



UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA Y EL DEPORTE

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

*Juegos pequeños para mejorar las habilidades motrices básicas de niños
y niñas de 9 años de edad*

*Trabajo de Diploma para optar por el Título de Licenciado en Cultura
Física*

Autor: David Guillen López

Tutores: MSc. Yovanny Enrique Melián

MSc. Aliuska Suárez Calderón

Cienfuegos

Año 2020-2021

PENSAMIENTO

*LA FALTA DE ACTIVIDAD DESTRUYE LA BUENA CONDICION DE
TODO SER HUMANO, MIENTRAS QUE EL MOVIMIENTO Y EL
EJERCICIO FISICO LO CONSERVAN.*

PLATÓN

DEDICATORIA

Este logro quisiera dedicárselo a todas aquellas personas que confiaron en mí y me dieron su apoyo incondicional, en especial a mi abuelo José Julián Guillén que ya no se encuentra entre nosotros y fue una de las principales personas que me inspiraron a coger esta carrera y seguir adelante en la vida, a mi madre que siempre me ha dado ese empujoncito para seguir adelante, a mi papá, a mis abuelos y a todos aquellos que hicieron esto fuera posible.

AGRADECIMIENTOS

- ✓ *Quiero agradecerle a mi mamá por apoyarme en todo momento y darme esos buenos consejos para mis proyectos.*
- ✓ *Un agradecimiento especial para mi papá que siempre me apoyo en estos años difíciles.*
- ✓ *Agradecer el apoyo de mi abuela, mi hermana, primos, tíos, amigos y de los compañeros de cuarto que en estos años hemos vivido momentos que se nos quedarán grabados para toda la vida.*
- ✓ *Agradecerles también a mis tutores que sin ellos esto no hubiera sido posible esta indagación, por su confianza y conocimientos que me aportó en esta investigación.*
- ✓ *A todos los profesores de la Facultad que de una forma u otra me han apoyado a llegar hasta aquí.*

Resumen

Los juegos son un medio para lograr una ejercitación amena, al máximo de las posibilidades físicas, su realización sistemática y bien dirigida permite afianzar las habilidades motrices básicas. Este artículo tiene como objetivo aplicar juegos pequeños para el mejoramiento de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 9 años de edad del Barrio los 500, de la ciudad de Cienfuegos, estos se conciben en tiempo de pandemia. Se aplicaron diferentes métodos, entre ellos, el estadístico-matemático y el análisis de documentos, con la revisión del Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física de la Educación Primaria correspondiente al primer ciclo. Se tuvieron presente las variables: correr, saltar, lanzar y atrapar. Los juegos pequeños permitieron mejorar la ejecución de las habilidades motrices básicas, detectadas con mayor deficiencia (lanzar y atrapar).

Palabras clave: juegos pequeños, pandemia, habilidades motrices básicas.

Abstract

Games are a means to achieve a pleasant exercise, to the maximum of physical possibilities, its systematic and well-directed performance allows to strengthen basic motor skills. This article aims to apply minor games to improve the basic motor skills of 9-year-old boys and girls from Barrio los 500, in the city of Cienfuegos, these are conceived in times of pandemic. Different methods were applied, among them, the statistical-mathematical and the analysis of documents, with the revision of the Program and Methodological Orientations of Physical Education of Primary Education corresponding to the first cycle. The variables were taken into account: running, jumping, throwing and catching. The minor games allowed to improve the execution of the basic motor skills, detected with greater deficiencies (throwing and catching).

Keywords: minor games, pandemic, basic motor skills.

Introducción

Desde el mes de marzo del 2020 la COVID-19 afecta a Cuba. Con el decursar del tiempo se ha ido agravando cada vez más lo que ha afectado a toda la población. Debido a sus efectos mortales y a su alto grado de contagio fue necesario interrumpir el proceso docente educativo, provocando la paralización de la rutina y las relaciones sociales de los niños y niñas y la práctica de ejercicios físicos a través de la Educación Física.

La Educación Física abarca el conjunto de formas de practicar los ejercicios físicos con un fin educativo, se incluye en el proceso pedagógico que se realiza en las escuelas, contribuye al desarrollo de las capacidades de rendimientos físico de los escolares, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo; contribuye a la formación y mejoramiento de las habilidades motrices, a la adquisición de conocimientos y al desarrollo de las convicciones de forma tal, que esté en condiciones de cumplir las tareas que la sociedad le señale desde el punto de vista laboral, militar y social. (Ruiz y López, 1989)

Para Peña (2015) la Educación Física es la ciencia de la educación que educa al hombre a través del movimiento, desde y en lo psicomotor, hacia lo cognitivo y socio-afectivo; por ello, se busca a través del desarrollo de sus habilidades motrices básicas, formar seres capaces de conocerse a sí mismos, que respeten a los demás y al entorno. (pág. 10)

Según Velázquez (2018), en las etapas iniciales es importante la práctica la Educación Física y propone algunos principios, entre ellos:

- La psicomotricidad debe ser el primer aprendizaje motor que se adquiere al empezar a desarrollar la vida; permite y ayuda al niño a utilizar la actividad física como canalizador de su energía; involucra al juego como un factor fundamental para el enriquecimiento de los patrones básicos de movimiento; favorece los estados anímicos, sociales y personales.
- La acción motriz es el motor esencial para las fases sensibles de desarrollo humano

- La educación expresivo-motriz ayuda a descubrir el propio cuerpo por medio de las experiencias y vivencias, lo cual desarrolla el autocuidado y la autoconfianza, principios inherentes en el desarrollo pedagógico de las sesiones de clase de Educación Física.
- Esta disciplina ayuda al mejoramiento de la memoria y permite que el niño pueda desarrollar nociones de orientación y espacio en situaciones reales del diario vivir.

También Pol et al. (2021) señalan que la Educación Física contribuye al cuidado y preservación de la salud, al fomento de la tolerancia y respeto de los derechos humanos, a la ocupación del tiempo libre y estimula la vida activa. En la Educación Primaria a través de la realización de diferentes actividades se logra establecer las condiciones para la aprehensión de hábitos, habilidades, capacidades, la adquisición de conocimientos, la formación de sentimientos y cualidades que constituyan, con posterioridad, rasgos positivos de la personalidad. (pág. 114)

Continúan argumentando los autores que con una adecuada utilización de los juegos en las clases de esta asignatura se logra elevar la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje y se fortalecen las habilidades motrices básicas. Además, se evidencia en el niño el disfrute de la acción motriz y las relaciones positivas.

El juego constituye una vía fundamental en el proceso de enseñanza- aprendizaje y ocupa un lugar principal por su configuración consciente y adecuada, posibilita la educación de una niñez, físicamente sana. Dentro de la gama de juegos se encuentran varias clasificaciones, una de las más utilizadas en los primeros niveles de enseñanza son los juegos pequeños. En estos juegos se evidencia el contenido motriz y son apropiados para atraer y entusiasmar a los niños y a las niñas. Estos son un medio de la Educación Física, entre ellos se destacan las carreras, los saltos, los lanzamientos, los atrapes y los golpes.

Posibilitan el desarrollo de movimientos básicos para actividades que se deseen realizar en el futuro, por eso su aplicación en las diferentes esferas de la cultura física, son de gran importancia en dependencia con las tareas que se deban resolver. Mediante la utilización de los juegos pequeños, además de aprender, los niños desarrollan habilidades motrices básicas necesarias para su desarrollo físico motor,

estas a la vez contribuirán al desarrollo de habilidades motrices deportivas.

Según Watson (1973), citado por De Armas (2017), en el grupo de los juegos pequeños se encuentran aquellos que son de organización sencilla, pueden o no tener implementos, son de pocas reglas y se pueden modificar. Su duración y participación no se someten a estipulaciones oficiales, no requieren de terrenos específicos, ni de materiales especiales. En una clase se enseñan y ejercitan con éxito para la adquisición de conocimientos, hábitos, habilidades motrices básicas y capacidades físicas condicionales y coordinativas; permiten desarrollar la motricidad, lo sensorial, la dramatización, la imitación, expresión corporal, rondas y cantos, entre otras actividades que contribuyan al logro del objetivo propuesto. (pág. 19).

Los autores de la presente investigación consideran que los juegos pequeños favorecen el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas, pero con el advenimiento de la pandemia de COVID-19 este tipo de actividad física se encuentra afectada debido a la suspensión de las actividades docentes de forma presencial; las teleclases han tenido un papel fundamental en los hogares de los escolares y también se le brinda mayor atención al uso de la tecnología. Todo esto atenta contra el desarrollo de las habilidades motrices básicas para la vida y por eso se han de adoptar o fortalecer estilos de vida saludables.

Las habilidades motrices básicas son parte esencial del desarrollo del niño, debido a que desarrollan la relación entre el cuerpo y su entorno, permiten conocer su funcionalidad y su papel dentro de la vida cotidiana, a la vez, aprenden a darle el fin necesario, son parte primordial de la formación integral. En estas edades hay que inculcar la realización de todo tipo de ejercicios motores para que de esta manera el crecimiento vaya siendo progresivo y correcto. (Peña Brito, 2015, pág. 10)

Las habilidades motrices básicas son las que asientan las actividades motoras específicas, con las cuales se implementan los ejercicios de acuerdo con las edades a trabajar en el nivel inicial. También Peña (2015) es del criterio de que las habilidades motrices 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.
- No locomotrices: la característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio, pero no se realiza ninguna locomoción (balancearse, inclinarse, estirarse doblarse, girar, retorcerse, empujar, levantar, tracciones, colgarse, equilibrarse).
- De manipulación y contacto de móviles y objetos: recepcionar, lanzar, golpear, atrapar, rodar, driblar.

Es necesario saber reconocer las distintas habilidades motrices básicas, para de esta forma, guiar a los niños de acuerdo con sus necesidades, intereses y edades. Sánchez (1992) plantea que para el desarrollo de estas habilidades se establecen cuatro fases en la distribución de contenidos de la Educación Física, incluye la edad escolar y son significativas para el desarrollo, la distribución y aprendizaje de los diferentes contenidos (pág. 10):

- Primera fase: desarrollo de las habilidades perceptivas a través de las tareas motrices habituales, de 4 a 6 años.
- Segunda fase: desarrollo de habilidades motrices básicas, de 6 a 9 años.
- Tercera fase: iniciación de las habilidades motrices específicas y de desarrollo de los factores básicos de la condición física, de 10 a 13 años.
- Cuarta fase: desarrollo de las actividades motrices específicas y desarrollo de la condición física, de 14 a 16 años.

En esta investigación se hace referencia a la segunda fase, esta incluye a los escolares del primer ciclo de la Educación Primaria. Las habilidades motrices básicas permiten asimilar hábitos motores de vital importancia para la defensa y las actividades laborales de cualquier niño en las edades de esa fase. Al finalizar el cuarto grado ya se ha adquirido cierto nivel de perfeccionamiento en el desarrollo de este tipo

de habilidad, lo que permite transitar con éxito por las habilidades específicas deportivas que comienzan a desarrollarse a partir del último período de este mismo grado.

La comunidad científica ha aumentado su interés por el desarrollo y la adquisición de las habilidades motrices básicas en la edad escolar. En este período se produce la adquisición y el desarrollo de habilidades Haywood y Getchell (2005), hay quienes aluden a las presentes Caine y Caine (1991) y a las futuras. Las habilidades motrices básicas existen en cada individuo, pero el tiempo y ritmo de adquisición es diferente en cada uno de los sujetos (Gallahue y Ozmun , 2002).

En los últimos cinco años se han intensificado las investigaciones para darle una mejor atención al desarrollo de estas habilidades, se citan algunos ejemplos:

- De Armas (2017): aborda la utilización de los juegos para el mejoramiento de las habilidades motrices básicas como correr, lanzar y atrapar en el primer grado.
- Pilicita (2017): orienta estudiar cómo los juegos recreativos influyen en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los estudiantes de educación básica.
- Peraza et al. (2020): se refieren al desarrollo de habilidades motrices básicas en el niño de sexto año de vida o edad preescolar mediante la creación de un medio de enseñanza.
- García y Fernández (2020): analizan la competencia en las habilidades motrices básicas de los preescolares gallegos y su grado de asociación con las actividades físico-deportivas extracurriculares.
- Pereira et al. (2021): comprueban el nivel de influencia que tiene la actividad física ejecutada por los estudiantes en el contexto de la emergencia sanitaria provocada por la COVID-19, en el desarrollo de las habilidades motrices; diseñaron un instrumento de tipo escala de estimación adaptada a la dimensión locomoción para las habilidades motrices, con sus respectivos indicadores, pero solo es aplicable a las habilidades de correr, saltar y lanzar; no fue interés de ellos evaluar el comportamiento de otras habilidades motrices básicas .

- García y Mosquera (2021): diagnostican el estado actual de la enseñanza de la Educación Física, de la recreación y deportes en su componente de desarrollo de las habilidades motrices básicas. Además, ofrecen argumentos teóricos acerca de la enseñanza de esas habilidades y los principales errores cometidos por los profesores en la impartición de sus clases. No es objetivo de estos investigadores diagnosticar u ofrecer instrumento para un mejor desempeño de las habilidades motrices básicas.

Teniendo en cuenta la referencia de las bibliografías especializadas y los criterios de los diferentes autores, quienes plantean que las habilidades motrices básicas son propias de la motricidad natural en los individuos y, que forman parte de los contenidos de los Programas de Educación Física, los autores de esta investigación se proponen profundizar en las habilidades: correr, saltar, lanzar y atrapar; por lo que surge la siguiente situación problemática: insuficiencias en las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 9 años de edad del Barrio los 500 en la provincia de Cienfuegos.

Problema científico

¿Cómo mejorar las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 9 años de edad del Barrio los 500 en la provincia de Cienfuegos?

Objeto de estudio: habilidades motrices

Campo de acción: las habilidades motrices básicas en niños y niñas de cuarto en Cienfuegos

Objetivo General

Proponer juegos pequeños para mejorar las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 9 años de edad del Barrio los 500 en la provincia de Cienfuegos.

Objetivos específicos

1. Determinar los referentes teóricos-metodológicos sobre habilidades motrices.
2. Diagnosticar el comportamiento de las habilidades motrices básicas en niños y niñas de 9 años de edad del Barrio los 500 en la provincia de Cienfuegos.

3. Seleccionar juegos pequeños para mejorar las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 9 años de edad del Barrio los 500 en la provincia de Cienfuegos.
4. Aplicar los juegos pequeños seleccionados para mejorar las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 9 años de edad del Barrio los 500 en la provincia de Cienfuegos.

Hipótesis

Si se aplican juegos pequeños, teniendo en cuenta la situación epidemiológica, entonces mejorarán las habilidades motrices básicas los niños y niñas de 9 años de edad del Barrio Los 500 en la provincia de Cienfuegos.

Estructura de la tesis

La tesis se estructuró en tres capítulos, uno inicial para contextualizar todo lo referido a la habilidades motrices y habilidades motrices básicas, así como, de los juegos pequeños. El capítulo dos, contiene las consideraciones metodológicas para el desarrollo de la investigación. El capítulo tres se dedicó al análisis de los resultados. En el trabajo se reflejan las conclusiones, recomendaciones, bibliografía consultada y los anexos que complementan toda la información presentada.

Operacionalización de las variables

Variable independiente: juegos pequeños

Variable dependiente: habilidades motrices básicas

Tabla # 1: Habilidades motrices básicas en estudio

Dimensiones	Indicadores	Índice				
		E (6 puntos)	MB (5 puntos)	B (4 puntos)	R (3 puntos)	I (2 o menos)
Correr	Vista al frente Coordinación Apoyo del metatarso Elevación de la rodilla Movimiento alternado de brazos y piernas Inclinación del tronco					
Saltar	Vista y brazos al frente,					

	<p>Balanceo de los brazos en el salto Tronco ligeramente inclinado a la hora del salto Caer en el metatarso Flexionar las rodillas al caer</p>					
Lanzar	<p>Agarre de la pelota Vista al frente -Colocación de los pies en forma de paso, Lanzamiento por encima del hombro con salida de la extremidad con fuerza desde atrás Giro del tronco al lanzar y desplazar el pie contrario a la mano que lanza.</p>					
Atrapar	<p>Ubicación con respecto a la pelota Colocación de los pies en forma de paso Contacto visual con la pelota y cabeza fija Manos en forma de copa, Realizar el atrape al hacer contacto con la pelota Acercar las manos al pecho momento después de realizado el atrape de la pelota.</p>					

Capítulo I: Fundamentación teórica

Las habilidades motrices constituyen la estructura sensomotora básica que surge de los esquemas motores y son el aporte para el resto de las acciones motrices que el individuo desarrolla a lo largo de su vida. Así lo confirma Singer (1986) cuando afirma que las habilidades motrices son comportamientos que evolucionan de los patrones motrices básicos (genéticos) y que se desarrollan con la maduración, la práctica y la experiencia.

Durand (1988) define a las habilidades motoras como la competencia adquirida por un sujeto para realizar una tarea concreta. Se trata de la capacidad de resolución de un problema motor específico en cuanto a la elaboración de una respuesta eficiente y económica, con la finalidad de alcanzar un determinado objetivo.

Otros autores definen las habilidades motrices como la manifestación visible del acto motor (el movimiento) en interacción con las capacidades perceptivas, físicas y socio-afectivas del responsable de ese acto motor. Así, las habilidades motrices y el resto de las capacidades del individuo se influyen recíprocamente y evolucionan conjuntamente, definiendo la motricidad de cada persona (Casteñar y Camerino, 1991).

Señala Díaz (1999) que estas habilidades son capacidades adquiridas por aprendizaje y pueden expresarse en conductas determinadas en cualquier momento con un menor o mayor grado de destreza.

Por lo tanto, para ser hábil en alguna acción motriz, es necesario contar previamente con la capacidad potencial necesaria y con el dominio de algunos procedimientos que permitan el éxito de manera habitual.

Según González (2001) las habilidades motrices se adquieren en la etapa preescolar del desarrollo (0 a 6 años) donde la misma se caracteriza por grandes cambios en el desarrollo motor. Estas habilidades motrices no solo aparecen por efectos de maduración biológica, sino también de la actividad práctica del niño en el medio que lo rodea. Desde el primer año de vida el niño comienza a orientarse en el entorno, a conocer su cuerpo y a realizar sus primeras acciones motrices. Partiendo de la organización de su propio cuerpo, el niño progresivamente ampliará su espacio, logrando establecer la relación espacio-temporal.

Arango (2003), las habilidades motoras gruesas son las habilidades de los amplios movimientos corporales como correr, saltar, y arrojar y habilidades motoras finas consisten en el uso perfeccionado de la mano, pulgar y dedos opuestos. El desarrollo de varias habilidades en que participan las manos comprende una serie de procesos superpuestos que comienzan después del nacimiento. Cuando los niños adquieren las habilidades motoras finas se vuelven más competentes para cuidar de ellos mismos.

Santos (2011) "define las habilidades motrices como todas aquellas acciones que aparecen conforme a la evolución humana, tales como correr, saltar, lanzar, recepcionar, patear a gran velocidad. Estas características hacen que una habilidad motriz sea básica y común a todos los individuos, permiten la supervivencia y son el fundamento de aprendizajes motrices más complejos en todo ser humano". (p.72)

Al respecto Ruiz (1994), es del criterio que las habilidades motrices básicas reciben este nombre porque son habilidades desarrolladas por todos los individuos, que han permitido su supervivencia y porque es el pilar fundamental en el que se apoyan los aprendizajes motores posteriores.

Torre (1995) "menciona que son pautas motrices o movimientos fundamentales, que no tienen demasiado en cuenta la precisión ni la eficacia"

Batalla (2000) define las habilidades motrices básicas como "aquellas familias de habilidades, amplias, generales, comunes a muchos individuos (por tanto, no propias de una determinada cultura) y que sirven como fundamento para el aprendizaje posterior de nuevas habilidades más complejas, especializadas y propias de un entorno cultural completo"

Para León (2015), las habilidades motrices básicas son aquellas que sirven de base para aprender nuevas habilidades que requieren un poco más de trabajo y que se aprenden a través de la práctica de las básicas y por otro lado estas se logran en etapas posteriores, cuando el entorno contextual lo requiera. De forma más sencilla, las habilidades motoras básicas son aquellas que están implícitas comúnmente en los seres humanos y las cuales les permiten sobrevivir.

Las habilidades motrices básicas permiten asimilar hábitos motores aplicados de vital importancia para la defensa y las actividades laborales de cualquier sujeto. Por sus características pueden ser utilizados en la preparación física general como parte de la Educación Física y en modalidades deportivas que necesitan de ellos, incluso para la preparación física especial. Contribuyen a desarrollar las capacidades condicionales del hombre como la fuerza, la resistencia, la rapidez y la agilidad al combinar algunos de estos ejercicios (de Armas, 2017).

Continúa explicando que estas habilidades motrices básicas pueden ser consideradas como el alfabeto del movimiento humano, las mismas generan cualquier tipo de respuesta motora que puede dar al hombre.

Al respecto Peña (2015) es del criterio que las habilidades motrices básicas son parte esencial del desarrollo del niño, debido a que desarrollan la relación entre el cuerpo y su entorno, permiten conocer su funcionalidad y su papel dentro de la vida cotidiana, a la vez, aprenden a darle el fin necesario, son parte primordial de la formación integral. En estas edades hay que inculcar la realización de todo tipo de ejercicios motores para que de esta manera el crecimiento vaya siendo progresivo y correcto.

También Peña (2015) es del criterio de que las habilidades motrices 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.
- No locomotrices: la característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio, pero no se realiza ninguna locomoción (balancearse, inclinarse, estirarse doblarse, girar, retorcerse, empujar, levantar, tracciones, colgarse, equilibrarse).
- De manipulación y contacto de móviles y objetos: recepcionar, lanzar, golpear, atrapar, rodar, driblar.

Según Sánchez (1986) La distribución de los contenidos en la Educación Física escolar, establece cuatro fases en el proceso de desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas en las edades escolares y las

considera especialmente significativas para el desarrollo, la distribución y aprendizaje óptimo de los diferentes contenidos de la Educación Física.

1. La primera fase la denomina “desarrollo de las habilidades perceptivas a través de las tareas motrices habituales”, va desde 4-6 años y corresponde al último ciclo de la educación infantil y primer ciclo de la enseñanza primaria. En esta primera fase se busca una mejora de las diferentes habilidades perceptivas mediante la utilización de tareas motrices habituales cuya finalidad es la mejora de los aspectos perceptivos implicados en la ejecución motriz (estructuración del esquema corporal, percepción temporal y espacial, etc).
2. La segunda fase llamada “de desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas” corresponde a las edades de 6 – 9 años y coincide con los ciclos inicial y segundo de la educación primaria. Los niños inician la escuela primaria con unos esquemas de movimientos relativamente estructurados y consolidados, lo que le permite un cierto grado de autonomía motriz y una posibilidad relativa de interacción con su entorno.
3. La tercera fase, la de “iniciación a las Habilidades Motrices Específicas y de desarrollo de los factores básicos de la condición física”, abarca desde los 10–13 años y se corresponde con el segundo ciclo de enseñanza. En esta fase supone la culminación de la primera y permite desarrollar todas aquellas habilidades específicas a partir de las transferencias de los aprendizajes realizados anteriormente.
4. La cuarta fase es la de “desarrollo de las actividades motrices específicas y desarrollo de la condición física general”, abarca desde los 14 a los 16 años y corresponde al segundo ciclo incluyendo la secundaria y el bachillerato. Esta fase se caracteriza por el desarrollo de un número importante de habilidades específicas, entre ellas los deportes.

En la investigación en curso se hace referencia a la segunda fase, esta incluye a los escolares del primer ciclo de la Educación Primaria. Las habilidades motrices básicas permiten asimilar hábitos motores de vital importancia para la defensa y las actividades laborales de cualquier niño en las edades de esa fase. Para

el desarrollo de estas habilidades se hace uso de los medios de la Cultura física, entre ellos los juegos, los cuales activan y despiertan sentimientos, deseos, la operación de realizarlos, sentir, percibir y representar de manera creadora el mundo según su imaginación.

Pérez (1997), refiere: “El juego es una actividad fundamental que se apoya en la necesidad de movimiento del hombre, en sus intereses y estados anímicos y que se manifiesta de una manera espontánea o consciente en la búsqueda de satisfacciones conscientes, además de ser recreativos ayudan a la formación de hábitos y habilidades, así como destrezas.”

Más adelante aclara: “De forma específica los juegos recreativos son cualquier forma de juego que es utilizado voluntariamente en el tiempo libre y no hay sobre todo en ellos rigurosidad en la aplicación de reglamentaciones y necesidad de instalaciones muy específicas”.

Y posteriormente refiere: “Estos juegos pretenden ocupar el tiempo libre de las personas a cualquier edad a través del desarrollo del juego y la actividad física. La metodología a seguir se basa en la libertad de participación, y sobre todo en la diversión”.

El juego favorece decididamente el desarrollo físico de los niños, entre otros aspectos y las personas encargadas de atenderles, velarán porque ese derecho reconocido transcurra de manera feliz. Es por ello que maestros primarios y profesores de Educación Física, requieren de una alta preparación encaminada a promover el uso sistemático de tales expresiones lúdicas, en función del progreso corporal de sus discípulos.

El autor en esta investigación se acoge al concepto dado por Orceno et al. (2002) quienes plantean que:

El juego es una actividad espontánea y placentera, que contribuye a la educación integral del niño como elemento formador y desarrollador, para satisfacer su desarrollo físico de acuerdo a sus intereses y necesidades, donde la complejidad está dada en la formación de los hábitos motores, desarrollo y perfeccionamiento de cualidades vitales, tales como físicas, intelectuales, morales y volitivas, de ahí su importancia de que se apliquen como elemento esencial de interés dentro de la

clase, que a su vez es la forma fundamental de la etapa escolar.

La realidad es que los juegos les abren a los niños el camino hacia el mundo, e influyen en el desarrollo mental de los mismos, estos en su conjunto ocupan un importante lugar en el Sistema Nacional de Educación. De ahí la importancia que se brinda a su clasificación, hasta el momento uno de los temas con más controversias en el estudio de los juegos infantiles. Con respecto a la clasificación de los juegos muchos son los intentos realizados por diferentes autores, que en algunos casos coinciden en lo fundamental, en el ordenamiento; sin embargo, cada autor clasifica según su objetivo, criterio, punto de vista, etc. basado en estudios e investigaciones realizadas en correspondencia con la especialidad que desempeña.

El autor de esta investigación concuerda con la clasificación ofrecida por Watson et al. (1973) quienes son del criterio que los juegos se clasifican:

- **Por la forma de participar:** individuales o colectivos, respondiendo a cómo se obtiene el triunfo, si es de un solo participante.
- **Por la ubicación:** interiores (áreas techadas) o exteriores (áreas al aire libre).
- **Por la intensidad del movimiento:** alta, media o baja. En este aspecto se cataloga como alta, aquellos juegos de larga duración, que exigen de los participantes gran preparación física, técnica y táctica y aquí se ubican sólo los juegos deportivos. De intensidad media, son aquellos que requieren alguna preparación física y dominio de 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, estos son los pre deportivos. Como intensidad baja, están los juegos menores o pequeños, los tradicionales, cooperativos que son de poca duración, sencillos en su ejecución.
- **Por sus características:** se encuentran los deportivos, predeportivos, tradicionales, cooperativos, recreativos y los pequeños o menores.

Después de profundizar y abordar las clasificaciones se puede constatar que dentro de la Educación

Física, los juegos más significativos son los denominados menores o pequeños por todas las actividades que desarrollan, es por eso que en dicha investigación los juegos seleccionados para mejorar de las habilidades motrices básicas de correr, saltar, lanzar y atrapar, se refieren a los juegos pequeños, debido a que un rasgo esencial de estos, consiste en que no necesitan un largo tiempo de preparación, generalmente después de una breve explicación y demostración pueden realizarse sin dificultad.

En el grupo de los juegos pequeños se encuentran todos aquellos juegos de organización sencilla, que pueden o no tener implementos, son de pocas reglas y 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 para la adquisición de conocimientos, hábitos, habilidades motrices básicas y capacidades físicas condicionales y coordinativas, ya que desarrollan actividades como: la motricidad, lo sensorial, dramatización, imitación, expresión corporal, rondas y cantos, entre otras que contribuyan al logro del objetivo propuesto.

Capítulo II: Fundamentación metodológica

La investigación se realizó en el Barrio los 500 del municipio de Cienfuegos, con los niños y niñas de 9 años de edad, los cuales son un total de (15); de ellos (6) del sexo femenino para el (40%) y (9) del sexo masculino representando el (60%).

Materiales y/o métodos

Métodos del nivel teórico

Histórico-Lógico: Se empleó para constatar los antecedentes del proceso de habilidades motrices.

Inductivo-Deductivo: Se empleó con el objetivo de establecer inferencias de las concepciones analizadas y elaborar generalizaciones acerca del material acopiado con relación al abordaje de las habilidades motrices básicas.

Analítico-Sintético: Permitió la descomposición de los fenómenos y procesos que se estudian en los principales elementos que lo conforman, para determinar sus particularidades y simultáneamente mediante la síntesis, se integran, permitiendo descubrir relaciones y características generales.

Métodos del nivel empírico

Revisión bibliográfica: Este método permitió revisar las literaturas relacionadas con el comportamiento de las habilidades motrices básicas, tanto en formato duro, como en la red de redes, de manera que se pudiera conocer sobre las novedades y las particularidades de la misma. De esta manera, se revisaron tesis de doctorado, maestría y de diplomas, así como, documentos que tratan el tema.

Revisión de documentos oficiales y personales: Permitió acceder a la información necesaria en el Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física de la Educación Primaria, para analizar los aspectos relacionados con el comportamiento de las habilidades motrices básicas en los niños y niñas de 9 años de edad.

Observación estructurada: Este método fue aplicado a los niños y niñas de 9 años de edad del Barrio los 500 del municipio de Cienfuegos, con el fin de diagnosticar el comportamiento de las habilidades motrices

básicas. Se realizaron dos observaciones, una en febrero del 2021 y la otra en mayo del 2021. La observación realizada puede ser clasificada como:

- Directa, ya que el investigador aplicó directamente este método.
- Participante. En este caso el investigador participó en las actividades, y siempre se realizó junto a otros dos o más medidores.
- Estructurada, pues se construyó una guía de observación para diagnosticar el comportamiento de las habilidades motrices básicas. **(Ver Anexo # 1)**

Estadístico-matemático

Para el procesamiento de los datos recopilados en los métodos empíricos se utilizó el paquete estadístico Spss 21.00, con la técnica estadística de las Tablas de Frecuencia por categoría, la misma permitió analizar el número de veces que se repetían los datos, así como el porcentaje de los mismos. Se aplicaron las Medidas Descriptivas de Posición (media, moda) para ver el comportamiento de los datos y las Medidas Descriptivas de Dispersión (desviación típica), para observar cuan dispersos se encuentran los datos con respecto a la media aritmética. Además, se utilizó la prueba de hipótesis no paramétrica (Prueba de los signos), para observar si los cambios entre una medición y otra fueron significativos.

Capítulo III: Análisis de los resultados

Después de haber explicado los pormenores de los procedimientos metodológicos para diagnosticar el comportamiento de las habilidades motrices básicas (correr, saltar, lanzar y atrapar) en niños y niñas de 9 años de edad del Barrio los 500 en el municipio de Cienfuegos, corresponde examinar en detalle cada uno de los resultados encontrados para dar cumplimiento a los objetivos.

Resultados de la revisión de documentos oficiales y personales

Al realizar el análisis de documentos oficiales y personales (Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física de la Educación Primaria), del primer ciclo, se precisa que en la planificación y la elaboración de los objetivos se tiene en cuenta lo siguiente:

- Los niños que tienen aproximadamente 9 años de edad cursan el cuarto grado en el cual se consolidan las habilidades motrices básicas a partir de nuevas exigencias.
- Se incorporan las habilidades motrices deportivas y el incremento del nivel de desarrollo de las capacidades físicas tanto condicionales como coordinativas.
- Se inicia con los juegos predeportivos y tiene como objetivo fundamental familiarizar a los alumnos con las habilidades de los deportes que se impartirán en el ciclo básico.
- En este grado se plantea como un objetivo que se incremente el nivel de desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices básicas e iniciar el aprendizaje de las habilidades motrices deportivas.
- Las actividades dirigidas al desarrollo físico de esta edad deben estar básicamente programadas a través de juegos, los niños de estas edades necesitan jugar no solo para satisfacer sus necesidades de movimiento; satisfacen también las necesidades cognoscitivas y las de comunicación.

Precisiones en cuanto a la evaluación

Según se plantea en el Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física de la Educación Primaria de ese ciclo, la evaluación en las edades de 9 años se lleva a cabo mediante la observación y el

control sistemático del desarrollo que obtienen los alumnos en los contenidos de cada unidad del programa.

Indicadores para la evaluación de las habilidades motrices básicas en estudio

Durante el proceso de evaluación de las habilidades motrices básicas correr, saltar, lanzar y atrapar, se le otorgó un punto a cada uno de los seis indicadores seleccionados para cada habilidad.

Correr

La realización adecuada de las actividades de carreras por parte de los niños contribuye a consolidar la habilidad de correr y de las capacidades físicas, rapidez, resistencia y coordinación entre otras. Para evaluar esta habilidad, se establecieron seis indicadores: vista al frente, coordinación, apoyo del metatarso, elevación de la rodilla, movimiento alternado de brazos y piernas e inclinación del tronco.

Saltar

Los saltos previstos en estas edades son variados y una gran parte de ellos se combinan con otras acciones más complejas. Se tendrán en cuenta para su ejercitación el salto con ambos pies o alternando. Para su evaluación se establecieron seis indicadores: vista y brazos al frente, balanceo de los brazos en el salto, tronco ligeramente inclinado a la hora del salto, caer en el metatarso, flexionar las rodillas al caer.

Lanzar

Los lanzamientos posibilitan que los alumnos continúen perfeccionando las habilidades motrices básicas y a la vez incrementen el nivel de desarrollo de las capacidades físicas. Se evaluará en esta investigación el lanzamiento por encima del hombro, estableciendo los seis indicadores: agarre de la pelota, vista al frente, colocación de los pies en forma de paso, lanzamiento por encima del hombro con salida de la extremidad con fuerza desde atrás, giro del tronco al lanzar y desplazar el pie contrario a la mano que lanza.

Atrapar

Los indicadores para evaluar la habilidad atrapar son: ubicación con respecto a la pelota, colocación de los pies en forma de paso, contacto visual con la pelota y cabeza fija, manos en forma de copa, realizar el

atrape al hacer contacto con la pelota, acercar las manos al pecho momento después de realizado el atrape de la pelota.

Evaluación

Se recomienda en este programa que para poder efectuar las correcciones correspondientes se utilicen las categorías de excelente (E), en la cual el alumno deberá cumplir con todos los indicadores (6 puntos); cuando logre cinco de los indicadores, será evaluado de muy bien (MB) (5 puntos); para obtener la evaluación de bien (B), deberá efectuar correctamente 4 indicadores (4 puntos); se le otorgará la evaluación de regular (R) al que realice de forma satisfactoria 3 indicadores (3 puntos) y el alumno que logre ejecutar solo hasta dos indicadores o que no logre cumplir con ninguno, obtendrá la evaluación de insuficiente (I).

Resultados de la primera observación (Ver tabla # 2, Anexo # 2)

Los niños y niñas de 9 años de edad que participaron en el estudio se encuentran en sus hogares sin recibir actividad docente debido a la situación epidemiológica que enfrenta el país.

A continuación, se hace referencia a los resultados alcanzados en los 15 niños que tienen 9 años (Ver gráfico 1). En el primer momento las habilidades motrices básicas fueron evaluadas de la siguiente manera:

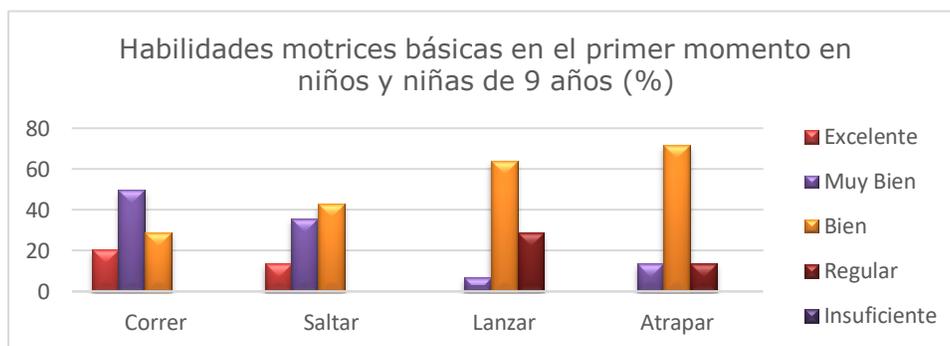
- **Correr:** 4 evaluados de bien, el (26,7%); 5 de regular para el (33,3%) y 6 de insuficiente (40%).

Las deficiencias más frecuentes en este indicador, estuvieron relacionadas con el apoyo total del pie y la poca elevación de la rodilla.

- **Saltar:** la evaluación de bien la alcanzaron 2 estudiante, para el (13,3%); de regular 5, para el (33,3%); insuficiente 8, para el (53,3%). Las deficiencias más frecuentes observadas fueron la descoordinación en el balanceo de los brazos, no apoyar el metatarso y poca flexión de las rodillas al caer.

- **Lanzar:** 3 indicadores evaluados de bien (20%), de regular se evaluaron 4, representan el (26,7%); de insuficiente, para el (53,3%). Los errores más frecuentes radican en el lanzamiento por encima del hombro con salida de la extremidad con fuerza desde atrás, en el giro del tronco al lanzar y en el desplazamiento del pie contrario a la mano que lanzaba.
- **Atrapar:** 4 fueron evaluados de regular, representan el (26,7%) y alcanzaron evaluación de insuficiente 11, para el (73,3%). En la observación se detectaron deficiencias en el contacto visual con la pelota y cabeza fija, en la realización del atrape al hacer contacto con la pelota, así como, en acercar las manos al pecho momento después de realizado el atrape de la pelota.

Gráfico 1. Evaluación de las habilidades motrices básicas en el primer momento en niños y niñas de 9 años de edad



Fuente: elaborado por los autores a partir de la observación realizada

Con 9 años de edad los niños y niñas cursan el cuarto grado y se observan transformaciones en ellos, se aprecia cuánto son capaces de lograr en los diferentes tipos de actividades. En este grado deben tener dominio de las habilidades motrices básicas, pues se incorporan las habilidades motrices deportivas y se incrementa el nivel de desarrollo de las capacidades físicas tanto condicionales como coordinativas.

Debido al aislamiento y la no realización de actividades físicas sistemáticas se diagnosticó que los escolares en estudio aún presentan dificultades en la realización de las habilidades motrices básicas, entre ellas se destacan con mayores dificultades, saltar y atrapar, aunque otras habilidades (lanzar y correr) fueron evaluadas con más del 50% de regular.

Teniendo en cuenta las deficiencias observadas en el diagnóstico de las habilidades motrices básicas de las niñas y niños de 9 años de edad, se aplicaron juegos menores para contribuir al mejoramiento de esas habilidades, pues mediante los juegos forman su personalidad, se ofrece diversidad de los movimientos y se incita a dar el máximo de esfuerzo en las actividades que se les planifican. También a través de los juegos se pueden aplicar y consolidar los conocimientos y las habilidades motrices básicas.

Los juegos pequeños se seleccionaron del Programa y Orientaciones Metodológicas Educación Primaria Primer Ciclo, Educación Física (2001), para la selección se tuvo en cuenta:

- Las características de la población en estudio (estudiantes de la enseñanza primaria de 9 años, que no reciben la asignatura de Educación Física debido a la suspensión de las actividades docentes por la situación epidemiológica existente en el país).
- Se formaron equipos de aproximadamente 4 o 5 niños para lograr mantener el distanciamiento entre ellos.
- La ejecución de los mismos y se aplicaron a pequeños grupos debido a la situación epidemiológica provocada por la pandemia que asecha a la humanidad, de manera que se cumplieran con responsabilidad el protocolo y las reglas establecidas y que se realizaran en espacios reducidos.
- Se aplican los juegos menores durante un período de tres meses, después se vuelve a efectuar una evaluación a esos niños y niñas de 9 años de edad, teniendo en cuenta las cuatro habilidades motrices básicas en estudio (correr, saltar, lanzar y atrapar).

Juegos pequeños seleccionados (Ver anexo # 3)

Objetivo: contribuir a través de juegos menores al desarrollo de las habilidades motrices básicas de las niñas y niños de 9 años de edad, del Barrio los 500, de la ciudad de Cienfuegos.

Habilidad correr

1. Nombre: Los cubitos de colores

Objetivos: ejercitar la habilidad de correr.

Materiales: cubitos y tablillas o cartones pintados de diferentes colores, pomos de agua con cloro y nasobuco.

2. Nombre: Corre y suena.

Objetivos: ejercitar la habilidad de correr.

Materiales: instrumentos de percusión (campanita, pandereta, sonajero, maracas u otros objetos sonoros), obstáculos, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Habilidad saltar

1. Nombre: Recorrido venciendo obstáculos.

Objetivos: ejercitar los saltos.

Materiales: cubos, bolsitas de arena, bolos, banderitas pomos de agua con cloro y nasobuco.

2. Nombre: Círculo saltador.

Objetivos: ejercitar los saltos. Mejorar la fuerza de piernas.

Materiales: pelota pequeña o mediana, cuerda o soga, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Habilidad lanzar y atrapar

1. Nombre: A buscar el 10.

Objetivo: lograr precisión en el lanzamiento.

Materiales: pelotas pequeñas, pomos de agua con cloro y nasobuco.

2. Nombre: Las frutas

Objetivos: ejercitar los lanzamientos hacia arriba y atrapar. Mejorar la capacidad de reacción.

Materiales: pelota pequeña, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Ejemplo de un juego menor para la habilidad correr:

1. **Nombre:** los cubitos de colores.

Objetivos: ejercitar la habilidad de correr.

Materiales: cubitos y tablillas o cartones pintados de diferentes colores y los pomos de agua con cloro.

Organización: Se formaron 3 equipos de 5 integrantes. Se colocan en 3 hileras manteniendo una separación de 1.5 m de distancia entre estudiantes de cada equipo, y estos a 2 metros uno del otro, todos detrás de una línea de salida marcada previamente. Delante de cada equipo a unos 15 o 20 m. aproximadamente se colocará una tabla sobre la que se ubican tres cubitos de diferentes colores. A unos 2 m. de esta, habrá tres tablas más, separadas entre sí por 50 cm. con el color de cada uno de los cubitos.

Desarrollo: a la señal de profesor, el primer alumno de cada equipo correrá hacia los cubitos y recogerá uno; irá hacia donde están las tablas y colocará el cubito sobre la tabla que tiene su mismo color. Rápidamente, tomará otro para correr a depositarlo en la tabla del color que le corresponde y así hasta terminar con los tres cubitos. Luego correrá hacia el pomo de agua con cloro a desinfectarse las manos y se incorporará al final de la hilera manteniendo la distancia establecida. Inmediatamente el siguiente alumno, emprende la carrera, para esta vez recoger uno a uno los cubitos, poniéndolos sobre la tabla destinada a ellos. Así sucesivamente continúa el juego hasta que todos hayan participado.

Reglas

- Los cubitos deben quedar colocados correctamente encima de la tabla.
- Los cubitos se colocan y se recogen uno a uno.

Resultará ganador el equipo que primero culmine y todos sus integrantes posean las manos desinfectadas y el nasobuco correctamente colocado.

Resultados de la segunda observación (Ver anexo # 4, Tabla # 3)

En el segundo momento la observación de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 9 años de edad (Ver gráfico 2), se comportan de la siguiente manera:

- ✚ **Correr:** 2 de los niños y niñas, el (13,3%), fueron evaluado de excelente; de muy bien 8, lo que representa el (53,3%) y 5 de bien (33,3%).
- ✚ **Saltar:** alcanzaron la evaluación de muy bien 6 escolares, para el (40%), de bien 7, para el (46,7%) y 2 de regular (13,3%).

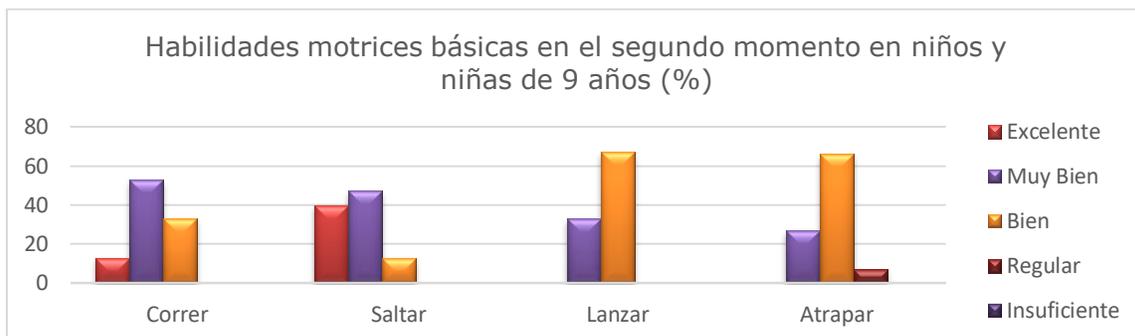
✚ **Lanzar:** de muy bien se evaluaron 5, representa el (33,3%) y 10 de bien, para el (66,7%).

✚ **Atrapar:** 4 fueron evaluados de muy bien, el (36,7%), de bien 10 para el (66,7%) y de regular 1, para el (6,7%).

En el segundo momento de la investigación, a pesar de obtener calificaciones satisfactorias en las habilidades motrices básicas en estudio, aun se observan deficiencias. En la habilidad correr se deberá enfatizar en el apoyo del metatarso y la inclinación del tronco durante la carrera. En el salto se trabajará para corregir el balanceo de los brazos, el apoyar del metatarso y la poca flexión de las rodillas al caer.

Al lanzar, se observó poca extensión de la extremidad superior hacia atrás, lo que dificultó lanzar por encima del hombro. Durante el atrape de las pelotas se enfocará el trabajo en erradicar las dificultades que aún permanecen, específicamente en la ubicación con respecto a la pelota, la colocación de las manos en forma de copa y en acercar las manos al pecho momento después realizar la atrapada.

Gráfico 4. Evaluación de las habilidades motrices básicas en el segundo momento en niños y niñas de 9 años de edad



Fuente: elaborado por los autores a partir de la observación realizada

Los resultados muestran que con la aplicación de los juegos pequeños se evidencian cambios entre la primera y segunda observación. Para apreciar si estos cambios son significativos se aplicaron también las pruebas de hipótesis no paramétricas (Prueba de los signos), pues las variables en estudio tienen como características el ser discretas ordinales de rango estrecho. Además, el nivel de significación, es decir, la

probabilidad de cometer un error es de 0,05.

Con la aplicación de esta prueba no paramétrica (Tabla # 4) se demuestra que existieron cambios significativos en las variables, entre la evaluación del primer momento y del segundo, ya que el resultado que arrojó la prueba es de (0,000) y el estadígrafo establecido es de (0,05).

Tabla # 4. Resultados de las pruebas de hipótesis no paramétricas (Prueba de los signos)

Edad	Correr	Saltar	Lanzar	Atrapar
8	0,000	0,000	0,000	0,000
9	0,000	0,000	0,000	0,000

Teniendo en cuenta los resultados alcanzados, los autores de esta investigación coinciden con lo planteado por Rodríguez (2019), quien considera al juego como un medio que incluye todos los tipos de situaciones motrices en forma de actividad lúdica, que comportan conductas motrices significativas y pueden cumplir distintos objetivos ya sean pedagógicos, recreativos, de dinamización de grupos, culturales y deportivos.

Conclusiones

1. Con la aplicación de los métodos se pudo constatar que los niños y niñas del Barrio los 500, de la ciudad de Cienfuegos, presentaban dificultades en la ejecución de las habilidades motrices básicas en estudio, correspondiente a su año escolar. Los principales errores estaban en saltar, lanzar y atrapar, esta última es la de mayor deficiencia, el 79,3% de la población en estudio se evaluó de insuficiente.
2. Teniendo en cuenta la situación epidemiológica, los juegos menores que se aplicaron fueron efectivos, contribuyeron al mejoramiento de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 9 años de edad de ese barrio. Con la aplicación de la prueba de los signos, se constató que entre la primera y segunda observación existieron cambios significativos. Esto quiere decir que la actividad física a través de juegos menores es favorable para el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

Recomendaciones

1. Continuar la investigación aplicando juegos pequeños para mejorar las habilidades motrices básicas en otras edades.
2. Realizar estudios con la inclusión de las habilidades motrices básicas no abordadas en esta investigación.

Referencias bibliográficas

- Arango, M. (2003). Foros virtuales como estrategia de aprendizaje. Bogotá: Universidad de los Andes.
- Batalla, A. (2000). Habilidades motrices. Barcelona: INDE.
- Caine, R. N., y Caine, G. (1991). Making connections: teaching and the human brain. Alexandria, VA: Association Association for Supervision and Curriculum Development.
- Casteñar, M. y Camerino, O. (1991). La educación física en la enseñanza primaria. Barcelona: INDE.
- Colectivo de autores. (2001). *Programa y Orientaciones Metodológicas Educación Primaria Primer Ciclo, Educación Física* .
- De Armas, M. I. (2017). *Juegos pequeños para el mejoramiento de las habilidades motrices en alumnos de primer grado*. (Tesis de Grado). Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas.
- Díaz Barriga, F. (1999). *Estrategias docentes Para un Aprendizaje Significativo*. México: Una interpretación constructivista. 2ª edición.
- Campos, M. (2018). Educación Física materia teórica: Glosario de Educación Física. <https://colegioconsejoeducacionfisica.blogspot.com/2018/04/glosario-de-cultura-fisica.html?m=1>
- Gallahue, D. L., y Ozmun , J. C. (2002). *Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults*. McGraw-Hill.
- García, P. y Fernández, N. (2020). Asociación de la competencia en las habilidades motrices básicas con las actividades físico deportivas extracurriculares y el índice de masa corporal en preescolares. *Retos*, 38(42), 33-39.
- García, S. y Mosquera, P. (2021). Estrategia metodológica de las habilidades motrices básicas en la escuela primaria del municipio de Lloró- Chocó: *Ciencias Aplicadas al Deporte*, 13 (28), pp. 60 - 68. <http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica>
- González, C. (2001). *Educación Física en el preescolar*. Deportes de Cuba.
- Haywood, K. M., y Getchell, N. (2005). Life-span motor development champaign. Human Kinetics.

- León, B. M. (2015). *Evaluación de la coordinación corporal y Competencia Motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en educación física escolar*. Gymnos.
- Montesdeoca Hernández, R. (2013). *Análisis de las habilidades motrices básicas en los practicantes de tenis en la Isla De Gran Canaria. (Tesis de Doctoral)*. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Oroceno Aragon, M., Pérez A., Ramos Y., Valdés D., Rodríguez J., Puyalena Y. y Diéguez X. (2002). *Teoría y Metodología de la Educación Física. Escuela Internacional de Educación Física y Deportes*.
- Prado Pérez, Adolfo (1997). *Juegos de ayer para niños de hoy: Importancia del juego en la educación. Temas para la educación, (12)*.
- Peña, M. E. (2015). *Propuesta de un programa de actividades motoras para el desarrollo de las habilidades motrices basicas en niños de 3 a 5 años del nivel inicial de la unidad educativa Santana. (Tesis de Grado)*. Universidad de Cuenca.
- Peraza, C., Morales, C. A., Rodríguez, M. L., y Pedroso, M. (2020). Medio de enseñanza para el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños de sexto año de vida. *Podium Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, 15(2), 221-237*.
<http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/870>
- Pereira, M. J., Paz, B. S., Zambrano, C. W., y Zapata, M. V. (2021). *Actividad física para el desarrollo de las habilidades motrices en tiempo de pandemia. (17)*. <http://accion.uccfd.cu>
- Pilicita, C. G. (2017). *Los juegos recreativos y su aporte para el desarrollo de la Habilidades Motrices Básicas de los niños de la Educación General Básica en la Escuela Rebeca Jarrín. (Tesis de Grado)*. Universidad Técnica de Ambato.

- Pol, Y., Durruthy, R., y Robert, D. A. (2021). Juegos motrices y habilidades motrices básicas. *DeporVida. Revista especializada en ciencias de la cultura física y del deporte*, 18(49), 143-151.
doi:<https://orcid.org/0000-0002-7297-2197>
- Rodríguez, J. C. (2019). Juegos motores. Estado Hidalgo: Bachillerato. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. <https://repositorio.uaeh.edu.mx/bitstream/handle/123456789/19180>
- Ruiz Pérez, L. M. (1994). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Gymnos.
- Ruiz, A., y López, A. (1989). *Metodología de la enseñanza de la Educación Física Tomo I y II*. C. Editorial Pueblo y Educación.
- Sánchez Bañuelos, F. (1992). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Gymnos.
- Sánchez Bañuelos, F. (1986). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Gymnos.
- Singer, R. N. (1986). *El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte*. Hispano Europea.
- Santos, M. (2011). Concepto de la habilidad motriz en educación física: los desplazamientos. *Revista extremeña sobre formación y educación*, 2(3). <http://revista.academiamaestre.es/2011/03/concepto-de-habilidad-motriz-en-educacion-fisica-los-desplazamientos/>
- Velázquez Callado, C. (2018). El aprendizaje cooperativo en Educación Física: planteamientos teóricos y puesta en práctica. *Acción motriz*, 7-16. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6435704>.
- Watson, H. (1973). *Teoría y Práctica de los juegos*. Editorial Deportes.

Anexos

Anexo # 1 Guía de observación a los estudiantes

Objetivos de la observación: diagnosticar el comportamiento de las habilidades motrices básicas en niños y niñas de 9 años del Barrio los 500 del municipio Cienfuegos.

Cantidad de observadores: 3

Tiempo total y frecuencia de las observaciones: se realizaron 2, una en febrero del 2021 y la otra en mayo del 2021.

Tipo de observación: De campo, estructurada, participante

Centro _____ Profesor _____ sexo de los estudiantes _____

Aspectos a observar:

Dimensiones	Indicadores	Índice				
		E (6 puntos)	MB (5 puntos)	B (4 puntos)	R (3 puntos)	I (2 o menos)
Correr	Vista al frente Coordinación Apoyo del metatarso Elevación de la rodilla Movimiento alternado de brazos y piernas Inclinación del tronco					
Saltar	Vista y brazos al frente, Balanceo de los brazos en el salto Tronco ligeramente inclinado a la hora del salto Caer en el metatarso Flexionar las rodillas al caer					
Lanzar	Agarre de la pelota Vista al frente -Colocación de los pies en forma de paso, Lanzamiento por encima del hombro con salida de la extremidad con fuerza desde atrás Giro del tronco al lanzar y desplazar el pie contrario a la mano que lanza.					
Atrapar	Ubicación con respecto a la pelota					

	Colocación de los pies en forma de paso Contacto visual con la pelota y cabeza fija Manos en forma de copa, Realizar el atrape al hacer contacto con la pelota Acercar las manos al pecho momento después de realizado el atrape de la pelota.					
--	--	--	--	--	--	--

Leyenda:

E: excelente

MB: muy bien

B: bien

R: regular

I: insuficiente

Anexo # 2

Tabla # 2 Resultados de la primera observación

Habilidades	E (6 puntos)	MB (5 puntos)	B (4 puntos)	R (3 puntos)	I (2 o menos)
Correr			4 (26,7%)	5 (33,3%)	6 (40%)
Saltar			2 (13,3%)	5 (33,3%)	8 (53,3%)
Lanzar			3 (20%)	4 (26,7%)	8 (53,3%)
Atrapar				4 (26,7%)	11(73,3%)

Anexo # 3 Juegos pequeños seleccionados

Objetivo: contribuir a través de juegos menores al desarrollo de las habilidades motrices básicas de las niñas y niños de 9 años de edad, del Barrio los 500, de la ciudad de Cienfuegos.

Habilidad correr

1. **Nombre:** los cubitos de colores.

Objetivos: ejercitar la habilidad de correr.

Materiales: cubitos y tablillas o cartones pintados de diferentes colores y los pomos de agua con cloro.

Organización: Se formaron 3 equipos de 5 integrantes. Se colocan en 3 hileras manteniendo una separación de 1.5 m de distancia entre estudiantes de cada equipo, y estos a 2 metros uno del otro, todos detrás de una línea de salida marcada previamente. Delante de cada equipo a unos 15 o 20 m. aproximadamente se colocará una tabla sobre la que se ubican tres cubitos de diferentes colores. A unos 2 m. de esta, habrá tres tablas más, separadas entre sí por 50 cm. con el color de cada uno de los cubitos.

Desarrollo: a la señal de profesor, el primer alumno de cada equipo correrá hacia los cubitos y recogerá uno; irá hacia donde están las tablas y colocará el cubito sobre la tabla que tiene su mismo color. Rápidamente, tomará otro para correr a depositarlo en la tabla del color que le corresponde y así hasta terminar con los tres cubitos. Luego correrá hacia el pomo de agua con cloro a desinfectarse las manos y se incorporará al final de la hilera manteniendo la distancia establecida. Inmediatamente el siguiente alumno, emprende la carrera, para esta vez recoger uno a uno los cubitos, poniéndolos sobre la tabla destinada a ellos. Así sucesivamente continúa el juego hasta que todos hayan participado.

Reglas

- Los cubitos deben quedar colocados correctamente encima de la tabla.
- Los cubitos se colocan y se recogen uno a uno.
- Resultará ganador el equipo que primero culmine y todos sus integrantes posean las manos desinfectadas y el nasobuco correctamente colocado.

2. Nombre: Corre y suena.

Objetivo: ejercitar la habilidad de correr.

Participantes: 15 estudiantes

Materiales: instrumento de percusión (sonajero), obstáculos (cajas), pomos de agua con cloro y nasobuco.

Organización: Se formaron 3 equipos de 5 integrantes. Se colocan en 3 hileras manteniendo una separación de 1.5 m de distancia entre estudiantes de cada equipo, y estos a 2 metros uno del otro, todos detrás de una línea de salida marcada previamente. Cada equipo contará un pomo de solución clorada con el cual deberán desinfectarse las manos antes de salir a efectuar las actividades y al concluirla. Frente a cada equipo y a 12 m se colocará un sonajero, para llegar a este deberán bordear 4 obstáculos que se encuentran a 3 metros de distancia entre ellos. En el último obstáculo se encuentra el sonajero.

Desarrollo: A la orden del profesor y después de desinfectarse las manos, el primer estudiante de cada equipo saldrá corriendo hacia el primer obstáculo, bordearlo por la parte derecha, luego; alcanzar el segundo y realizar 2 semisentadillas, continuar hacia el tercero; bordearlo de espalda por la parte izquierda; seguir hacia el último obstáculo en carrera de frente y tocar el sonajero. Regresará corriendo hacia la hilera correspondiente, al llegar a esta, colocarse al final d la hilera y realizar la desinfección de las manos. Así sucesivamente continúa el juego hasta que todos hayan participado.

Reglas:

- Respetar la orden de salida del profesor.
- No tocar los obstáculos.
- Realizar correctamente las actividades correspondientes en cada obstáculo.
- Resultará ganador el equipo que primero culmine y todos sus integrantes posean las manos desinfectadas y el nasobuco correctamente colocado.

Habilidad saltar

1. Nombre: Recorrido venciendo obstáculos.

Objetivos: ejercitar los saltos.

Participantes: 15 estudiantes

Materiales: cubos, bolsitas de arena, bolos, banderitas, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Organización: Se formaron 3 equipos de 5 integrantes. Se colocan en 3 hileras manteniendo una separación de 1.5 m de distancia entre estudiantes de cada equipo, y estos a 2 metros uno del otro, todos detrás de una línea de salida marcada previamente. Delante de cada equipo se ubican tres obstáculos (de 30 cm. de altura aproximadamente) uno detrás del otro y con 1m de separación entre ellos: el primero a 3 m. de la línea de salida. Se sitúan dos banderitas a 4m. del último obstáculo, una a 2 m. de la otra, y a 5 m. de la última se coloca una soga a 50 cm. de altura aproximadamente.

Desarrollo: A la orden del profesor y después de desinfectarse las manos, salen los primeros alumnos de cada equipo trotando suavemente, saltan por encima de los obstáculos, bordean las banderitas, pasan la cuerda en cuadrupedia y seguidamente regresan en línea recta a desinfectarse las manos e incorporarse al final de la fila. Cuando el primer niño haya saltado el segundo obstáculo le da salida al siguiente y así sucesivamente.

Reglas:

- Respetar la orden de salida del profesor.
- Realizar los saltos de rana correctamente.
- Resultará ganador el equipo que primero culmine y todos sus integrantes posean las manos desinfectadas y el nasobuco correctamente colocado.

2. Nombre: Círculo saltador.

Objetivos: ejercitar los saltos. Mejorar la fuerza de piernas.

Materiales: pelota pequeña o mediana, cuerda o soga, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Organización: Se colocan en 3 círculos de 5 integrantes cada uno, manteniendo una separación de 1.5 m de distancia entre estudiantes de cada equipo, y estos a 2 m uno del otro. En el centro de cada uno se sitúa un niño con una pelota atada a una soga larga. El profesor debe garantizar que antes de iniciar y al finalizar la actividad todos los alumnos se desinfecten las manos.

Desarrollo: A la señal del profesor, el niño del centro comienza a mover la soga con la pelota en forma circular, pasando la próxima a los pies de los jugadores, para tratar de tocarlos. Los jugadores para evitar que la pelota los toque, saltan en sentido vertical con ambas piernas flexionadas. El jugador que resulte tocado pasa a ocupar el lugar del alumno del centro.

Reglas

- Resultan ganadores los alumnos que logren permanecer en el juego sin ser tocados.
- El uso del nasobuco y la desinfección de las manos es de carácter obligatorio.

Habilidad de lanzar y atrapar

1. **Nombre:** A buscar el 10.

Objetivo: Lograr precisión en el lanzamiento.

Materiales: Pelotas pequeñas, la diana, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Participantes: 15 estudiantes

Organización: Se formaron 3 equipos de 5 integrantes. Se colocan en 3 hileras manteniendo una separación de 1.5 m de distancia entre estudiantes de cada equipo, y estos a 2 m uno del otro. todos detrás de una línea marcada previamente. Detrás de una línea denominada de lanzamiento, frente a cada equipo y a una distancia determinada por el profesor, se coloca una diana de 50 x 50 cm a la altura de la vista de los niños. En el centro de la diana se dibuja un círculo de 20 cm de diámetro con el número 10 en el centro. Cada equipo escoge un niño que funge como anotador y se coloca al lado del blanco. El primer niño de cada equipo sostendrá una pelota en sus manos.

Desarrollo: A la orden del profesor y después de desinfectarse las manos, el primer alumno de cada

equipo lanza la pelota por encima del hombro, para tratar de hacer blanco en el número 10 y se incorpora al final de su hilera. El anotador siempre que la pelota dé en el blanco, anota un punto para su equipo; además recoge la pelota y la lanza para que el siguiente compañero realice el atrape para continuar el juego. El anotador es el último en lanzar. En cada repetición del juego se cambia el anotador. Gana el equipo que más puntos acumule.

Reglas:

- El lanzamiento debe ejecutarse desde la línea designada para este.
- Resultará ganador el equipo con mayor puntuación acumulada y todos sus integrantes posean las manos desinfectadas y el nasobuco correctamente colocado.

2. Nombre: las frutas

Objetivos: ejercitar los lanzamientos hacia arriba y atrapar. Mejorar la capacidad de reacción.

Materiales: pelota pequeña, pomos de agua con cloro y nasobuco

Organización: se colocan en 3 círculos de 5 integrantes cada uno, manteniendo una separación de 1.5 m de distancia entre estudiantes de cada equipo, y estos a 2 m uno del otro. En el centro de cada uno se sitúa un niño con una pelota en las manos. Cada niño tendrá el nombre de una fruta, incluyendo el que se haya en el centro. El profesor debe garantizar que antes de iniciar y al finalizar la actividad todos los alumnos se desinfecten las manos.

Desarrollo: El niño que se encuentra en el centro del círculo lanza la pelota hacia arriba lo más alto posible y al mismo tiempo dice el nombre de una fruta; por ejemplo, mango, el niño que tiene ese nombre corre al centro y trata de atrapar la pelota antes de que caiga al piso. Si no lo logra vuelve a su puesto y el que estaba en el centro repite el juego. Si lo logra pasa a ocupar el lugar del que está en el centro. El juego se desarrollará hasta que todos los alumnos hayan participado al menos una vez. Se considera ganador a todo alumno que atrape la pelota de aire cuando se diga el nombre de la fruta que tiene puesto.

Variante: Los alumnos partirán de diferentes posiciones antes de levantarse y atrapar.

Reglas

- Respetar la voz de mando
- El uso del nasobuco y la desinfección de las manos es de carácter obligatorio

Anexo # 4

Tabla # 3 Resultados de la segunda observación

Habilidades	E (6 puntos)	MB (5 puntos)	B (4 puntos)	R (3 puntos)	I (2 o menos)
Correr	2 (13,3%)	8 (53,4%)	5 (33,3%)		
Saltar		6 (40%)	7 (46,7%)	2 (13,3%)	
Lanzar		5 (33,3%)	10 (66,7%)		
Atrapar		4 (26,7%)	10 (66,7%)	1 (6,7%)	