escolares. Su práctica favorece el desarrollo de hábitos de cooperación, convivencia y trabajo en equipo.

El juego puede ser individual o social, de acuerdo con Tobaruela, A. (1991), para llegar al juego cooperativo el niño atraviesa por estadios o formas de actividad lúdica previa, tales como:

- ✓ El juego individual el primer tipo de experiencia lúdica por el niño es prácticamente privada, se le observa jugando solo sin la interacción de otros; más adelante el niño juega al lado de otros niños, pero aún continúa sin vivir la experiencia en forma común por lo que solo comparte el espacio físico y los objetos de recreación. A este tipo de actividad se le denomina Juego Paralelo en el que el niño puede imitar los juegos de sus compañeros sin jugar con éstos, pues no hay tensión social; el niño hasta el momento juega con juguetes y no con niños.
- ✓ En el juego asociativo el niño pasa a darse cuenta y a disfrutar de la presencia de otros niños de su edad y todos juegan a hacer lo mismo, a imitarse mutuamente, como una primera forma de comunicación entre ellos. El acercamiento físico demuestra el interés de los niños por el grupo, pero su inconsistencia como tal se manifiesta en el constante cambio de actividades.
- ✓ Con el juego cooperativo los niños se organizan para jugar, se dejan los juguetes, empiezan a representar papeles (papás y mamás) o al escondite (aunque su forma de esconderse sea simplemente cerrando los ojos para no ser visto o

"escondiéndose" detrás de una cortina...). Se trata de un juego en el que cada niño o participante es necesario para hacer el juego posible. Es el paso previo a los juegos de reglas, en el que empezarán a entender y a aceptar reglas o normas para compartir su tiempo de juego con los demás.

- ✓ El juego es evolutivo ya que no solo sirve para conocerse así mismos sino también al mundo que los rodea; es una forma de comunicación la que mejor conoce el niño y por tal razón es la que constantemente pone en práctica y es original ya que una trama lúdica por más parecida que sea a otra, nunca es igual.

El juego en el enfoque psicogenético, según la teoría del desarrollo intelectual formulada por el epistemólogo Piaget, Jean (2007) afirma que el desarrollo intelectual es un proceso en el cual las ideas son reestructuradas y mejoradas como resultado de una interacción de la persona con el ambiente, por tanto, el conocimiento se construye permanentemente como consecuencia de dos procesos fundamentales que son la asimilación y la acomodación. Esto implica que: las antiguas estructuras se ajustan (asimilan) a nuevas funciones. Las nuevas funciones sirven (acomodan) a las antiguas funciones en circunstancias modificadas. Según Piaget el acto de inteligencia desemboca en un equilibrio entre la asimilación y la acomodación, en donde el proceso de asimilación se refiere a incorporar las cosas y las personas a la actitud propia del sujeto, o se incorpora al mundo exterior a las estructuras ya construidas; en este sentido el juego tiene una significativa importancia en la comprensión de la evolución del pensamiento del niño pues el juego es fundamentalmente asimilación que tiene su primacía sobre la acomodación.

Para Piaget existen tres clases de juego que se van interrelacionando en el proceso evolutivo.

- ✓ Los juegos de ejercicios ó sensoriomotor
- ✓ Los juegos simbólicos ó representativo
- ✓ Los juegos reglados

El juego de ejercicios ó sensoriomotor: es el primer juego en aparecer y su práctica se da principalmente de los cero a los dos años, edad en la que se pierde el predominio del ejercicio motor al presentarse el simbólico, esto no quiere decir que esta presente durante toda la vida. De los diez y ocho meses a los dos años, el niño se interesa por juguetes para rodar o arrastrar y en esta etapa el juego favorece al conocimiento del cuerpo su fortalecimiento y le da idea de sus capacidades.

Para los niños mayores de dos años esto resulta indispensable ya que a esta edad los niños se recrean con mayor frecuencia a través de la imitación, acción que solo puede lograrse cuando se tiene control de los movimientos y cierto nivel de desarrollo mental. El valor del juego de ejercicio se entiende en relación directa con las estructuras que favorecen y que servirán como cimiento para el ingreso del juego simbólico, de la misma manera que éste contribuirá en ulteriores estructuras que ayudarán a la comprensión de reglas y a la colaboración en equipo.

El Juego Simbólico: el símbolo es exclusivamente humano. De los dos a los seis años el símbolo desempeña un lugar muy destacado en la vida lúdica del niño, conforme se va socializando pasa del juego simbólico individual al ejercicio del juego simbólico colectivo. En su etapa inicial el juego simbólico es una expresión egocéntrica en las que se establecen las bases para la adquisición del lenguaje, por tanto teniendo en cuenta que la palabra es la herramienta de la que se vale el niño para expresar sus pensamientos, es importante incentivar el juego con títeres, muñecas, etc., para que así el niño practique y amplíe su capacidad verbal.

De los cuatro a los ocho años algunos lo consideran desde el segundo hasta el sexto año el símbolo va cediendo ante la representación imitativa de la realidad, el descenso de las representaciones simbólicas de objetos o estímulos ajenos es muy claro, por lo que el niño busca juguetes que sean el reflejo de lo que ve y considera su mundo. La representación adquiere un mayor orden en su secuencia y el símbolo se maneja colectivamente, lo que significa que éste se uniformice única y estrictamente bajo un solo y exacto criterio.

Tal vez solo un elemento, la regla, permite distinguir los juegos colectivos de los juegos individuales. Y el juego colectivo acentúa la diferenciación de sí mismo en relación con otros”.

El Juego Reglado: es la tercera y última etapa en la evolución del juego, que se sitúa entre los 11 y 12 años. Se caracteriza por la disminución del símbolo en provecho de los juegos de regla o de las construcciones simbólicas cada vez menos deformantes y cada vez más cercanas al trabajo continuo y adaptado. Para llegar a este nivel, el niño debió haber evolucionado en su pensamiento en dirección a las operaciones lógico-abstractas, por medio de un largo proceso en el que el paso del juego paralelo, al juego colectivo, lo que manifiesta la descentralización de su concepto egocéntrico para dar lugar a una posición sociocéntrica.

Estos juegos reglados son formales y están más ligados a reglas que a incidentes del juego espontáneo. Tales reglas representan la esencia de estos juegos, en donde el niño tiene más conciencia de las implicaciones del juego. La comprensión plena del concepto de competencia se encuentra relacionado con la satisfacción que se logra en la confrontación de las capacidades y no solo en el desafío, destacándose la osadía y el riesgo como elementos psicológicos predominantes.

El juego reglado comienza a plantearse como acuerdo mínimo con el otro para jugar en común. La “regla” es un elemento de gran importancia para el desarrollo de la socialización. El juego de reglas evoluciona aceleradamente hacia los seis años y permanece vigente durante toda la vida, dando lugar a las formas deportivas altamente regladas. Los juegos de reglas son combinaciones de juegos de combinaciones sensoriomotrices o intelectuales con competencia de individuos y regulados por un código transmitido de generación en generación o por acuerdos improvisados.

Un grupo de expertos de la asignatura Teoría y práctica de los juegos de la Escuela Internacional de Educación Física y Deporte después de valorar las diferentes clasificaciones existentes y ajustándose al perfil amplio de nuestros egresados,

Torres Rodríguez, M. A y Colectivo de autores; 2004 de la asignatura asumen el criterio de clasificación siguiente:

- ✓ **Por la forma de participar:** Individuales o Colectivos, respondiendo a como se obtiene el triunfo, si es de un solo participante ejemplo: “Los agarrados” o de un equipo, ejemplo: “Relevo de Banderitas” o “Baloncesto”.
- ✓ **Por la ubicación:** Interiores: Área techada, ejemplo (gimnasios, salas polivalentes, etc) o Exteriores (áreas al aire libre).
- ✓ **Por la intensidad del movimiento:** Alta, Media o Baja

En este aspecto catalogamos como **alta**, aquellos juegos de larga duración, que exigen de los participantes gran preparación física, técnica y táctica y ubicamos en esa alta intensidad a los juegos Deportivos.

Como intensidad **media**, a los juegos que requieren alguna preparación física y dominar algunas habilidades básicas, que pueden durar un período de tiempo no establecido o sean variables y que utilizan algunos elementos técnico-tácticos, sin grandes exigencias, esos son los pre-deportivos.

Como intensidad **baja**, tenemos a los juegos pequeños, que tienen poca duración, muy sencillos en su ejecución.

Por sus características: Pequeños, Pre-Deportivos, Deportivos, Tradicionales y Recreativos.

Juegos Pequeños: En este grupo se encuentran todos aquellos juegos de organización sencilla, que pueden o no tener implementos, de pocas reglas que pueden modificarse, su duración y participación no están sometidas a estipulaciones oficiales, no requieren de terrenos específicos, ni de materiales especiales. Estos juegos se enseñan y ejercitan con éxito en una clase. Mediante estos juegos se desarrollan habilidades motrices como saltar, correr, lanzar, atrapar, esquivar, etc y se desarrollan capacidades motrices como la rapidez, fuerza, agilidad, etc.

Por la actividad desarrollada: Se tiene en cuenta la actividad fundamental a desarrollar con vistas a cumplir el objetivo del juego, aunque en los juegos se pueden presentar otras actividades que contribuyen al logro del objetivo propuesto. Por ejemplo: “La Gallinita Ciega”. Es un juego sensorial por la actividad que desarrolla el sentido del oído, ese es su objetivo, pero unido a ello está la esquivas y el desplazamiento, acciones que garantizan el juego.

De acuerdo con esta concepción clasificamos los Juegos Pequeños, como:

Sensoriales: Objetivo, desarrollo de los órganos de los sentidos (auditivos, táctiles, visuales, del gusto, olfato, de orientación). Ejemplo: “Quien falta aquí”, “El Tilín”, “Qué es esto”, etc.

Motrices: Objetivo, desarrollo de actividades dinámicas: Caminar, Correr, Saltar, Lanzar, Equilibrio, Coordinación, Cuadrupedia.

Dramatizados: Objetivo, desarrollo de la imaginación y la creatividad, juegos donde se ponen de manifiesto las actuaciones de personajes, animales o cosas, entre ellos están los juegos de roles, Ejemplo: “Las Casitas”, “Fuego en el Bosque”, “Las Ardillas sin Casa”, etc.

Imitación: Objetivo, expresión corporal, en estos juegos el niño reproduce las imágenes, gestos, movimientos de una persona, animal o cosa, sin llegar a la actuación de dicho personaje

Juegos Pre-Deportivos: Denominamos juegos pre-deportivos a aquellos que tienen elementos de la técnica de los deportes, así tenemos pre-deportivos de Fútbol, de Baloncesto, de Atletismo o de gimnasia Rítmica Deportiva entre otros.

Tienen carácter competitivo y permiten conocer algunas reglas oficiales. En los juegos pre-deportivos, se propicia la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que servirán de base posteriormente sencillas del deporte. Algunas de las reglas pueden ser variadas, pero no se puede incumplir al objetivo previsto a la asimilación de habilidades motrices deportivas. Estas

habilidades pueden estar solas en un juego por ejemplo; desplazamiento o tiro y puede a su vez servir de base a varios deportes o a uno en particular, así tendremos un juego Pre-Deportivo, Simple-Básico “Desplazamiento en Zig zag”.

Como ya analizamos anteriormente pueden ser **Básicos** (para utilidad de varios deportes) o **Específicos** cuando solo sirven a un deporte y en ambos casos pueden ser simples con un solo elemento técnico, combinados con más de un elemento, y complejos, cuando presentan acciones sencillas ofensivas y defensivas, sin exigencias técnicas, ni reglas oficiales.

Juegos Deportivos: Son los que tienen como elemento fundamental los balones de diferentes formas, tamaños y pesos, en algunos de ellos existen otros implementos que permiten accionar ese balón.

Por la actividad desarrollada son habilidades deportivas muy complejas, técnicas y tácticas ofensivas y defensivas; individuales, en grupo y en equipos. Se inicia su trabajo en la etapa escolar en 5to grado, abarcando toda la enseñanza hasta el 2do año del nivel superior.

Estos juegos aparecen también en la etapa social, como deporte de alto rendimiento, en la Educación Física para adultos y como actividad recreativa. Muchos de ellos se utilizan como actividad de incorporación social a los minusválidos, todas estas son las actividades de la cultura Física en que se utilizan los Juegos Deportivos.

Juegos Recreativos: Cualquiera de ellos u otros que sean utilizados voluntariamente en el tiempo libre. Estos juegos tienen elementos que regulan:

Acuerdos: Establecimiento informal previo de algo con asentimiento y conformidad de los jugadores.

Normas: Establecimiento de algo motivado por su uso y la costumbre.

Reglas: Disposición de carácter convencional y obligatorio, que asumen disciplinariamente.

Elementos estructurales:

Movimiento: Juego con un móvil, dos móviles o móvil imaginario.

Espacio: Aleatorio, libre o estandarizado.

Metas: Las disponibles por el juego.

Juegos Tradicionales: Aquellos juegos que desde mucho tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación en generación, manteniendo su esencia; juegos de transmisión oral que guardan la producción espiritual de un pueblo.

El juego y las habilidades motrices

La adquisición de las habilidades básicas según plantea Del Villar Álvarez, Fernando y José Antonio Julián Clemente (1998) se realiza aproximadamente en las edades comprendidas entre los siete y diez años, es decir, desde primero a cuarto grado de Educación Primaria. El profesor de Educación Física debe realizar el juego como medio didáctico puesto que los niños aceptan de muy buen grado estas actividades.

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son:

- ✓ Ser comunes a todos los individuos.
- ✓ Haber permitido la supervivencia.
- ✓ Ser fundamento de aprendizajes motrices.

En la investigación se considera habilidades motrices básicas a las carreras, saltos y lanzamientos. Todos ellos son aspectos a ser desarrollados entre los 6 y los 12 años, período comprendido entre la adquisición y desarrollo en el niño de las habilidades perceptivo-motrices y el desarrollo pleno del esquema corporal.

En cuanto a los saltos y las carreras, se enfoca la actividad de juego como una superación con respecto a sus compañeros, están midiendo constantemente sus cualidades con las de los otros niños de la clase.

En las habilidades manipulativas, lanzamientos y recepciones, el carácter de juego surge al plantear situaciones en las que el objeto a lanzar y atrapar entre en disputa entre varios niños o grupos. A partir de esta situación tan simple se han desarrollado un gran número de juegos, y han sido la base de muchos deportes convencionales.

La utilización del juego en el Sistema Educativo y más concretamente en el área de Educación Física tiene una serie de aportaciones pedagógicas según plantea Arteaga, J (2004):

Es una realidad motriz que reporta al alumno placer y satisfacción.

- ✓ El juego ayuda al alumno a desarrollar las capacidades físicas y las habilidades y destrezas básicas.
- ✓ El juego es un elemento imprescindible para el desarrollo de aprendizajes significativos.
- ✓ En el juego es el propio alumno el que aporta soluciones a los problemas planteados. Tiene un carácter creativo lleno de imaginación y fantasía.
- ✓ Mediante el juego desarrollamos todos los ámbitos de la conducta humana: cognitivo, motor y socioafectivo.
- ✓ El juego posibilita una mayor interacción entre los alumnos, favoreciendo el desarrollo de hábitos de cooperación y convivencia. Tiene un componente social muy fuerte.
- ✓ El juego permite el conocimiento de las tradiciones y la cultura del entorno del alumno.

En resumen, el juego es, sobre todo, recreación, y su finalidad reside en él mismo. Es una actividad física gratuita ya que se hace sin esperar nada a cambio. Se hace simplemente por el placer de hacerlo, por divertirse.

La utilización del juego en el área de Educación Física responde a una verdadera técnica cuya selección depende de una serie de factores que señalamos a continuación:

- a) Los objetivos. Los juegos serán seleccionados según los objetivos que queramos conseguir en la sesión de Educación Física.
- b) El número de alumnos. El grupo de clase condicionará el tipo de juegos que podamos utilizar.
- c) El terreno de juego: Aunque en principio, cualquier espacio parece indicado para desarrollar los diferentes juegos, son necesarios unas condiciones mínimas que permitan la realización de los mismos.
- d) El material didáctico: Según los recursos materiales de los que dispongamos podremos utilizar unos juegos u otros.
- e) Momento de la sesión donde se utilice el juego: Los juegos a seleccionar serán distintos según sean utilizados en el calentamiento, parte principal o en la vuelta a la calma.
- f) Control del esfuerzo: Debemos alternar juegos de mayor intensidad con otros de relajación que sirvan para descansar o evitar el sobreesfuerzo.
- g) Control de la motivación: Debemos utilizar siempre los juegos más motivantes después de otros que lo sean menos.

Contreras Jordan, O. (1998) plantea que *“las habilidades motoras básicas son las actividades motoras, las habilidades generales, que asientan las bases de actividades motoras más avanzadas y específicas, como son las deportivas. Correr, saltar, lanzar, coger, dar patadas a un balón, escalar, saltar a la cuerda y correr a gran velocidad son ejemplos típicos de las consideradas actividades motoras generales, incluidas en la categoría de habilidades básicas”*. Desde que el niño nace aparece el movimiento en él.

Como señala Schilling A. (2005) A partir de los nueve años en adelante el niño hasta esta edad, pretende demostrar sus habilidades, medirse, hacerse valer, en resumen, afirmarse. Se podría decir que en este punto el proceso de adquisición o

formación de las habilidades motrices básicas tocaría su fin pues como se ha dicho las habilidades motrices básicas ponen las bases a los movimientos más complejos y complementados (ahí estaríamos hablando ya de habilidades deportivas). Pero de todos modos parece interesante tratar brevemente cómo continúa evolucionando éste aspecto en el niño para así hacerse una idea más amplia sobre dicha evolución motórica en el niño.

Para este fin se va a citar el estadio siguiente, que comprende las edades entre nueve años hasta los 12 aproximadamente y que se caracteriza , motóricamente hablando, por una actividad desbordante, por una intensa expansión motriz, por un movimiento continuo, siempre más fino, más diferenciado, más orientado y controlado que en las etapas precedentes. En esta etapa la fuerza y la coordinación crecen de un modo regular. Después, el desarrollo proseguirá en el sentido de la precisión y de la resistencia. Los juegos de equipo y las competiciones organizadas son las prácticas más comunes entre los niños a partir de esta etapa. Éste forma parte del proceso total del desarrollo humano., que no ha acabado aún al llegar a la madurez. Y es que desde la infancia el niño va experimentando y descubriendo, progresivamente, habilidades sencillas e individuales. Con el paso de las diferentes etapas por la que atraviesa un niño, éste tiende a mecanizarlas, a combinarlas y a modificarlas hasta llegar a un punto en el que ya no deberíamos hablar de habilidades motrices básicas sino de una habilidad deportiva. La mayoría de las habilidades que se dan en el deporte, por no decir todas, tienen su origen y fundamento en las habilidades físicas básicas, como son: andar, correr, saltar, equilibrio, volteos, balanceos, lanzar, patear, etc...

Clasificación de las habilidades motrices básicas

Schilling A. (2005) y Alderete A. (1995) en su investigación clasifican las habilidades físicas básicas se pueden clasificar en: locomotrices, no locomotrices y de proyección/recepción.

- ✓ Locomotrices: Andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, esquivar, caer, trepar, subir, bajar, etc...

- ✓ No locomotrices: Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio: balancearse, inclinarse, estirarse doblarse, girar, retorcerse, empujar, levantar, tracciones, colgarse, equilibrarse, etc...
- ✓ De proyección/recepción: Se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos: recepciones, lanzar, golpear, batear, atrapar, rodar, driblar, etc...

En el CD de universalización (2004) se hace referencia a la Clasificación de habilidades motrices básicas que se emplea en la Carrera de Cultura Física, para la formación de los profesionales que van a impartir estas en las Clases de Educación Física

- ✓ Marcha y carrera
- ✓ Saltos
- ✓ Equilibrios
- ✓ Lanzamiento y captura de objetos
- ✓ Escalamiento
- ✓ Arrastramiento
- ✓ Elevación y traslado de pesos

Ahora se va a realizar unos apuntes sobre algunas de las habilidades motrices básicas (Carrera, salto y lanzamiento) de las que ya hemos hablado anteriormente. Refiriéndonos a las definiciones dadas por los diferentes autores como son: Slocum y James (2007), Alderete A. (1995), Schilling A. (2005), Arteaga, J (2004), Del Villar Álvarez, Fernando y José Antonio Julián Clemente (1998) y entre otros

Correr:

Correr es una ampliación natural de la habilidad física de andar. De hecho se diferencia de la marcha por la llamada "fase aérea". Para Slocum y James (2007), "correr es en realidad, una serie de saltos muy bien coordinados, en los que el peso del cuerpo, primero se sostiene en un pie, luego lo hace en el aire, después vuelve a sostenerse en el pie contrario, para volver a hacerlo en el aire". Correr es una parte

del desarrollo locomotor humano que aparece a temprana edad. Antes de aprender a correr, el niño aprende a caminar sin ayuda y adquiere las capacidades adicionales necesarias para enfrentarse a las exigencias de la nueva habilidad. El niño ha de tener fuerza suficiente para impulsarse hacia arriba y hacia delante con una pierna, entrando en la fase de vuelo o de suspensión, así como la capacidad de coordinar los movimientos rápidos que se requieren para dar la zancada al correr y la de mantener el equilibrio en el proceso.

La Carrera se inicia a partir de los 2-3 años con dificultades para el giro o la detención brusca, siendo ya bien utilizada en los juegos a partir de los 5 o 6 años en que llega a asemejarse a la del adulto. Sus características son:

- ✓ Tronco ligeramente inclinado hacia adelante.
- ✓ Cabeza y mirada hacia adelante.
- ✓ Brazos con balanceo libre en el plano Sagital.
- ✓ Elevación de la rodilla.
- ✓ Fase de vuelo.

Saltar:

Saltar es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas pierna y cae sobre uno o ambos pies. El salto requiere complicadas modificaciones de la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación. Tanto la dirección como el tipo de salto son importantes dentro del desarrollo de la habilidad física de salto. Éste puede ser hacia arriba, hacia abajo, hacia delante, hacia detrás o lateral, con un pie y caer sobre el otro, salto con los uno o dos pies y caída sobre uno o dos pies, salto a la pata coja... La capacidad física necesaria para saltar se adquiere al desarrollar la habilidad de correr. Sin duda el salto es una habilidad más difícil que la carrera, porque implica movimientos más vigorosos, en los que el tiempo de suspensión es mayor.

El desarrollo del salto se basa en complicadas modificaciones de la carrera y la marcha, con la variante del despegue del suelo como consecuencia de la extensión violenta de una o ambas piernas. En todo salto se dan las siguientes fases:

- ✓ Acciones preliminares
- ✓ Impulso.
- ✓ Vuelo
- ✓ Caída.

Las acciones preliminares son aquellas que preceden al impulso o "batida" y que, en cierta forma, pueden considerarse la preparación de esta. En muchos casos se tratará de una carrera de impulso, aunque este extremo no tiene porque darse obligatoriamente en todos los casos. También es posible efectuar saltos sin la presencia de acciones preliminares, aunque normalmente si que están presentes.

El impulso constituye sin duda la fase fundamental del salto, se debe tener muy en cuenta cuales van a ser las acciones posteriores para acomodarse a sus necesidades. Puede ser efectuado con uno o los dos pies y fruto de la dirección de extensión de los miembros inferiores y de la situación relativa respecto a ellos del centro de gravedad, determinará el ángulo y la velocidad de salida.

Este impulso puede realizarse en diferentes lugares, variando este aspecto considerablemente el resultado final del salto. Así, y como ejemplo, se puede batir en o desde una superficie elevada, a ras de suelo o sobre un multiplicador de la batida (trampolín, mini trampolín). Sea como sea la fase de impulso requiere una contribución importante de la musculatura extensora del miembro inferior, acompañada por una acción solidaria del resto de partes corporales.

El vuelo sigue a la batida y durante él es cuando se pueden simultanear un buen número de acciones o tareas. Es importante tener en cuenta para entender esta fase, que la trayectoria del centro de gravedad del sujeto no puede mortificarse sin ningún punto de contacto con el suelo y que, por tanto, las posibilidades de movimiento se reducirán a gesto o acciones, globales o segmentarios alrededor de centro de

gravedad. Durante esta fase tiene una gran importancia el mantenimiento de un grado óptimo de equilibrio que asegure una caída libre de riesgos. Por último, la caída constituye la toma de contacto del cuerpo del individuo con la superficie. Puede, de hecho, realizarse con cualquier parte del cuerpo, entendiéndose que las que más seguridad aportan (y en la caída el factor seguridad debe tenerse en cuenta) son las que se realizan sobre los pies. De todas formas, y sobre una buena superficie acolchada, se dan caídas sobre los brazos o sobre la espalda, sin que este hecho constituya un riesgo superior para el sujeto. El objetivo fundamental de esta fase es la absorción del impulso cinético con que llega el cuerpo del saltador y su transformación, adaptándolo a los requerimientos posteriores. Así, una caída puede significar el punto final de la cadena de movimiento, buscándose en este caso un equilibrio estático total, o bien un elemento de enlace con otra actividad subsiguiente, que puede ser otro salto, buscándose en estos casos una situación controlada de reequilibrio.

El patrón motriz del salto, que de hecho responde a una prolongación de la fase aérea de la carrera, es propio de la especie humana y, aunque no deba enseñarse, proporciona, un sinnúmero de posibilidades educativas.

Es el salto un elemento con un gran potencial educativo, por un lado porque interesa un gran número de cualidades motrices en su ejecución y por otro porque pone en juego las capacidades de ejecución (cualidades físicas) del que lo realiza. Podemos, mediante su uso, desarrollar el esquema corporal en múltiples aspectos, efectuar uno de los trabajos más completos de coordinación dinámica general y, aprovechando el potencial de acción que poseen, efectuar reconocimientos y estructuración del espacio y el tiempo.

Por otro lado y como se ampliará más adelante, la existencia de una fase aérea prolongada permite la ejecución simultánea de un buen número de tareas, lo que aumentará la potencia de mejora de la coordinación dinámica especial en sus diferentes aspectos. Además, mediante el salto se mejoran aspectos cuantitativos del

movimiento como, fundamentalmente, la fuerza dinámica del tren inferior o la velocidad gestual de diferentes segmentos corporales.

Criterios para construir tareas

A la hora de construir tareas diferenciadas a partir de los saltos, podemos incidir en la variación de la mecánica de sus diferentes fases y en la variación del medio en el que tienen lugar, yendo ambos aspectos íntimamente ligados. Así, según se muestra en el siguiente cuadro, tendremos un buen número de posibilidades diferentes de ejecución motriz.

Otro criterio no menos importante para la construcción de tareas es la ejecución simultánea de acciones durante la realización del salto, sobre todo de su fase aérea.

Lanzar:

El desarrollo de la habilidad de lanzar ha sido un tema muy estudiado durante décadas. La forma, precisión, distancia y la velocidad en el momento de soltar el objeto se han empleado como criterios para evaluar la capacidad de lanzamiento de los niños. Ante diversidad de lanzamientos y ante la imposibilidad de explicar todos brevemente se citarán las clases de lanzamientos que podemos observar: lanzamientos que emplean los niños nada más adquirir la habilidad y difícilmente clasificables en otras formas de lanzamiento, lanzamiento por encima del hombro, lanzamiento lateral, lanzamiento de atrás a delante.

Los lanzamientos se referencia a aquellas acciones que ponen en relación al hombre con los objetos del entorno, alterando la posición que ocupan en él. Poseen un alto componente de desarrollo de la coordinación dinámica espacial, se pueden dividir en estáticos y dinámicos. Los niños recurren a una amplia variedad de formas de lanzamiento, buscando posiblemente la forma más eficiente para esta tarea motriz.

Los Lanzamiento implican un proceso cognitivo en el que intervienen tres factores fundamentales: Velocidad, Distancia y Precisión; además de la fuerza y flexibilidad. A los 6 meses el niño puede hacerlo desde la posición de sentado, de 2-3 años, logra

el lanzamiento con la extensión de los brazos y hacia los 5-6 años el lanzamiento va alcanzando la madurez adulta, con adelantamiento de la pierna opuesta al brazo lanzador y adoptando éste la posición de armado por encima del hombro.

Pasos Metodológicos para la elaboración de los juegos: Trigo Azailus, E. (1997)

1. Enunciación del Juego: Dar a conocer el nombre del juego que se va a desarrollar.
2. Descripción: La explicación debe ser comprensible.
3. Organización y Formación: En este caso se incluye todo lo concerniente a la distribución, selección apropiada de los guías del grupo y formación de equipos desnivelados y que decaiga el interés por el juego.
4. Reglas: Se va explicando las reglas o sea, los aspectos que los alumnos deben tener en cuenta para que el juego se desarrolle con éxito.
5. Variantes: Después que se ha desarrollado el juego, el profesor puede realizar variantes y junto con éstas la introducción de nuevas reglas. Consiste en que utilizando la misma organización, se puedan cambiar los desplazamientos, aumentar la complejidad, etc., siempre cumpliendo el objetivo trazado.

Características del desarrollo motor en la etapa de 6 – 9 años

- ✓ Los movimientos son relativamente armónicos, fluidos y equilibrados.
- ✓ La movilidad constituye el rasgo fundamental del comportamiento motor.
- ✓ Desaparecen los movimientos paralelos inútiles y van haciéndose más definidos.
- ✓ Se establecen diferencias entre hembras y varones.

En esta etapa los factores determinantes del desarrollo se han hecho más diversos e intrincados. La formación de movimientos se efectúa de forma cada vez más dirigida. La forma de los movimientos es relativamente armónica, fluida y equilibrada, aunque todavía algo imprecisos, la movilidad constituye el rasgo fundamental del comportamiento motor, se encuentra continuamente en movimiento y con el mínimo estímulo se impulsa esa movilidad, por lo que no acostumbra a perseverar largo

tiempo en una actividad, aunque al final de la etapa (9 años) se concentra más tiempo y no lo distrae cualquier cosa.

Desaparecen los movimientos paralelos inútiles y van haciéndose más definidos. En esta etapa se establecen diferencias entre hembras y varones, ya que las niñas muestran preferencia por movimientos distintos a los varones, motivando cierta diferencia en los resultados, por ejemplo: Los lanzamientos.

Las formas básicas como caminar, correr, saltar y lanzar está fundamentalmente donde tienen la posibilidad de manipular objetos de diferentes tamaños, formas, color, para que se vayan identificando con sus propiedades, así como actividades encaminadas a desarrollar los movimientos básicos en los diferentes trimestres.

En la etapa de 6 – 9 años predominan los juegos con gran variedad de movimientos por ejemplo los recorridos, realizan juegos con cantos, todo tipo de juegos motrices fundamentalmente los de persecución. Se acentúan los juegos con contenido social como por ejemplo: El juego a la Escuelita, al Médico y sobre todo en los juegos motrices gustan demostrar sus habilidades y destrezas.

Capítulo II.- Diseño Metodológico.

El paradigma utilizado en la investigación es **cuantitativo**, toma como centro de su proceso de investigación a las mediciones numéricas, en forma de recolección de datos y los analiza para llegar a responder sus preguntas de investigación. Utiliza la recolección, la medición de parámetros, la obtención de frecuencias y estadígrafos de la población o la muestra que investiga para llegar a probar las Hipótesis establecidas previamente.

En este enfoque se utiliza necesariamente el análisis estadístico, se privilegia la comprobación de hipótesis y la validez de las verdades está sujeta al grado de significatividad estadística; pues esto asegura que los experimentos sean replicables en otros contextos.

Para la investigación se utilizó un tipo de **estudio explicativo**, los mismos son dirigidos a responder por qué se produce determinado fenómeno y cuál es la causa o factor asociado al mismo. En este tipo de estudio se analizan relaciones causa-efecto, además se considera que la mayoría de estos estudios son experimentos, algunas investigaciones no experimentales pueden aportar evidencia para explicar por qué ocurre un fenómeno (proporcionar un cierto sentido de causalidad).

La investigación se enmarca en un diseño experimental. Dentro de los diseños experimentales, se optó, en correspondencia con los objetivos y las características particulares del estudio, por un **diseño preexperimental o control minino pretest - postest para un solo grupo**.

El diseño preexperimental o control minino pretest - postest para un solo grupo, consiste en medir los indicadores carrera, salto y lanzamiento antes y después de la manipulación de un complejo de juegos, para posteriormente computar la magnitud del cambio.

Población, muestra, porcentaje y tipo de muestreo

De una población de 59 niños se tomó una muestra intencionada de 35 niños de la edad de 7 – 8 años, que representa el 59 %, de ellos 16 del sexo femenino y 19 del sexo masculino, los cuales se encuentran cursando el tercer grado de la enseñanza primaria.

Caracterización de la muestra						
Sexo	Femenino		Masculino		Total	
Edad	7 años	8 años	7 años	8 años	7 años	8 años
Cantidad	11	5	16	3	27	8

Para seleccionar dicha muestra intencional se tuvieron presentes indicadores como:

- ✓ Niños en edades comprendidas entre 7 – 8 años de edad.
- ✓ Que pudieran realizar Educación Física.
- ✓ Que dentro de los contenidos del programa de clases de Educación Física, tuvieran los juegos para el desarrollo de las habilidades motrices básicas

Métodos y procedimientos.

Métodos Teóricos

Analítico – sintético: se empleó para determinar los distintos criterios acerca de los principios del trabajo, durante el proceso de consulta de la literatura, la documentación especializada y en la aplicación de otros métodos del conocimiento científico.

Inductivo – Deductivo: Este método se utilizó para la interpretación de los datos empíricos; así como descubrir regularidades importantes y relaciones entre los distintos componentes de la investigación.

Histórico – Lógico: se utilizó para determinar los antecedentes del trabajo, así como la búsqueda de los fundamentos que antecedieron al problema científico tratado, los resultados históricos obtenidos, su desarrollo, significación y su incidencia en los resultados actuales.

Métodos y técnica empíricos:

- **Análisis documental:** este método permitió ofrecer información acerca del objeto de investigación para determinar el problema de dicho estudio, además permitió un sostenido análisis en torno al desarrollo de las habilidades motrices básicas.
- **Método de Medición:** Nos permitió medir los resultados de los indicadores de las habilidades motrices básicas.

Técnicas estadísticas y procedimientos para el análisis de los resultados.

De acuerdo a este tipo de diseño de pretest y posttest con un grupo, el procedimiento a seguir fue: se les aplicó los instrumentos de mediciones antes y después de haber llevado a la práctica el complejo de juegos, una vez obtenidos los resultados, se computaron los datos, para ser procesados en el paquete estadístico SPSS 15.0, utilizando el método estadístico distribución empírica de frecuencia y dentro de este, el cálculo porcentual y la prueba de Wilcoxon.

Justificación de la Investigación

La investigación llevada a cabo es conveniente porque con la realización del complejo de juegos, los profesores de Educación Física del 1er ciclo de la enseñanza primaria, cuentan con herramientas para poder planificar las clases y así desarrollarles las habilidades motrices básicas a los niños de estas edades. Además de contar con un material didáctico que cuenta de una series de juegos de salto, carrera y lanzamientos.

Capítulo III.- Resultado de la investigación

Resultado análisis documental

Para la realización del análisis de los documentos se comenzó revisando los programas de Educación Física de 2do y 3er grado y orientaciones metodológicas. Además las indicaciones del programa para el primer ciclo de la enseñanza primaria, dentro de estas orientaciones se reflejan textualmente:

- ✓ Los objetivos y contenidos del programa tienen un enfoque general, permitiendo que los maestros, en correspondencia con las características de los grupos, elaboren sus propias actividades, propiciando además posibilidades de creación e independencia en los alumnos.

Además el programa contiene:

- ✓ Caracterización de los niños en esas edades
- ✓ Caracterización de la asignatura en el grado
- ✓ Objetivos de la asignatura en el grado
- ✓ Objetivos y Contenidos por unidad (Gimnasia básica, juegos, educación rítmica)
- ✓ Orientaciones metodológicas por unidad

Dentro de la unidad juegos se encuentran las siguientes actividades:

Juegos de lanzar y atrapar

- ✓ De diferentes formas
- ✓ A distancia
- ✓ Hacia diferentes direcciones
- ✓ Pelotas rodadas
- ✓ De rebote
- ✓ Buscando precisión
- ✓ Combinando dos lanzamientos

Juegos de correr

- ✓ Hacia diferentes direcciones
- ✓ De diferentes formas

Juegos de saltar

- ✓ De diferentes formas
- ✓ Hacia diferentes direcciones
- ✓ Sobre objetos y obstáculos
- ✓ Combinando dos formas de saltar

Juegos combinando dos habilidades.

En el análisis realizado a dicho programa se observó que las indicaciones dadas a los profesores le permite la creación de actividades para el desarrollo de las habilidades que se imparten en estos grados, además que los juegos que aparecen en el programa de Educación Física, son indicaciones de como hacer las actividades, el mismo no contiene los juegos a desarrollar.

En el análisis de los **planes de clases** se comprobó que los profesores planificaban las mismas actividades lo que influía en la motivación y desinterés de los alumnos por realizar las actividades para el desarrollo de las habilidades motrices básicas bien.

Resultado del diagnóstico o pretest

En la habilidad motriz básica carrera se pudo detectar que en ambos sexos los alumnos fueron evaluados de bien e insuficiente, lo cual se puede observar en el gráfico # 1 que mostramos a continuación:

En el sexo femenino 8 alumnas fueron evaluadas de bien para un 50 % de la muestra y 8 de insuficientes, las niñas fueron evaluadas de bien.

En el sexo masculino 4 niños para un 21,1 % alcanzaron evaluación de muy bien, 7 para un 36, 8 % fueron evaluados de bien y 8 para un 42,1 % de la muestra obtuvieron evaluación de insuficiente, manteniéndose las dificultades iguales a las del sexo femenino.

De forma general:

De 35 niños y niñas evaluados, 4 alcanzaron evaluación de muy bien, para un 21,1 % de la muestra, 15 que representa en 42,9 % fueron evaluados de bien y 16 para un 46 % de la misma evaluadas de insuficiente.

Cuando se analizan los errores que cometieron de forma general a la hora de realizar la habilidad, los mismos coincidieron en: no corrían con la parte delantera de los pies (metatarso), ni en línea recta y no llevan la vista al frente.

Del Villar Álvarez, Fernando y José Antonio Julián Clemente (1998) plantean: La Carrera: De estructura similar a la marcha, se diferencia de ésta en la llamada fase aérea y en la necesaria mayor fuerza para recibir el peso del cuerpo durante la misma. Se inicia a partir de los 2-3 años con dificultades para el giro o la detención brusca, siendo ya bien utilizada en los juegos a la edad de 5-6 años en que llega a asemejarse a la del adulto. Sus características son:

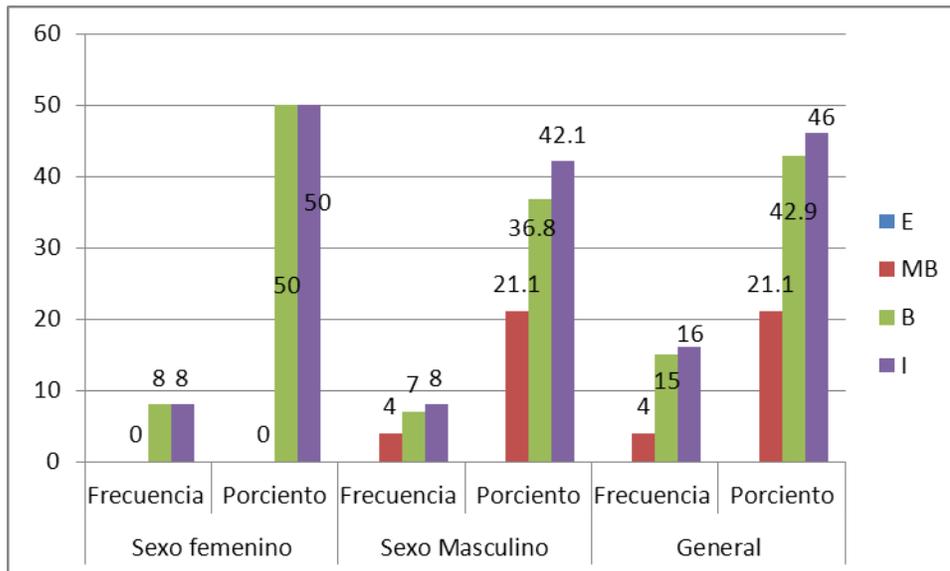
- Tronco ligeramente inclinado hacia adelante.
- Cabeza y mirada hacia adelante.
- Brazos con balanceo libre en el plano Sagital.
- Elevación de la rodilla.
- correr con el metatarso
- Fase de vuelo.

Después de analizado lo planteado por este autor y tener presente las características de las carreras, se debe tener presente, que la clase de Educación Física debe proyectarse como una forma entretenida y amena para que el estudiante desarrolle eficazmente sus habilidades motrices básicas, objetivo en el cual juega un papel

primordial la creatividad del profesor para hacer de la actividad un momento esperado por el alumno.

En la actualidad las habilidades motrices básicas juegan un papel decisivo en la práctica deportiva, por lo que resulta de vital importancia fomentar el mejoramiento de las mismas, proceso en el cual el profesor desempeña un papel primordial al tener que lograr con sus clases la motivación de los estudiantes para la ejercitación de las habilidades necesarias. Este mejoramiento es logrado mediante la utilización de juegos, al impartir las clases de Educación Física en la escuela.

Gráfico 1: Resultado de la Carrera (pretest)



El la habilidad motriz básica salto de longitud sin carrera de impulso se obtuvieron los siguientes resultados: (gráfico # 2)

Sexo femenino:

- De 16 niñas, 8 evaluada de insuficiente para un 50 % de la muestra, las mismas alcanzaran esta categoría ya que en la ejecución de la habilidad cometieron más de tres errores técnicos, entre los que predominaron: no realizan la carrera de forma progresiva, no despegan con una pierna sobre la tabla, no caen de forma

amortiguada e impulsando el cuerpo hacia delante y disminuyen la velocidad al final de la carrera de impulso.

- 8 alumnas evaluadas de bien para un 50 % de la muestra ya que en la evaluación realizada cometieron dos errores, entre los que predominaron: no realizan la carrera de forma progresiva, no despegan con una pierna sobre la tabla y no caen de forma amortiguada e impulsando el cuerpo hacia delante

Sexo Masculino

- En el sexo masculino, de 19 niños, 9 evaluados de insuficiente para un 47 % de la muestra, en estos alumnos predominaron los mismos errores técnicos que en el sexo femenino: no realizan la carrera de forma progresiva, no despegan con una pierna sobre la tabla, no caen de forma amortiguada e impulsando el cuerpo hacia delante, 7 evaluados de bien para un 36,8 % de la muestra, predominando también los mismos errores que en el sexo femenino y solo 3 para un 15.8 % alcanzaron evaluación de muy bien, ya que lograron cometer un error técnico en la ejecución de la habilidad, el error que predominó en estos últimos alumnos fueron: no despegan con una pierna sobre la tabla, no caen de forma amortiguada e impulsando el cuerpo hacia delante
- De forma general de 35 niños tomados como muestra 3 para un 15,8 % fueron evaluados de muy bien, 15 de bien para un 42,9 % de la muestra y 17 para un 48,6% evaluados de insuficiente. En sentido general los errores que más se cometieron por los alumnos a la hora de realizar la habilidad salto de longitud con carrera de impulso fueron: no realizan la carrera de forma progresiva, no despegan con una pierna sobre la tabla, no caen de forma amortiguada e impulsando el cuerpo hacia delante, aspecto este que hay que trabajar en la clases de Educación Física para erradicar dichos errores técnicos.

Del Villar Álvarez, Fernando y José Antonio Julián Clemente (1998) plantea en su investigación aspectos a tener en cuenta a la hora de ejecutar el Saltos.

El desarrollo del salto se basa en complicadas modificaciones de la carrera y la marcha, con la variante del despegue del suelo como consecuencia de la extensión violenta de una o ambas piernas. En todo salto existen dos fases:

-Fase previa o preparación al salto.

-Fase de acción, o salto propiamente dicho.

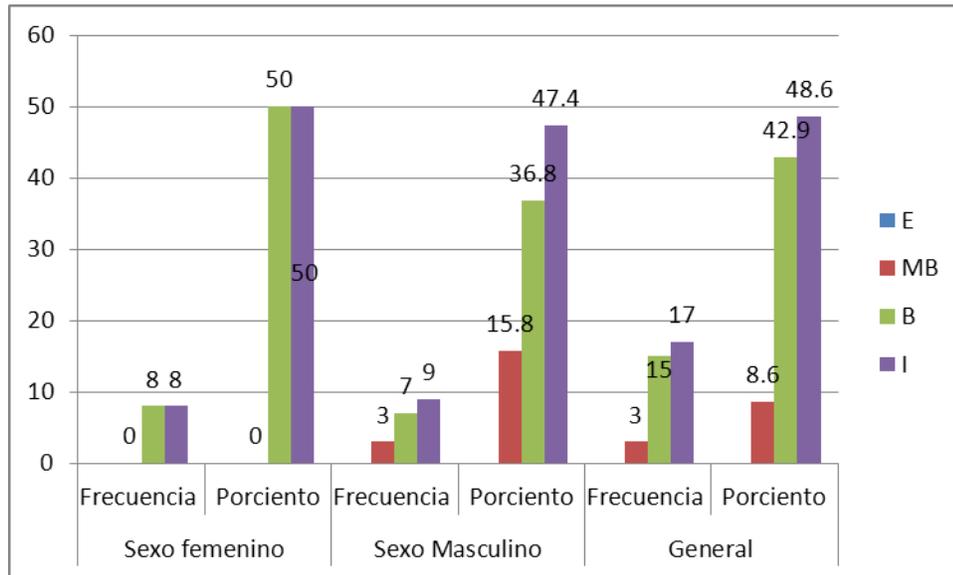
Su realización implica la puesta en acción de los factores de Fuerza, equilibrio y coordinación, tratándose por consiguiente de una habilidad filogenética que se perfecciona con el crecimiento psicofísico y el desarrollo de dichos factores.

El niño comienza su génesis del salto, con aproximadamente los 18 meses. Hacia los 27 puede saltar desde una altura de 30cm con un pie delante del otro, llegando a ser a los 5-6 años semejante al salto del adulto, con una buena coordinación. El salto puede ser Vertical u Horizontal.

Bandet. J. (1975), Cruz Riverí, Ángel de la y A. Watson Mackenzie (2000) y Arteaga, Javier (2006) hacen referencia a estrategias para la mejora de la habilidad salto de longitud con carrera de impulso, básicamente juegos. Mediante estas estrategias se tiene como ventaja su carácter lúdico, por lo que pueden servir de motivación para iniciar actividades que sirvan de apoyo para despertar en el alumno el interés por erradicar los errores técnicos que se presentan en la ejecución de la habilidad. Si embargo, son en sí mismo insuficientes por lo que es necesario introducir lo antes posible programas más sistemáticos de mayor validez empírica y sobre todo realizados con materiales curriculares.

Teniendo en cuenta los logros alcanzados por estos autores se es necesario realizar y aplicar un complejo de juegos teniendo en cuenta materiales curriculares sobre juegos para el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

Gráfico 2: Resultado del Salto de longitud con carrera de impulso (pretest)



El la habilidad motriz básica salto de longitud sin carrera de impulso se obtuvieron los siguientes resultados: (gráfico 3)

Sexo femenino:

- De 16 niñas, 8 evaluada de insuficiente para un 50 % de la muestra, las mismas alcanzaran esta categoría ya que en la ejecución de la habilidad cometieron más de tres errores técnicos, entre los que predominaron: no realizan el lanzamiento por encima del hombro al lanzar la pelota, no realizan el último paso contrario al brazo de lanzar y la pelota no cae en el área delimitada (ángulo).
- 6 alumnas evaluadas de bien para un 37,5 % de la muestra ya que en la evaluación realizada cometieron dos errores, entre los que predominaron: no realizan el lanzamiento por encima del hombro al lanzar la pelota y no realizan el último paso contrario al brazo de lanzar
- 2 alumnas evaluadas de muy bien para un 12,5 % de la muestra, ya que las mismas cometieron un error técnico. Entre los errores que cometieron predominan no realizan el lanzamiento por encima del hombro al lanzar la pelota y no realizan el último paso contrario al brazo de lanzar

Sexo Masculino

- En el sexo masculino, de 19 niños, 8 evaluados de insuficiente para un 42,1 % de la muestra, en estos alumnos predominaron los mismos errores técnicos que en el sexo femenino, 9 evaluados de bien para un 47,4 % de la muestra, predominando también los mismos errores que en el sexo femenino y solo 2 para un 10,5 % alcanzaron evaluación de muy bien, ya que lograron cometer un error técnico en la ejecución de la habilidad.
- De forma general de 35 niños tomados como muestra 2 para un 10,5 % fueron evaluados de muy bien, 15 de bien para un 42,9 % de la muestra y 16 para un 45,7% evaluados de insuficiente. En sentido general los errores que más se cometieron por los alumnos a la hora de realizar la habilidad salto de longitud con carrera de impulso fueron: no realizan el lanzamiento por encima del hombro al lanzar la pelota, no realizan el último paso contrario al brazo de lanzar y la pelota no cae en el área delimitada (ángulo).

Del Villar Álvarez, Fernando y José Antonio Julián Clemente (1998) plantea en su investigación aspectos a tener en cuenta a la hora de ejecutar los lanzamientos.

Lanzamientos y Recepciones: Implican un proceso cognitivo en el que intervienen tres factores fundamentales: Velocidad, Distancia y Precisión; además de la fuerza y flexibilidad.

Lanzamientos: A los 6 meses el niño puede hacerlo desde la posición de sentado.

A los 2-3 años, logra el lanzamiento con la extensión de los brazos.

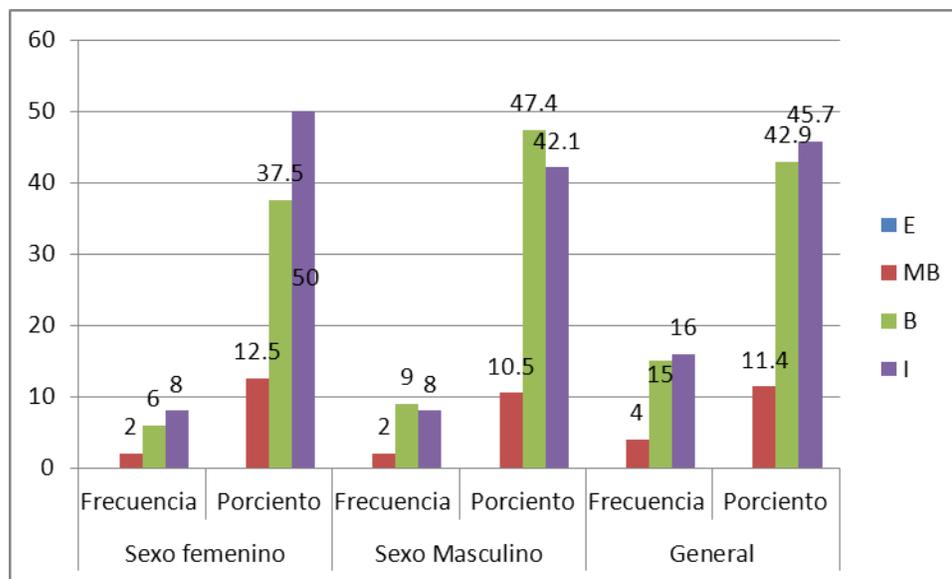
Hacia los 5-6 años el lanzamiento va alcanzando la madurez adulta, con adelantamiento de la pierna opuesta al brazo lanzador y adoptando éste la posición de armado por encima del hombro.

Bandet. J. (1975), Cruz Riverí, Ángel de la y A. Watson Mackenzie (2000) y Arteaga, Javier (2006) hacen referencia a estrategias para la mejora de la habilidad salto de longitud con carrera de impulso, básicamente juegos. Mediante estas propuestas se

tiene como ventaja su carácter lúdico, por lo que pueden servir de motivación para iniciar actividades que sirvan de apoyo para despertar en el alumno el interés por erradicar los errores técnicos que se presentan en la ejecución de la habilidad.

Teniendo en cuenta los logros alcanzados por estos autores se es necesario realizar y aplicar un complejo de juegos teniendo en cuenta materiales curriculares para desarrollar las habilidades motrices básicas.

Gráfico 3: Resultado del lanzamiento (pretest)



En la evaluación general que alcanzaron los niños en la realización de las tres habilidades motrices básicas se muestran los siguientes resultados. (Gráfico 4)

En el Sexo femenino: De 16 niñas, 9 evaluada de insuficiente para un 56,2 % de la muestra y 7 alumnas evaluadas de bien para un 43,8 % de la muestra.

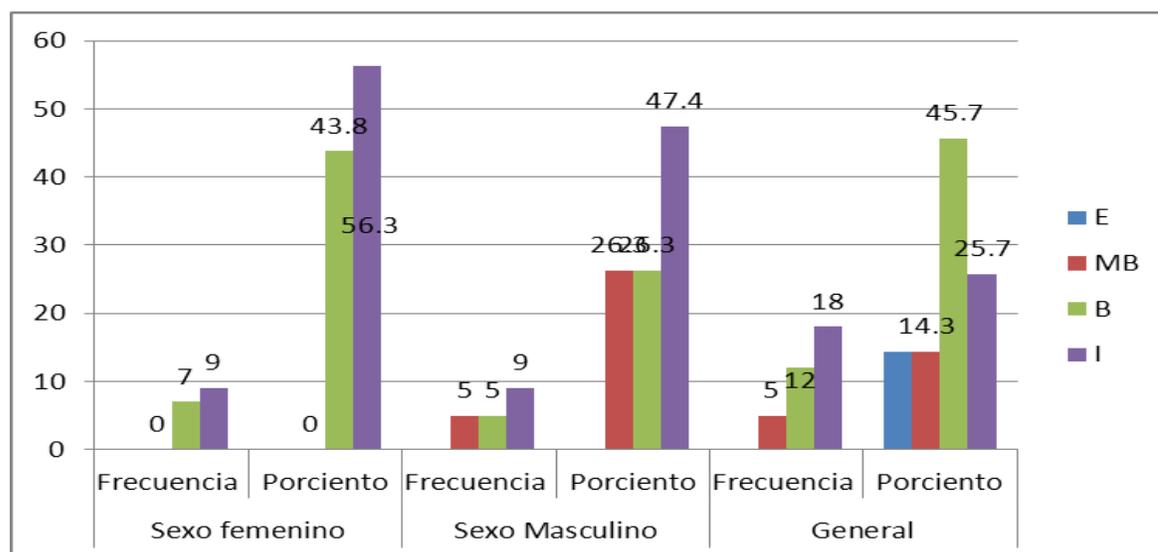
En el sexo Masculino: de 19 niños, 9 evaluados de bien para un 47,4 % de la muestra, 5 para un 26,3 % alcanzaron evaluación de muy bien y 5 lograron evaluación de excelente en las tres habilidades evaluadas.

De forma general, de 35 niños tomados como muestra, 5 para un 14,3 % de la muestra fueron evaluados de excelente en la tres habilidades motrices básicas que realizaron para su evaluación, 5 para un 14,3 % fueron evaluados de muy bien, 16 de bien para un 45,7 % de la muestra y 9 para un 25,7 % de la muestra evaluado de insuficiente.

Después de obtenidos los resultados de la evaluación de las habilidades motrices básicas en el diagnóstico y de analizar los estudios realizados por diferentes autores, entre los que hacemos referencia a Bandet. J. (1975), Cruz Riverí, Ángel de la y A. Watson Mackenzie (2000) y Arteaga, Javier (2006) ya que en su investigación hacen alusión a estrategias para la mejora de la habilidad salto de longitud con carrera de impulso, básicamente juegos. Mediante estas propuestas se tiene como ventaja su carácter lúdico, por lo que pueden servir de motivación para iniciar actividades que sirvan de apoyo para despertar en el alumno el interés por erradicar los errores técnicos que se presentan en la ejecución de la habilidad.

Teniendo en cuenta los logros alcanzados por estos autores se es necesario realizar y aplicar un complejo de juegos teniendo en cuenta materiales curriculares sobre juegos para el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

Gráfico 4: Resultado Generales (pretest)



Complejo de juegos

Juegos de lanzamiento

1. Nombre: El blanco móvil.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos por encima del hombro

Desarrollo: Sobre un terreno de 3 metros de largo, dividido en dos partes iguales, y con una banderita, colocada en el centro del terreno. Los jugadores de cada equipo situados en los fondos y fuera del terreno de cada campo, con pelotas, tratarán mediante lanzamientos de darle al blanco.

Reglas: gana un punto el equipo que de en el blanco realizando el lanzamientos por encima del hombro

Variantes: aumentando la distancia del blanco

Medios: banderitas y pelotas pequeñas

2. Nombre: El rey de los animales.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos por encima del hombro y captura de la pelota.

Desarrollo: Los niños forman un círculo. El profesor lanza la pelota a un jugador y le dice "he visto un lobo". El que recibe la pelota la lanza a otro cambiando el nombre del animal. Los que no contesten rápidamente salen del juego. El último que se quede es el rey de los animales. No se puede repetir los nombres.

Reglas: los lanzamientos deben ejecutarlo por encima del hombro.

No se puede repetir los nombres de los animales.

Variantes: hacerlo con el nombre de las frutas o de deportistas destacados.

Medios: banderitas y pelotas pequeñas

3. Nombre: Los bolos.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos por encima del hombro

Desarrollo: Equipos de seis. Se colocan cinco banderitas y de uno a uno lanzan tres pelotas. ¿Quién derribar más bolos?. El “bolo” tocado por la pelota. El equipo obtiene un punto

Reglas: El “bolo” tocado por la pelota, el equipo obtiene un punto

Variantes: el mismo ejercicios aumentando la cantidad de banderitas

Medios: banderitas y pelotas pequeñas

4. Nombre: Lanzar con puntería.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos por encima del hombro

Desarrollo: Grupos de 6 alumnos/as se situarán lanzándose un objeto (pelota, balón, etc.). Cada blanco obtiene un punto. Gana el equipo que más puntos consiga.

Reglas: los lanzamientos deben ejecutarlo por encima del hombro.

Variantes: el mismos pero lanzado la pelota a una diana u objeto aumentando la distancia del mismo.

Medios: pelotas pequeñas, balón, etc.

6. Nombre: Achique de pelotas.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos

Desarrollo: Se dividirá el terreno en dos tres zonas. Una zona central entre dos líneas donde no podrán entrar los jugadores/as. Dos equipos estarán detrás de cada línea, con una pelota cada uno/a. A una señal del profesor/a lanzarán la pelota hacia el otro campo los dos equipos a la vez. Sólo se puede lanzar con la mano, y no se

pueden meter dentro de la zona central. A otra señal del profesor/a todos dejarán de lanzar y se hará un recuento de pelotas en cada campo. Pierde el equipo que más pelotas tenga en su campo.

Reglas: el equipo que ganador obtiene un punto

No se puede lanzar al cuerpo de los niños.

Si la pelota impacta con un jugador el equipo pierde un punto

Variantes: colocando banderitas en la zona central las cuales pueden ser derribadas obteniendo dos puntos para cada jugador más el del acumulado de las pelotas en el área.

Medios: banderitas y pelotas pequeñas

6. Nombre: La caza.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos por encima del hombro

Desarrollo: Se trazará un círculo en el terreno de juego donde se sitúan los jugadores/as menos dos que estarán dentro de él. Los demás jugadores fuera del círculo dispondrán de una pelota que lanzarán a los de adentro.

Reglas: El jugador/a que se le caiga se sustituye por el que ha lanzado.

Variantes: aumentando la cantidad de jugadores en el centro

Medios: banderitas y pelotas pequeñas

7. Nombre: A llenar la caja.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos por encima del hombro

Desarrollo: Se formarán dos equipos que se situarán en hileras detrás de la línea de salida. Cada equipo tendrá delante una caja de pelotas, que deberán pasar a otra

caja situada en el extremo opuesto. A una señal del profesor/a, el primer alumno/a de cada hilera deberá correr hasta una determinada marca trazada en el suelo, y el segundo de esta hilera, en ese momento, le lanzará la pelota, la cogerá y correrá con ella hasta la caja. El segundo correrá e intentará coger una pelota lanzada por el tercero, la llevará a la caja y así sucesivamente.

Reglas: Aquel jugador que pierda la pelota en la recepción del pase volverá a su lugar inicial. Ganará aquel equipo que antes introduzca todas las pelotas en la caja.

Variantes: lanzar la pelota a la caja

Medios: banderitas, cajas y pelotas pequeñas

8. Nombre: La ficha.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos por encima del hombro

Desarrollo: Todos los alumnos/as se colocarán detrás de una línea con una ficha o chapa de botellas en sus manos. A una distancia aproximada de 5 metros, se situarán cajas de distintos tamaños numeradas del uno al diez. La puntuación de la caja estará en razón inversa al tamaño de la misma. A una señal del profesor/a los alumnos/as lanzarán la ficha a una de las cajas tratando de introducirlas. Se repetirá tres veces la operación.

Reglas: Gana quien consiga más puntos y realice el lanzamiento por encima del hombro.

Variantes: Si no se dispone de fichas se puede hacer con pelotas

Medios: banderitas y pelotas pequeñas

9. Nombre: La diana.

Objetivo: ejecutar los lanzamientos por encima del hombro

Desarrollo: Se dividirá la clase en dos grupos. Se dibujará en la pared una diana con puntuaciones del 1 al 10. De uno en uno cada alumno/a, a una distancia de 4 ó 5 metros los mismos tratarán de lanzar la pelota al centro de la diana.

Reglas: Se sumarán las puntuaciones y ganará el equipo que más punto obtenga.

Se efectuará el lanzamiento por encima del hombro

Variantes: aumentando la distancia del blanco

Medios: banderitas y pelotas pequeñas

Juegos de saltos

1. Nombre: El trampolín.

Objetivo: ejecutar el salto

Desarrollo: En grupos de 6 alumnos/as frente a una línea tratará de saltar lo más largo posible.

Reglas: el que salte más lejos gana un punto.

El alumno debe caer de forma amortiguada e impulsando el cuerpo hacia delante

Variantes: con pequeña carrera de impulso realizar el salto

Medios: Tizas, silbato

2. Nombre: Los ocho saltos.

Objetivo: ejecutar el salto

Desarrollo: Se pintará una línea de salida en el suelo, y detrás de ella se colocarán todos los niños/as uno al lado de otro. Desde el primero al último realizarán con dos

pies y sin tomar impulso 8 saltos, En el último salto, se quedarán inmóviles hasta que hayan saltado todos, y colocarán una marca para ver después si pueden superarla en el siguiente intento.

Reglas: el que salte más lejos gana un punto.

El alumno debe caer de forma amortiguada e impulsando el cuerpo hacia delante

Variantes: aumentando la cantidad de salto o realizando el mismo con un pie y caer con dos.

Medios: tizas,

3. Nombre: Saltar el río.

Objetivo: ejecutar el salto

Desarrollo: Con cuerdas se delimita el río o bien pintadas dos líneas en el suelo. Seis peces están dentro del río. El resto de los alumnos/as debe saltar el río a una señal. Los tocados pasarán a ser peces.

Reglas: Se descalifica el alumno que corra, deben saltar con dos pies.

El alumno debe caer de forma amortiguada e impulsando el cuerpo hacia delante

Variantes: el mismo juego pero sin colocar alumnos en el río

Medios: tizas

4. Nombre: Salvarse saltando.

Objetivo: ejecutar el salto

Desarrollo: Distribuidos por la pista todos y sentados en el suelo, a la señal del profesor se levantan y salen saltando por el terreno, los dos alumnos que se quedan los perseguirán por el terreno marcado. Al que sea tocado se queda y uno de los otros compañeros debe tocarlo para preservarlo.

Reglas: el salto debe realizarse con los dos pies, no se puede correr

Variantes: el mismo juego pero con tiempo

Medios: silbato

Juegos de carrera

1. Nombre: Relevos en zigzag.

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: Se formarán varios equipos colocados en hileras detrás de una línea de salida. Y se colocarán una serie de objetos formando un circuito. A una señal del profesor/a saldrán los primeros corriendo en zigzag y regresar hacia el siguiente jugador/a que al ser tocado hará el mismo proceso. Ganará el equipo que antes acabe el recorrido.

Reglas: enfatizar en la carrera con el metatarso del pie

Variantes: -

Medios: objeto, silbato, banderita

2. Nombre: Cara o Escudo.

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: Los alumnos/as se situarán detrás de una línea central, dividiéndose la clase en dos equipos, y a su vez colocados por parejas, dándose la espalda con sus compañeros/as 1 metro. Uno de los equipos serán caras y el otro escudo. El profesor lanzará una moneda al aire, y dirá en voz alta según haya caído. Si es cara las parejas de ese equipo saldrán corriendo hacia una línea colocada 10 a 15 metros de la central, mientras que sus parejas en el otro equipo intentarán tocarlos antes de que lleguen a la línea. Si no es tocado se coloca un punto si es, el punto para la pareja del equipo contrario. Se repetirá el lanzamiento varias veces.

Reglas: enfatizar en la carrera con el metatarso del pie

Variantes: el mismo juego pero utilizando números en los jugadores

Medios: tizas,

3. Nombre: Ratón y el gato.

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: Los alumnos/as forman un círculo cogido de la mano. Un alumno/a hace de gato y otro de ratón. En un momento el gato tratará de coger al ratón corriendo por fuera del círculo.

Reglas: el alumno que sea atrapado y que no realice la actividad con el metatarso del pie debe mencionar el nombre de una figura deportiva.

Variantes: corriendo en zigzag entre los brazos de los niños que conforman el círculo.

Medios: silbato

4. Nombre: Zorros y conejos.

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: La clase es dividida en dos grupos, unos harán de zorros y otros de conejos. Los zorros tendrán que dar caza a los conejos. Los conejos cazados quedarán en cuclillas (agachados) y podrán ser salvados por los otros conejos libres tocándole la espalda. Termina el juego cuando todos sean atrapados

Reglas: hacer énfasis en la carrera con el metatarso de pie

Variantes: realizar el ejercicio por tiempo

Medios: silbato

5. Nombre: Relevos con balón.

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: Se formarán varios equipos que se pondrán en hilera detrás de una línea de salida. El primer alumno/a de cada hilera tendrá un balón. A una distancia se colocará un objeto. A una señal del profesor/a salen los primeros de cada equipo botando el balón rápidamente, dando la vuelta por detrás del objeto y regresando entregando el balón al siguiente compañero/a. Éste realizará el mismo recorrido, luego el tercero, y así sucesivamente.

Reglas: Gana el equipo que terminen antes los relevos.

No se puede lanzar el balón para hacer la entrega del mismo

Variantes: cambiando el objeto que se encuentra a una distancia de la línea.

Medios: balón, banderita.

6. Nombre: El rescate

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: Los alumnos/as se dividen en dos equipos, uno de los perseguidores y otro de los perseguidos. Los perseguidores capturan tocando a los jugadores del equipo contrario que quedan prisioneros en la zona de cárcel, que puede ser cualquier objeto. Los perseguidos tienen unos lugares de casa, previamente establecidos, en los cuales no pueden ser pillados. Los encarcelados pueden ser liberados, si un compañero de equipo se acerca a ellos y los toca. Cuando el equipo es totalmente eliminado se cambian los papeles.

Reglas: hacer énfasis en la carrera con el metatarso de pie

Variantes: sin salvar a los encarcelados o realizar el ejercicio por tiempo

Medios: silbato

7. Nombre: Carrera de ida y vuelta.

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: Se divide a la clase en varios equipos. Cada equipo situado detrás de una línea de salida formando hileras. A una distancia se colocará un objeto (pivote, piedra, etc.). A una señal del profesor/a el primero de cada equipo correrá y dará la vuelta al objeto volviendo a la línea de salida. El segundo corredor al ser tocado en la mano hará la misma operación, así hasta que corran todos los del equipo. Gana aquel grupo que finalice antes el recorrido.

Reglas: gana el equipo que primero termine y realice la carrera con el metatarso del pie.

Variantes: recogiendo el balón u objeto que esta a cierta distancia

Medios: balón u objeto, banderita.

8. Nombre: Policías y ladrones.

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: Se formarán dos equipos. Uno de ellos serán policías y otro de ladrones. Los policías perseguirán a los ladrones por el terreno de juego. El ladrón que sea atrapado será llevado a una zona de cárcel. Los ladrones disponen de casas donde podrán descansar no más de 15 segundos. A su vez los ladrones pueden salvar a sus compañeros que estén en la cárcel tocando su mano. Se puede quedar algún policía custodiando la cárcel. El juego acaba cuando todos los ladrones están en la cárcel. Luego se cambian los papeles.

Reglas: hacer énfasis en la carrera con el metatarso de pie

Variantes: sin salvar a los ladrones o realizar el ejercicio por tiempo

Medios: silbato

9. Nombre: ¿Quién llega antes?

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: Se divide la clase en dos equipos. Cada equipo forma una hilera con sus componentes bien sentados. Todos los alumnos/as se numerarán correlativamente. El profesor/a nombra un número y los jugadores correspondientes se levantan y dan la vuelta al objeto ubicado a una distancia. Se repetirá varias veces.

Reglas: El jugador que llegue antes a su puesto, gana un punto para su equipo

Variantes: los jugadores de parado salen a realizar la actividad.

Medios: objetos grandes, balón, banderita.

10. Nombre: Relevos por parejas.

Objetivo: ejecutar la carrera enfatizando en que corran con el metatarso del pie

Desarrollo: Se dibujarán dos líneas separadas en el suelo a una distancia de 10 m. Se dividirá a la clase por varios equipos. Cada equipo formará una hilera detrás de una de las líneas. La hilera formada por todos los alumnos/as del equipo menos uno, que estará en la línea opuesta.

A una señal del profesor/a, los alumnos/as que están solos se dirigirán hacia el primer compañero/a de su hilera, le dará la mano y volverán hacia su línea. Allí se sueltan y el cogido repite el mismo proceso. Termina cuando todos los jugadores/as pasen a la otra línea.

Reglas: gana el equipo que todos los jugadores corran con el metatarso del pie

Variantes: aumentando la cantidad de jugadores (tríos o cuarteto).

Medios: Tizas, Silbato

Resultados del postest

Después de aplicado el complejo de juegos que mencionamos anteriormente nos dimos a la tarea de realizar una evaluación de las habilidades motrices básicas, para computar si existía cambio en la ejecución de las mismas por parte de los estudiantes

Habilidad motriz básica Carrera

Sexo femenino:

- De 16 niñas, 6 fueron evaluadas de bien para un 37,4 % de la muestra.
- De la muestra tomada para esta investigación el 31,3 % de la misma fueron evaluadas de bien.
- De 16 niñas, 5 de las mismas para un 31,3 % de la muestra fueron evaluadas de excelente.

Sexo masculino:

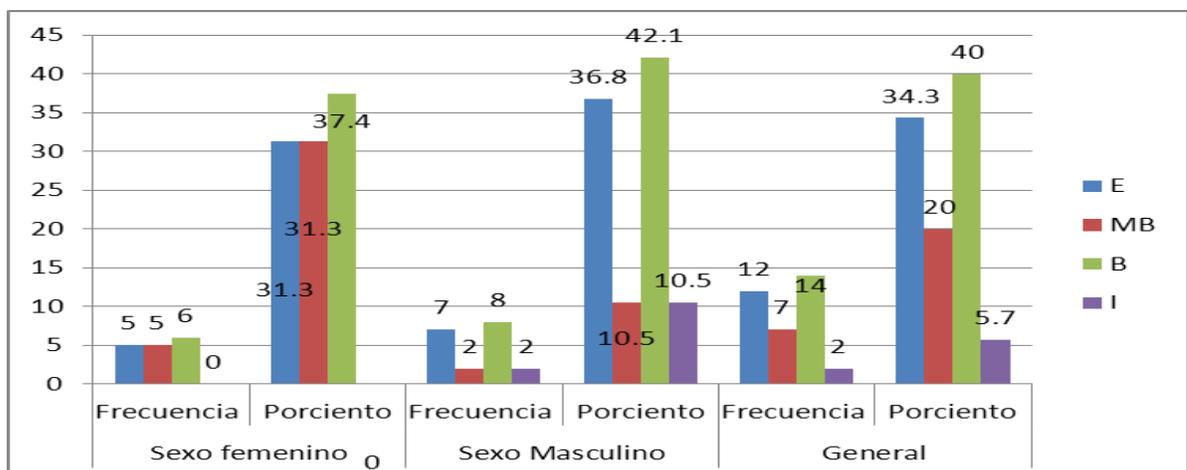
- De 19 niños, 2 que representa un 10,5 % de la muestra fueron evaluados de insuficiente.
- De una muestra de 19 niños, 8 fueron evaluadas de bien para un 42,1 % de la muestra.
- De la muestra tomada para esta investigación, 2 para un 10,5 % de la misma fueron evaluadas de bien.
- De 19 niños, 7 de las mismas para un 36,8 % de la muestra fueron evaluadas de excelente.

De forma general:

- De 35 niños y niñas, 2 que representa un 5,7 % de la muestra fueron evaluados de insuficiente, 14 que representa el un 40 % de la muestra evaluado de bien, 7 que representa el 20 % de la misma evaluados de muy bien y 12 para un 34,3 % fueron evaluadas de excelente.

Cuando se comparan los resultados de pretest y postest de este indicador se puede apreciar una mejoría de los resultados de los alumnos después de haber aplicado el complejo de juego.

Grafico 5: Resultado de la carrera (postest)



Habilidad motriz básica Salto de longitud con carrera de impulso

Sexo femenino:

- De 16 niñas, 10 fueron evaluadas de bien para un representación de un 62,5 % de la muestra.
- De 16 niñas, 5 que representa el 31,3 % de la muestra fueron evaluadas de muy bien.
- De 16 niñas, 1 que representa 6,3 % de la muestra fueron evaluadas de excelente.

Sexo masculino:

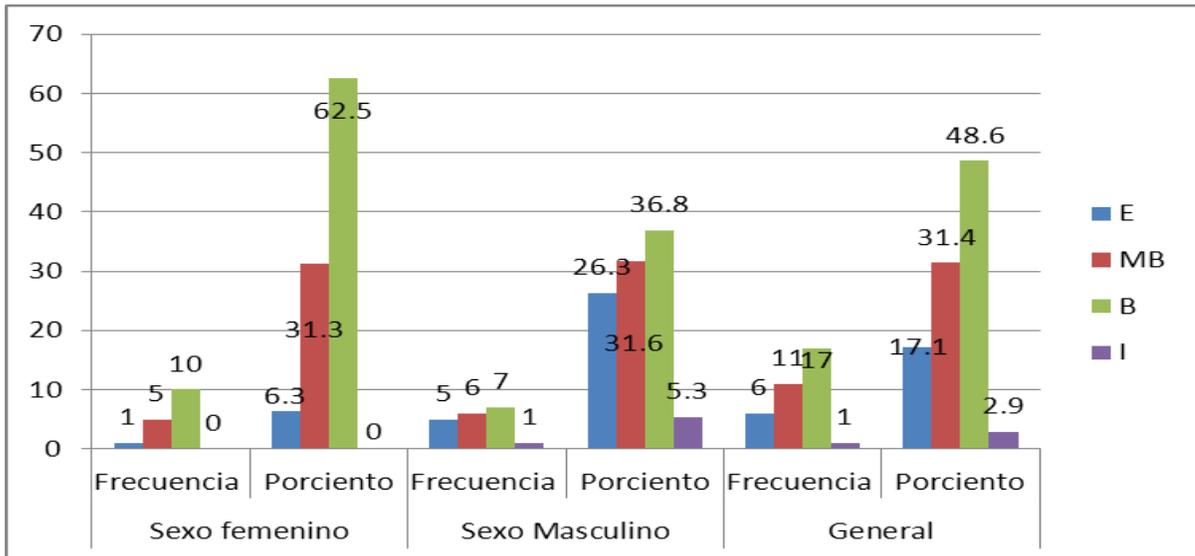
- De 19 niños, 1 que representa un 5,3 % de la muestra fueron evaluados de insuficiente.
- De una muestra de 19 niños, 7 fueron evaluadas de bien para un 36,8 % de la muestra.
- De la muestra tomada para esta investigación, 6 para un 31,6 % de la misma fueron evaluadas de bien.
- De 19 niños, 5 de las mismas para un 26,3 % de la muestra fueron evaluadas de excelente.

De forma general:

- De 35 niños y niñas, 1 que representa un 2,9 % de la muestra fueron evaluados de insuficiente, 17 que representa el un 48,6 % de la muestra evaluado de bien, 11 que representa el 31,4 % de la misma evaluados de muy bien y 6 para un 17,1 % fueron evaluadas de excelente.

Cuando se comparan los resultados de pretest y posttest de este indicador se puede apreciar una mejoría de los resultados de los alumnos después de haber aplicado el complejo de juego.

Grafico 6: Resultado del Salto de longitud con carrera de impulso (postest)



Habilidad motriz básica lanzamiento

Sexo femenino:

- De 16 niñas, 6 fueron evaluadas de bien, para un representación de un 37,4 % de la muestra.
- De 16 niñas, 5 que representa el 31,3 % de la muestra fueron evaluadas de muy bien.
- De 16 niñas, 5 que representa 31,3 % de la muestra fueron evaluadas de excelente.

Sexo masculino:

- De 19 niños, 1 que representa un 5,3 % de la muestra fueron evaluados de insuficiente.
- De una muestra de 19 niños, 9 fueron evaluadas de bien para un 47,3 % de la muestra.
- De la muestra tomada para esta investigación, 4 para un 21,1 % de la misma fueron evaluadas de bien.
- De 19 niños, 5 de las mismas para un 26,3 % de la muestra fueron evaluadas de

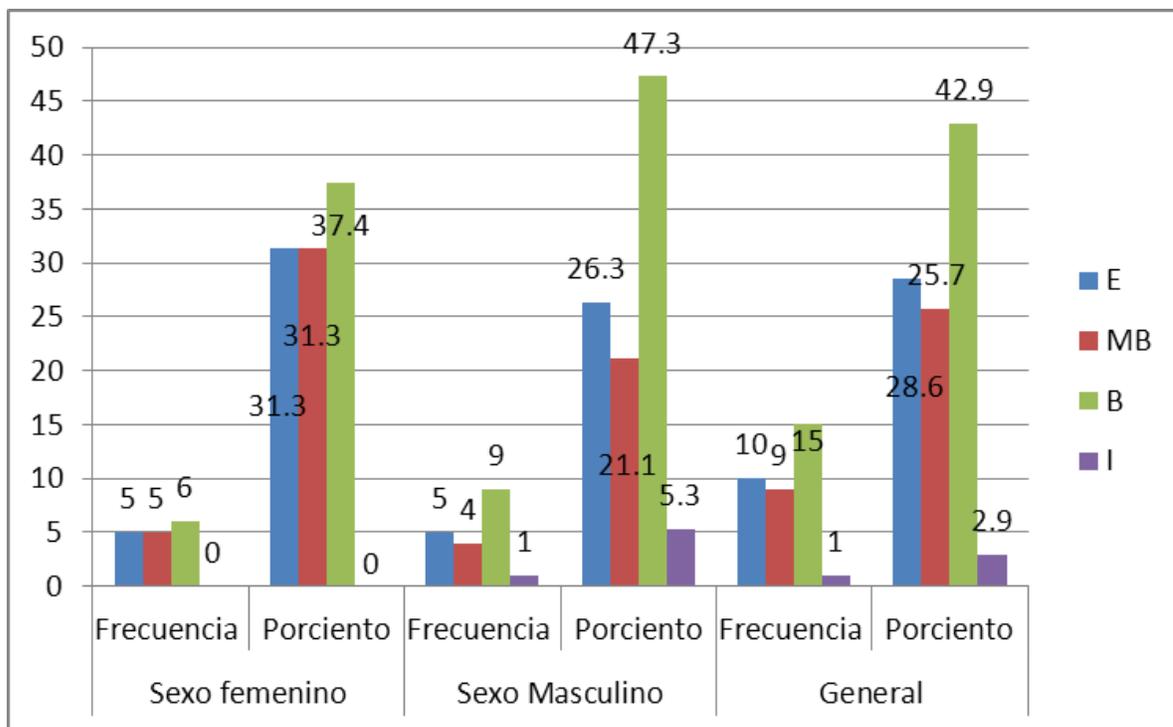
excelente.

De forma general:

- De 35 niños y niñas, 1 que representa un 2,9 % de la muestra fueron evaluados de insuficiente, 15 que representa el un 42,9 % de la muestra evaluado de bien, 9 que representa el 25,7 % de la misma evaluados de muy bien y 10 para un 28,6 % fueron evaluadas de excelente.

Cuando se comparan los resultados de pretest y postest de este indicador se puede apreciar una mejoría de los resultados de los alumnos después de haber aplicado el complejo de juego.

Grafico 7: Resultado del lanzamiento (postest)



Resultados generales de las habilidades motrices básica

Sexo femenino:

- De 16 niñas, 6 fueron evaluadas de bien, para un representación de un 37,4 % de la muestra.
- De 16 niñas, 7 que representa el 43,8 % de la muestra fueron evaluadas de muy bien.
- De 16 niñas, 3 que representa 18,8 % de la muestra fueron evaluadas de excelente.

Sexo masculino:

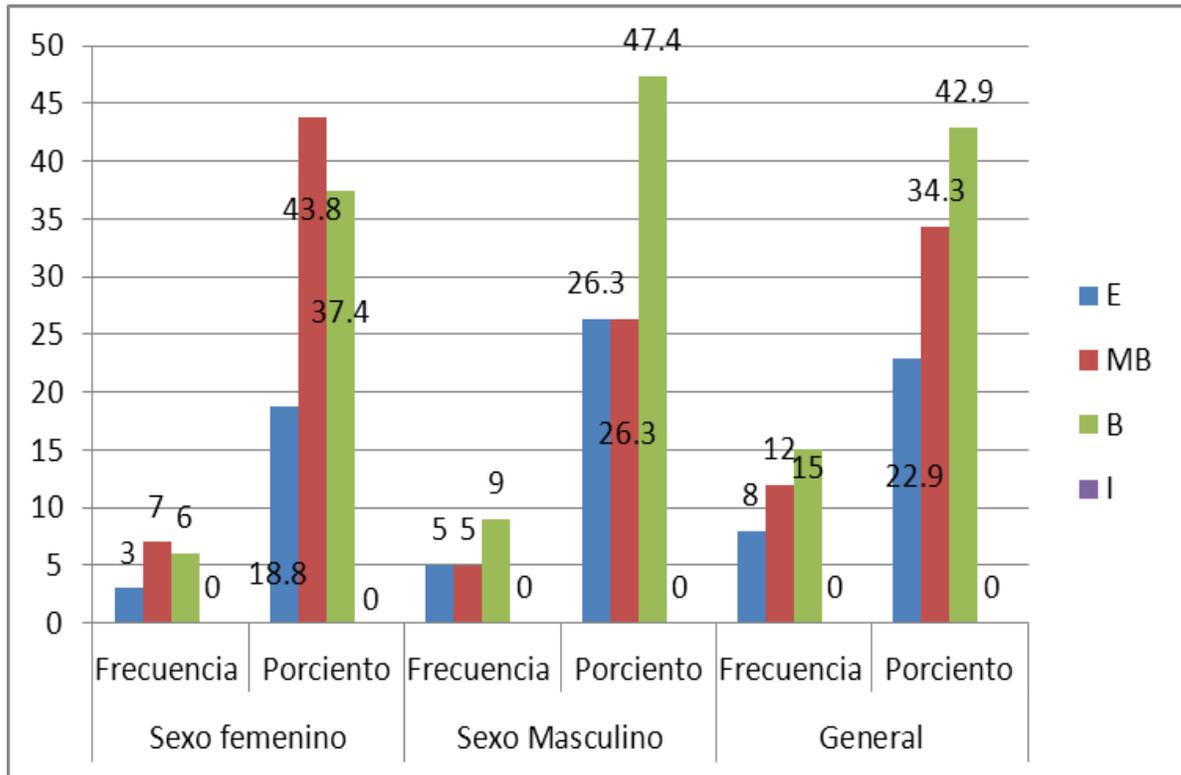
- De 19 niños, 9 que representa un 47,4 % de la muestra fueron evaluados de bien.
- De una muestra de 19 niños, 5 fueron evaluadas de muy bien para un 26,3 % de la muestra.
- De 19 niños, 5 de las mismas para un 26,3 % de la muestra fueron evaluadas de excelente.

De forma general:

- De 35 niños y niñas, 15 que representa el un 42,9 % de la muestra evaluado de bien, 12 que representa el 34,3 % de la misma evaluados de muy bien y 8 para un 22,9 % fueron evaluadas de excelente.

Cuando se comparan los resultados de pretest y postest de este indicador se puede apreciar una mejoría de los resultados de los alumnos después de haber aplicado el complejo de juego.

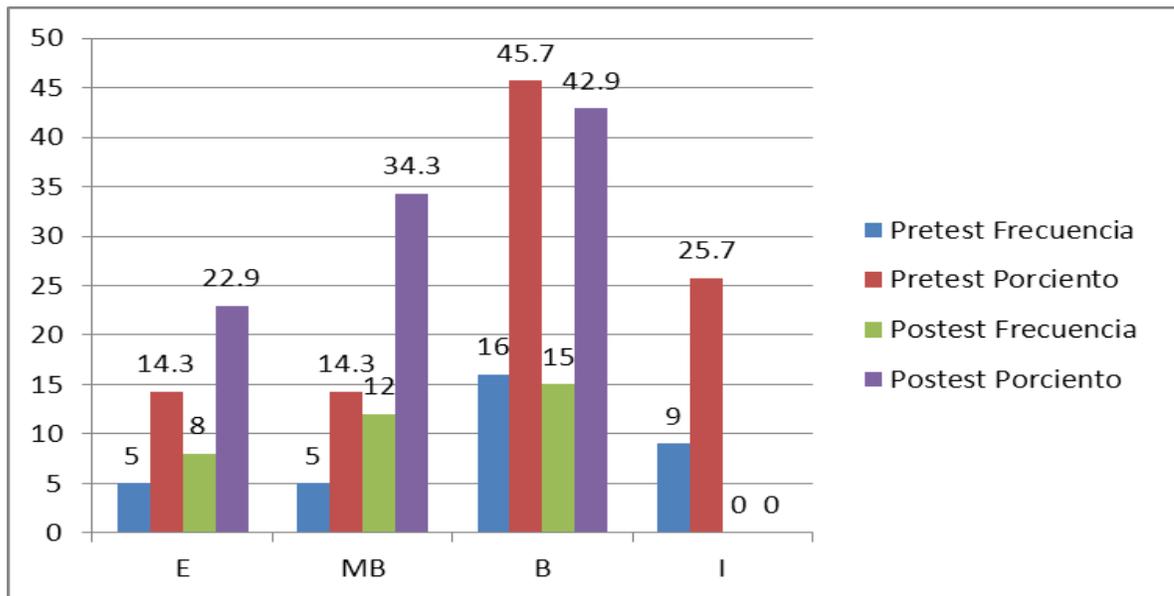
Grafico 8: Resultado Generales (postest)



Comparación de los resultados generales (pretest - postest)

En la tabla # 9 se muestran los resultados del pretest y postest de las evaluaciones generales de los alumnos de la escuela, donde se puede apreciar una mejoría de los resultados. En el pretest el 74,3 % de la muestra se encuentra evaluados de bien (45,7), muy bien (14,3) y excelente (14,3), mientras que en el postest el 100 % de los mismos se encuentra con evaluaciones de bien (42,9), muy bien (34,3) y excelente (22,9).

Grafico 9: Resultado Generales (pretest - postest)



Prueba de Wilconxon para el pretest y postest de los indicadores

Después de haber obtenidos los resultados del pretest y postest de los 3 indicadores operacionales de la investigación se decidió aplicar la prueba no paramétrica de Wilconxon que detectan las diferencias de distribución en cuanto al comportamiento de la misma variable en el mismo grupo de sujetos y en 2 momentos distintos.

Dichas pruebas establecen, las decisiones de aceptar o no las diferencias intragrupales se basan en la significación asintótica, la que debe comportarse por debajo de valores de 0,05 lo que indica que la variable difiere en su distribución.

Cuando se valoran los resultados de las pruebas de Wilconxon (Tabla # 1) arrojó que la significación asintótica bilateral de ambas pruebas es menor que el nivel de significación de 0.05 por tanto se acepta la hipótesis, los indicadores aplicados para evaluar la variable son eficaz (hipótesis alterna).

Tabla # 1: Wilconxon Signed Ranks Test.

	Postest_Correr Pretest_Correr	- Postest_Saltar Pretest_saltar	- Postest_Lanzar Pretest_Lanzar
Z	-4,491(a)	-4,491(a)	-4,491(a)
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000

a Based on positive ranks.

b Wilconxon Signed Ranks Test

Conclusiones

Teniendo en cuenta los objetivos planteados, así como los resultados derivados del proceso investigativo, se considera como conclusiones de este trabajo, las siguientes:

- Con el resultado de este estudio se corrobora nuestra hipótesis, con la aplicación de un complejo de juegos se desarrollará las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico.
- Los resultados de los 3 indicadores evaluados en la investigación mejoraron con respecto a la prueba de diagnóstico efectuada en la misma.
- El complejo de juego aplicado fue efectivo para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela “Guerrillero Heroico”, debido a que los mismos lograron mejorar los errores técnicos que poseían a ejecutar las mismas.

Recomendaciones

Atendiendo a lo planteado en las conclusiones y lo antes analizado se recomienda:

- Que se aplique el complejo de juegos en otros grupos en cursos venideros.
- Que la comisión provincial investigue la influencia de un complejo de juegos para la enseñanza de las habilidades motrices básicas.

Bibliografía

- Alderete A. (1995). Elaboración de instrumento de diagnóstico de habilidades básicas para el aprendizaje en primer grado a ser utilizada en niños pertenecientes a grupos urbano-marginales. Informe presentado a la Secyt. *UNC*.
- Alfaro Torres, R. (2003). Juegos cubanos. Ciudad de la Habana, Editora Abril.
- Arbolida Gómez, R. (1999). El Juego. Ceremonia de iniciación en la cultura Educación Física y Deporte, 1: 22-125.
- Arteaga, J. (2004). El Juego y la Actividad Física. Disponible en www.monografias.com. Consultado el 17 de febrero del 2013
- Arteaga, J. (2006). El Juego y la Actividad Física. Disponible en: <http://www.monografias.com>. Consultado el 16 de diciembre del 2013
- Bandet. J. (1975). "Enseñar A Través Del Juego". Editorial Fontanella. Barcelona
- Bañuelos, F. (1997). Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. España: Editorial Gymnos.
- Batalla, F. A. (2000). Las habilidades motrices. Barcelona: INDE
- Blanco Pérez, J. y Col. (2001). Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física. Secundaria Básica. La Habana, Editorial Deportes.
- Castañer, Balcells M. y O. Camerino Foguet (2001). La educación física en la enseñanza primaria, Barcelona: INDE.
- Colectivo de autores (2002). Folleto de Teoría y Práctica de los Juegos. Material Referativo de Apoyo a la Docencia. La Habana: Editorial EIEFD.
- Colectivo de autores (2009). Programa y orientaciones de Educación Física. Primer Ciclo.

- Contreras, J. O. (1998). Didáctica de la educación física. Un enfoque constructivista, Barcelona: INDE.
- Cruz Riverí, Á. y Watson Mackenzie, A. (2000). Serie de juegos para el Deporte Participativo en las escuelas secundarias básicas urbanas. Trabajo de diploma. Holguín, ISCF "Manuel Fajardo".
- Defontaine, J. (1981). "Manual de reeducación psicomotriz (Tercer año)". Editorial Médica y Técnica S. A.
- Del Villar Álvarez, F. y Clemente, Julián (1998). El desarrollo de las habilidades motrices básicas desde un programa de deporte educativo en el contexto extraescolar. Disponible en <http://www.dialnet.com>. Consultado el 10 de febrero de 2013.
- Díaz Rodríguez, Ma. Del C. (2001) 55 juegos para deporte participativo. Trabajo de diploma. Holguín, ISCF "Manuel Fajardo".
- Díaz, Lucea J. (1999), La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas, España, INDE.
- Diccionario de las Ciencias de la Educación (s.f). Disponible en http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1669-22007000200007&lnges&nrm=iso. Consultado el 10 de febrero de 2013.
- Dobler E. Y H. Dobler (1980). Juegos menores. Ciudad de La Habana: Editora Pueblo y Educación.
- Elkonin, D. B. (1984). Psicología del juego. Ciudad de la Habana, Editora Pueblo y Educación.
- Florence, J. (1991). Tareas significativas en Educación Física: Una metodología para la enseñanza de los ejercicios en la animación del grupo clase. INDER Publicaciones.

- Gallahue, D. L., & Donnelly, F. (2003). *Developmental Physical Education for All Children* (4th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J.C. (2002). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults* (5th ed.) Boston: McGraw-Hill.
- Garvey, C. (1981). "El Juego Infantil". Serie Bruner. España: Ediciones Morata.
- Gavrilenko, V. A. (1988). *Psicología*. Libro de texto. La Habana: Editora Pueblo y Educación.
- Generelo, Lampa E. y S. Lapetra Costa, (1998). "El desarrollo de las habilidades motrices básicas" en *Fundamentos de Educación Física para la enseñanza primaria*, Vol. I 2da. Ed. Barcelona: INDE.
- Gómez, R. (2002). *La enseñanza de la educación física en el nivel inicial y en el primer ciclo de la EGB: una didáctica de la disponibilidad corporal*. Buenos Aires: Editorial Stadium.
- González Rodríguez, C y Corteza de la Rosa, A. (2002) *Enfoque contemporáneo de la Educación Física en la etapa de preescolar*. La Habana: Ministerio de Educación.
- González, C. (1987). *Juegos y Educación Física*. Madrid: Alambra.
- González, C. (2008). *Manual del profesor de Educación Física*. La Habana, Ministerio de Educación.
- González, I. y col (1995): *Educación Física 3º*. Barcelona: Anaya.
- Granada, J. y I. Alemany. (2002). *Manual de Aprendizaje motor. Una perspectiva educativa*, España, Paidós.
- Guilman, E. (1981). *Evolución psicomotriz desde el nacimiento hasta los 12 años*". Barcelona, Editorial Médica y Técnica S. A.

- Gutiérrez, F. (1985). Educación Participativa, p 109-117. En Diálogo e Interacción en el Proceso Pedagógico. México, D.F.,:Ediciones Caballito.
- Huizinga, J. (1987). Juegos didácticos. Madrid: Alianza Editorial.
- Huizinga, J. (1987) .Juegos didácticos. Madrid: Alianza Editorial.
- Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Manual del profesor de Educación Física I. La Habana, Departamento de Educación Física. Cuba.
- Jackman, J. (1993) Técnicas y juegos gimnásticos. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Londoño, V. (1996). Valoración pedagógica del juego Educación Física y Deporte (Colombia) 1: 95-103.
- López Rodríguez, A. (2002). Aprendizaje significativo de habilidades atléticas sobre la base de situaciones problemáticas. La Habana, ISCF "Manuel Fajardo". La clase de Educación Física. La Habana, INDER.
- López Rodríguez, A. y V. González, Maura. (2000). La calidad de la clase de Educación Física. Una Guía de observación cualitativa para su evaluación. La Habana: ISCF "Manuel Fajardo".
- Mateu, Serrá, M. (1996). 1300 ejercicios y juegos aplicados a las actividades gimnásticas. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Miranda, J. (1999) Juego y actividad física. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Ortega, E y Sánchez ,B. (1985). La actividad motriz, en el niño de 6 a 8 años". Editorial cincel
- Pérez Fernández, O. Y Castillejo, Olán R.. (2000). Serie de juegos para el deporte participativo en las escuelas secundarias básicas urbanas del municipio de Holguín. Trabajo de diploma. Holguín, ISCF "Manuel Fajardo".

- Piaget, J. (2007). Fundación Crecer jugando. Juego, juguete y salud. Disponible en: <http://www.crecerjugando.org/pdf/juegojugueteysalud2007.pdf>. Consultado el 10 de febrero de 2013
- Rigal, R. (1987). Motricidad humana. Fundamentos y aplicaciones pedagógicas". Editorial Pila Teleña S.A.
- Rink, Judith E. (2002). Teaching Physical Education for Learning, Four Edition, USA, McGraw-Hill Higher Education.
- Ruiz Aguilera, A. y Col. (1989). Metodología de la enseñanza de la Educación Física, T.2. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ruiz Aguilera, A., López Rodríguez, A. y Dorta Sasco, F..(1989) Metodología de la enseñanza de la Educación Física. T.1. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ruiz Pérez, L. (2000). Deporte y aprendizaje. Procesos de adquisición y desarrollo de habilidades. Madrid: Visor Dis.
- Salas Almarales, Y. (2002). Los Juegos cooperativos en las clases de Educación Física en la enseñanza primaria del primer ciclo. Trabajo de Diploma. Holguín, ISCF "Manuel Fajardo".
- Sánchez Bañuelos, F. y Ruiz Pérez, L. (2002), "El desarrollo de la competencia motriz de los estudiantes" en Didáctica de la Educación Física, España: Prentice Hall. Pp. 45- 56.
- Scedentop, D. (1988). Aprender a enseñar la Educación Física. Barcelona: INDER Publicaciones.
- Schilling A. (2005). Habilidades Motrices Básicas y desarrollo motor. Disponible en www.monografias.com. Consultado el 17 de febrero del 2013

- Slocum J. (2007). Habilidad Motriz en niños de 6 a 9 años. Disponible en <http://www.dialnet.com>. Consultado el 10 de febrero de 2013.
- Sotelo Fariña, J. (2003). La Educación Física y el Deporte como factores de la calidad y la educación. La Habana: INDER.
- Tobaruela, A. (1991). Juegos En El Patio. Cep De Jaén. Consejería De Educación Y Ciencia
- Torres Rodríguez, M. A. (2004). Folleto de Teoría y Práctica de los Juegos. Material Referativo de Apoyo a la Docencia. La Habana: Editorial EIEFD.
- Torres Vargas, M. (2001). Estrategia metodológica para el deporte participativo,. Trabajo de diploma. Holguín, ISCF "Manuel Fajardo".
- Trigo Azailus, E. (1997). Juegos motores y creatividad. Barcelona. Editorial: Paidotribo.
- Trujillo Tardío, O. y col. (2001). Programa y orientaciones metodológicas de educación física (primer ciclo). La Habana, Editora Deportes.
- Ureña Villanueva, F. (1992) Intervención didáctica: ¿Cómo enseñar en Educación Física?. Disponible en <http://www.efdeportes.com>. Consultado el 10 de febrero de 2013.
- Vega Portilla, C. (s.f.). Algunas de las corrientes o tendencias actuales en la Educación Física. La Habana, ISCF" Manuel Fajardo".
- Wickstrom. Ralph. L. (1990) Patrones motores básicos". Alianza Deporte.
- Williams Harriet, G. (1983). Perceptual and Motor Development. USA: Prentice
- Zapata, C. (1996). El Juego como instrumento metodológico en la enseñanza. Disponible en <http://www.efdeportes.com>. Consultado el 15 de noviembre de 2013.

Anexos

Tabla # 1: Resultado de la Carrera (pretest)

Sexo Femenino				Sexo Masculino			General			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Valid	E	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	MB	0	0	0	4	21,1	21,1	4	21,1	21,1
	B	8	50,0	50,0	7	36,8	36,8	15	42,9	64,0
	I	8	50,0	100,0	8	42,1	100,0	16	46,0	100,0
	Total	16	100,0		19	100		35	100,0	

Tabla # 2: Resultado del Salto de longitud con carrera de impulso (pretest)

Sexo Femenino				Sexo Masculino			General			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Valid	E	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	MB	0	0	0	3	15,8	15,8	3	8,6	8,6
	B	8	50,0	50,0	7	36,8	52,6	15	42,9	51,4
	I	8	50,0	100,0	9	47,4	100,0	17	48,6	100,0
	Total	16	100,0		19	100,0		35	100	

Tabla # 3: Resultado del lanzamiento (pretest)

Sexo Femenino				Sexo Masculino			General			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Valid	E	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	MB	2	12,5	12,5	2	10,5	10,5	4	11,4	11,4
	B	6	37,5	50,0	9	47,4	57,9	15	42,9	54,3
	I	8	50,0	100,0	8	42,1	100,0	16	45,7	100,0
	Total	16	100,0		19	100,0		35	100	

Tabla # 4: Resultado Generales (pretest)

Sexo Femenino				Sexo Masculino			General			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Valid	E	0	0	0	5	26,3	26,3	5	14,3	14,3
	MB	0	0	0	5	26,3	52,6	5	14,3	28,6
	B	7	43,8	43,8	9	47,4	100,0	16	45,7	74,3
	I	9	56,3	56,3	0	0	0	9	25,7	100,0
	Total	16	100,0		19	100,0		35	100	

Tabla # 5: Resultado de la carrera (postest)

Sexo Femenino				Sexo Masculino			General			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Valido	E	5	31,3	31,3	7	36,8	36,8	12	34,3	34,3
	MB	5	31,3	62,6	2	10,5	47,3	7	20,0	54,3
	B	6	37,4	100,0	8	42,1	89,4	14	40	94,3
	I	0	0	0	2	10,5	100,0	2	5,7	100,0
	Total	16	100,0		19	100,0		35	100	

Tabla # 6: Resultado del Salto de longitud con carrera de impulso (postest)

		Sexo Femenino			Sexo Masculino			General		
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Valido	E	1	6,3	6,3	5	26,3	26,3	6	17,1	17,1
	MB	5	31,3	37,9	6	31,6	57,9	11	31,4	48,6
	B	10	62,5	100,0	7	36,8	94,7	17	48,6	97,1
	I	0	0	0	1	5,3	100,0	1	2,9	100,0
	Total	16	100,0		19	100,0		35	100,0	

Tabla # 7: Resultado del lanzamiento (postest)

		Sexo Femenino			Sexo Masculino			General		
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Valido	E	5	31,3	31,3	5	26,3	26,3	10	28,6	28,6
	MB	5	31,3	62,6	4	21,1	47,4	9	25,7	54,3
	B	6	37,4	100,0	9	47,3	94,7	15	42,9	97,1
	I	0	0	0	1	5,3	100,0	1	2,9	100,0
	Total	16	100,0		19	100,0		35	100	

Tabla # 8: Resultado Generales (postest)

		Sexo Femenino			Sexo Masculino			General		
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Valido	E	3	18,8	18,8	5	26,3	26,3	8	22,9	22,9
	MB	7	43,8	61,6	5	26,3	52,6	12	34,3	57,1
	B	6	37,4	100,0	9	47,4	100,0	15	42,9	100,0
	I	0	0	0	0	0	0	0	0,0	100,0
	Total	16	100,0		19	100,0		35	100,0	

Tabla # 9: Resultado Generales (pretest - postest)

Pretest				Postest			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Valido	E	5	14,3	14,3	8	22,9	22,9
	MB	5	14,3	28,6	12	34,3	57,1
	B	16	45,7	74,3	15	42,9	100,0
	I	9	25,7	100,0	0	0,0	100,0
	Total	35	100		35	100,0	