

Universidad de Cienfuegos “Carlos Rafael Rodríguez”

Facultad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte

*Juegos pequeños para mejorar las habilidades motrices básicas
en niños y niñas de 8 años*

*Trabajo de Diploma para optar por el título de Licenciado en
Ciencias de la Cultura Física y el Deporte*

Autor: Ernesto Pérez Martínez

Tutores: M. Sc. Yovanny Enrique Melián

M. Sc. Aliuska Suárez Calderón



Pensamiento

Pensamiento

La falta de actividad destruye la buena condición de todo ser humano, mientras que el movimiento y el ejercicio físico lo conserva

Platón



Dedicatoria

Dedicatoria

✚ *¿Que si mis padres fueron importantes? Bueno con sólo decir que me dieron la vida y gracias a ellos estoy donde estoy, creo que basta. Les agradezco infinitamente su amor incondicional, sus consejos, los fuertes regaños y por su eterna paciencia, cada detalle sin duda alguna fue lo que hizo posible que haya logrado alcanzar esta meta, por esto y mucho más le dedico a ustedes esta tesis.*

✚ *Al resto de mi familia que fue un pilar fundamental, que siempre creyeron en mí y se encargaron de mantenerme en un pedestal bien alto, llenándome de orgullo, también va dedicada a ustedes, los amo con todo mi corazón.*



Agradecimientos

Agradecimientos

+ Agradecer a la Universidad por abrirme sus puertas y convertirme en el profesional que soy hoy, a los profesores, a mis compañeros de aula muy importantes, a mis tutores sin duda este logro se los debo a ustedes, a mi novia que si no la menciono me mata y a todo el que se tomó un segundo de su tiempo para preguntar cómo va la tesis les digo gracias, muchas gracias de todo corazón.



Resumen

Resumen

Los juegos constituyen un medio fundamental para el desarrollo de las habilidades y capacidades, por tanto, deben ponerse de manifiesto desde edades tempranas variando sus exigencias a medida que el alumno vaya adquiriendo los diferentes conocimientos y habilidades. Este artículo tiene como objetivo proponer juegos pequeños para mejorar las habilidades motrices básicas en escolares de 8 años del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos en tiempos 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.

Summary

Games are a fundamental means for the development of skills and abilities, therefore, they must be revealed from an early age, varying their demands as the student acquires different knowledge and skills. This article aims to propose small games to improve basic motor skills in 8-year-old schoolchildren from the Pastorita District of the Cienfuegos municipality 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 small games allowed to improve the execution of the basic motor skills, detected with greater deficiencies (throwing and catching).

Keywords: small games, pandemic, basic motor skills.



Índice

Índice

Introducción	1
Estructura de la Tesis	5
Desarrollo. Fundamentación Teórica	6
Fundamentación Metodológica.....	18
Materiales y/o métodos	18
Análisis de los Resultados.....	21
Conclusiones	30
Recomendaciones	31
Bibliografía.....	
Anexos	



Introducción

Introducción

La crisis sanitaria producida por el Covid-19 ha provocado el cierre de escuelas para contener la pandemia y evitar la propagación del virus. Aunque para algunos alumnos no ir a la escuela inicialmente puede ser bastante emocionante y un alivio, la falta de socialización, aprendizaje y la práctica de ejercicios físicos, podría acabar siendo un problema a largo plazo (Cifuentes-Faura, 2020 p. 2).

La situación anterior ha provocado el confinamiento de los niños y niñas, con el fin de combatir esta pandemia. Todo esto provocó que se establecieran estrategias para la continuidad de los estudios, ofreciendo teleclases en las asignaturas teóricas, pero, no se tuvo en cuenta como orientar a los escolares para la práctica de la actividad física desde sus hogares.

Al respecto Carlson et al. (2015) son del criterio que un mayor tiempo de pantalla y una mayor frecuencia de uso provoca en los niños y niñas afectaciones en la composición corporal, riesgo cardiovascular, dificultades en su comportamiento y conducta social y poco desarrollo de las habilidades motrices básicas.

El desarrollo de las habilidades motrices básicas permite mantener la atención, coordinación visomotora y orientación espacial. Estas integran toda una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como, marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Las acciones motrices derivan de la realización de un esquema motor o de la combinación de varios de ellos y se consiguen a partir del trabajo de diferentes tareas, lográndose una automatización con la repetición.

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

- Luna (2016): determina los efectos de un programa de estimulación de las habilidades motrices a través de juegos motores en escolares de 5^{to} grado Básico.
- Otálvaro, Gómez y Ríos (2019): diseñan una guía didáctica para abordar las

habilidades motrices básicas de locomoción para los niños del grado preescolar.

- Rodríguez (2020): analizan los beneficios de la actividad física sobre la salud de niños y adolescentes, y especialmente los retos que esto implica para la escuela y los profesores.
- Andrey y Tarazona (2021): determinan la importancia de la motricidad y sus diferentes puntos claves en diferentes campos de desarrollo humano. Por medio de una revisión sistemática-documental en bases de datos especializadas como ProQuest, Google Scholar, Ebsco, Scopus y revistas científicas.
- Rodicio 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 en tiempos de pandemia.

Estas investigaciones que se citan anteriormente no están contextualizadas en la etapa de pandemia, donde los profesores no tienen que tener en cuenta las medidas higiénico sanitarias para evitar la propagación de la COVID-19.

Por su parte 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. También Enrique, Suárez y Lobaina (2021) proponen juegos pequeños para mejorar las habilidades motrices básicas en niños y niñas, los mismos tienen en cuenta la situación epidemiológica para desarrollar los mismos.

Teniendo en cuenta la referencia de las bibliografías especializadas y los criterios de los diferentes autores, quienes plantean que en la etapa de pandemia el tiempo destinado para la práctica de actividad física fue sustituido en gran medida por el uso excesivo de la tecnología, además, enfatizan en que las habilidades motrices básicas pueden ser

consideradas como el alfabeto del movimiento humano y que deben ser practicadas en con sistematicidad, surge la siguiente:

Situación problemática

Insuficiencias en las habilidades motrices básicas de los escolares de 8 años de edad del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos en tiempos de pandemia.

Problema Científico

¿Cómo mejorar las habilidades motrices básicas en escolares de 8 años del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos en tiempos de pandemia?

Objetivo general

Proponer juegos pequeños para mejorar las habilidades motrices básicas en escolares de 8 años del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos en tiempos de pandemia.

Objetivos específicos

1. Determinar los fundamentos teóricos de las habilidades motrices básicas.
2. Diagnosticar el comportamiento de las habilidades motrices básicas de los escolares de 8 años del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos en tiempos de pandemia.
3. Seleccionar juegos menores para mejorar las habilidades motrices básicas en escolares de 8 años del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos en tiempos de pandemia.
4. Aplicar los juegos pequeños seleccionados para mejorar las habilidades motrices básicas en escolares de 8 años del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos en tiempos de pandemia.

Hipótesis

Si se aplican juegos pequeños, teniendo en cuenta la situación epidemiológica, entonces mejorarán las habilidades motrices básicas en escolares de 8 años del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos en tiempos de pandemia.

Operacionalización de las variables

Variable relevante: habilidades motrices básicas

Tabla # 1: Habilidades motrices básicas en estudio

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

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 menores. 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.

Desarrollo

Fundamentación Teórica

Durante el transcurrir de la vida, el ser humano se enfrenta constantemente a situaciones donde debe conseguir objetivos, de menor o mayor grado de complejidad, los cuales necesita resolver y se pueden presentar en cualquier ámbito en que se encuentre: trabajo, hogar, ocio, estudio, deporte, entre otros.

Dentro de las situaciones mencionadas se resaltarán especialmente aquellas en las cuales se hace necesario, para su solución, el movimiento del cuerpo de forma intencionada y dirigida hacia un objetivo. Es decir, la habilidad motriz cualquiera que sea, está íntimamente relacionada con el movimiento kinestésico corporal.

Es importante precisar que, desde estos referentes, las habilidades trascienden el movimiento como simple acción, ya que están dirigidas a la consecución de un objetivo, asunto que implica una dirección y orientación de las acciones motrices con un sentido y una intención determinadas, es decir, el aprendizaje de las habilidades está mediado por la interpretación de las exigencias, que se presentan en la situación motriz y por la toma de decisiones implicadas en los procesos de aprendizaje.

Al respecto, Díaz (1999 p. 54), es del criterio que las habilidades motrices son capacidades adquiridas por aprendizaje que pueden expresarse en conductas determinadas en cualquier momento en que son requeridas con un mayor o menor grado de destreza. Por 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 permiten tener éxito de manera habitual en la realización de dicha habilidad.

Coinciden Gauthrie y Knapp citados por Díaz (1999 p. 50-52), con la definición de habilidad motriz como la capacidad adquirida por aprendizaje para alcanzar resultados fijados previamente con un máximo de éxito y a menudo, un mínimo de tiempo, de energía o de los dos.

Respecto a lo anterior, entonces, se puede entender como habilidad motriz la competencia (grado de éxito o de consecución de finalidades propuestas) de un sujeto frente a un objetivo dado, aceptando que, para la consecución de ese objetivo, la generación de respuestas motoras, el movimiento, desempeña un papel primordial e insustituible (Batalla, 2000 pág. 11).

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.

Continúa explicando que 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.

Las habilidades motoras gruesas, Arango (2003), 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 p.72) 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

Las habilidades motrices se caracterizan por una alta estabilidad en la secuencia de la acción, liberando "relativamente" la regulación de las acciones voluntarias conscientes, por cuanto las habilidades siempre parten de los conocimientos y de las experiencias

adquiridas las que les permiten establecer las relaciones entre el objetivo de la actividad, las condiciones en que debe desarrollarse y la forma de su realización.

Según Trigueros (1990) las habilidades motrices pueden ser clasificadas de la siguiente manera:

- ✓ Habilidades básicas: desplazamientos, salto, giro, lanzamiento y recepciones.
- ✓ Habilidades genéricas: bote, conducción, golpeo, finta e interceptación.
- ✓ Habilidades específicas: gestos técnicos deportivos.

Esta propuesta se centrará en las habilidades básicas, las mismas se pueden definir como pautas motrices o movimientos fundamentales que no tienen en cuenta ni la precisión ni la eficiencia.

Para Singer (1986) citado por Capllonch (2005) este tipo de habilidades son consideradas básicas o fundamentales: porque son comunes a todos los individuos, porque filogenéticamente hablando, han permitido la supervivencia del ser humano, y porque son fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no).

Por su parte McClenaghan y Gallahue (1985), citado por Capllonch (2005); las habilidades básicas tienen gran importancia en primer lugar para sobrevivir y progresivamente para relacionarse. Correr, saltar, lanzar, coger, son actividades motoras generales incluidas en la categoría de habilidades básicas que constituyen en situaciones concretas del futuro.

Las habilidades motrices fundamentales o básicas, de acuerdo al desarrollo y maduración natural del ser humano, se van presentando, estableciéndose como una necesidad indispensable en la práctica de las actividades físicas para el desarrollo de la motricidad, y, por tanto, constituyen el punto central del desarrollo motor en la edad evolutiva.

El desarrollo motor, según Sánchez y Ruiz (2002, p. 62) citado por Gómez (2004 p.83), es un proceso de adquisición de la competencia motriz, en la que confluyen dimensiones

de la conducta que no son estrictamente motrices, pero que se consideran capitales para el desarrollo y desempeño motor de la persona.

Para Guillen y Huancahuari (2011) las habilidades motrices básicas son las capacidades adquiridas por el aprendizaje, de realizar uno o más patrones motores, las cuales a partir de ellas el individuo podrá realizar habilidades más complejas. Así mismo, las habilidades motrices básicas permiten el desplazamiento, trabajo, juego y relación en la sociedad.

Salazar y Villavicencio (2015 p.35) en relación a las habilidades motrices básicas, precisan que es el grupo de acciones motrices y movimientos fundamentales que brotan en la evolución humana de los patrones motrices, y que están basados en la herencia genética, es decir, que son habilidades innatas o heredadas, habituales y necesarias para la vida cotidiana, que sientan las bases para las habilidades complejas o especializadas que se desarrollaran a lo largo del tiempo en el individuo mediante la práctica y el entorno.

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 Ruiz (2004, citado en Vera, 2012) y Peña (2015) son del criterio de que las habilidades motrices básicas se pueden clasificar en locomotrices, no locomotrices y de proyección/recepción:

Locomotores	No locomotores	Proyección/recepción
Andar, correr, saltar, variaciones de salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, esquivar, trepar, subir, bajar, etc.	Balancearse, inclinarse, estirarse, doblarse, girar, retorcerse, empujar, levantar, traccionar, colgarse y equilibrarse, etc.	Recepcionar, lanzar, golpear, batear, atrapar, driblar, rodar, etc.

A continuación, se hace alusión a 2 habilidades locomotoras (correr y saltar) y 2 Habilidades de proyección y recepción (lanzar, atrapar), por ser estas las abordadas en esta investigación.

Según Sánchez (1992) citado en Alcocer y Roca (2011) las habilidades locomotoras se caracterizan, porque en ellas se presenta el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, y en su desarrollo se interrelacionan los distintos elementos espaciales (direcciones, planos y ejes).

Al respecto Luna (2016 pág. 31) es del criterio que las habilidades locomotrices o locomotoras, son aquellas que involucran el desplazamiento en el espacio del cuerpo, la participación fluida y controlada del aparato locomotor, por lo que se requiere de un buen funcionamiento del sistema músculo esquelético y una precisa coordinación del sistema nervioso, entre ellas se cuenta con: marchar, correr, saltar, galopar, deslizarse, etc.

Así mismo, las habilidades locomotrices se desarrollan y adquieren de manera automática; ya que, son movimientos naturales y heredados; en tal sentido, estas habilidades se van desarrollando con el crecimiento del individuo y con la especialización motriz de cada niño.

Correr, significa la ampliación natural de la habilidad de caminar; correr en realidad es una serie de saltos bien coordinados, en los que en un primer momento el peso del cuerpo se sostiene en un pie y luego en el aire, después vuelve a sostenerse en el pie contrario para volver hacerlo en el aire.

Por lo tanto, correr es una habilidad que aparece a temprana edad, pero primero la niña o niño debe aprender a caminar sin ayuda externa para así poder adquirir fuerza; de tal modo, este pueda impulsarse hacia arriba y hacia delante con una pierna, entrando a una fase de suspensión o de vuelo como también la capacidad de coordinar los movimientos que requieren para dar la zancada y mantener el equilibrio en el proceso.

Saltar, es una habilidad en el que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas piernas y cae sobre una o ambos pies. Para desarrollar esta actividad se requieren de muchos aspectos como la fuerza, equilibrio, coordinación, dirección de salto y el tipo de salto (hacia arriba, abajo, atrás, delante, lateral, etc.)

Proyección/recepción, también conocidas como manipulativas:

Las habilidades de proyección/recepción de objetos o visomotoras, son todas aquellas caracterizadas por el preciso control óculo- segmentario en el desprendimiento o interrupción de la trayectoria de objetos, ya sea con los segmentos corporales como pie, manos u objetos controlados por estas, entre estas habilidades tenemos: lanzar, recepcionar, golpear, batear, botear, patear, etc. (Luna, 2016 p. 31).

Lanzar (proyección), el desarrollo de esta habilidad ha sido un tema muy extenso; que, ha sido estudiado por décadas. La forma, precisión, distancia y la velocidad en el momento de soltar el objeto se ha tomado como criterios para evaluar la capacidad de lanzamiento de los niños en las cuales se tiene brevemente las clases de lanzamiento. El lanzamiento por encima del hombro, lanzamiento lateral y el lanzamiento de hacia a delante.

Atrapar o coger (recepción), es una habilidad básica en la que supone el uso de una o ambas manos como también pueden ser otras partes del cuerpo para controlar una pelota u objeto aéreo. No confundamos parar con atrapar y coger; cuando se emplea cualquier parte del cuerpo junto con las manos la acción se convierte en parar más no en atrapar o coger.

Según Sánchez Bañuelos (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 motrices básicas 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.

El juego resulta una estrategia apropiada para fortalecer las habilidades motrices básicas tales como: correr, saltar, lanzar y atrapar. Como manifiesta González (1998), constituye el canal fundamental para desbloquear la concepción mecanicista de la Educación Física en la que se persigue el desarrollo de la condición física y de la habilidad motriz con miras a la eficacia y al rendimiento (Chávez y Valecillos, 2013).

La niñez es la etapa donde se debe aprovechar al máximo el juego, pues mientras menor sea edad biológica y cronológica del niño permitirá un desarrollo socio afectivo,

cognitivo y motriz. El juego como tal, es utilizado como una herramienta para educar al cuerpo humano y por esta razón se le ha dado las diferentes definiciones:

Inicialmente Vera y Mariño (2010 p.1) señalan que los juegos constituyen un medio fundamental para el desarrollo de las habilidades y capacidades, por tanto, deben ponerse de manifiesto a lo largo de toda la etapa, variando sus exigencias a medida que el alumno vaya adquiriendo los diferentes conocimientos y habilidades.

Por su parte, Otavalo, D.J. (2011-2012 p.4), añade que el juego es cualquier tipo de actividad que aprendemos por puro placer, sin ninguna preocupación por el resultado final. En el caso de los niños y niñas, adquiere una vital importancia ya que mediante el juego crecen física, espiritual e intelectualmente.

De igual manera Diaz y De la Cruz (2015 p.1), mencionan que el juego es considerado universalmente como uno de los medios de la Educación Física. Los escolares, desde las primeras etapas de la vida, van creando las bases para un desarrollo integral y armónico, no solo desde el punto de vista motriz, sino también en las esferas cognitivas, afectivas y sociales.

Como se puede apreciar, los autores antes mencionados afirman, que el juego constituye un elemento básico en la vida de un niño, que además de divertido resulta necesario para su desarrollo, La actividad lúdica o el juego favorece, en la infancia, la autoconfianza, la autonomía y la formación de la personalidad, convirtiéndose así en una de las actividades recreativas y educativas primordiales.

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.

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.

Según Watson (1973) y el colectivo de profesores de la asignatura teoría y práctica de los juegos. Con el inicio del Instituto Superior de Cultura Física (ISCF) “Manuel Fajardo”, Watson el colectivo de la asignatura, luego de algunas reflexiones y como consecuencia del perfeccionamiento continuo, determinaron incorporar, eliminar o sustituir algunos aspectos dados por los mencionados autores, con el propósito de aplicar una clasificación más factible en su manejo, tanto para profesores como estudiantes de la red de centros, quedando de la siguiente manera: Por la forma de participar: individuales o colectivos, respondiendo a cómo se obtiene el triunfo, si es de un solo participante “Los agarrados”, “La sillita musical” o de un equipo, “Relevo de Banderitas” o “Baloncesto”. 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, pre-deportivos, 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 el desarrollo de las habilidades motrices básicas de correr, lanzar y atrapar, se refieren a los juegos pequeños, ya 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.

Juegos Pequeños: en este grupo 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.

La riqueza instructivo-educativa de estos juegos es tan amplia que su uso se extiende por todas las edades, sexos, grados y niveles. Sus variedades posibilitan encontrar para cada momento pedagógico una aplicación provechosa, aunque dentro del sistema de Educación Física alcanzan su mayor relevancia en el nivel preescolar y primario, especialmente en el primer ciclo. Para todos los especialistas el juego constituye la primera forma de actividad asequible al niño, que presupone una reproducción consciente y un perfeccionamiento de nuevos conocimientos, en este sentido el desarrollo motor logrado por los niños en el juego constituye un verdadero prólogo hacia los ejercicios físicos de los escolares. La actividad lúdica influye en la formación de los procesos psíquicos voluntarios, así, durante el juego, se empieza a desarrollar en los niños la atención y la memoria voluntaria. Dentro de las condiciones del juego los niños se concentran mejor y memorizan más. La creación de situaciones lúdicas y de las acciones de estas, ejercen una influencia constante en el desarrollo de la actividad intelectual del niño.

El juego permite la interrelación entre los niños, y se convierte en un modelo para la propia conducta de los mismos. Se adquieren los hábitos fundamentales de comunicación y las cualidades indispensables para el establecimiento de las interrelaciones con sus coetáneos. Los juegos motrices actúan sobre el cuerpo en su conjunto donde trabajan una gran cantidad de grupos musculares. La lucha por alcanzar

los mejores resultados, bien de forma individual o colectiva, fomentan la personalidad de los niños, al movilizar todas sus capacidades físicas, sus habilidades, sus conocimientos y sus cualidades morales y volitivas con el propósito de lograr sus objetivos, y cada nueva competición representa una prueba evaluativa de la totalidad de la personalidad de los educandos. Todos los autores consultados destacan que los juegos brindan también las condiciones favorables para desarrollar el valor, la disposición, la tenacidad para vencer las dificultades, así como para educar la independencia, la disciplina y la responsabilidad y en estrecha unidad con el pensamiento y la conducta colectiva.

Fundamentación metodológica

La investigación se realizó en el Reparto Pastorita del municipio de Cienfuegos, los niños debían cumplir con los siguientes requisitos:

Tener 8 años

Pertenecer a la dispensarización del Consultorio # 1 del Reparto Pastorita

De esta forma la población quedó integrada por 14 (100%) niños y niñas que cumplieron con estos requisitos, de ellos (5) del sexo femenino para el (36%) y (9) del sexo masculino representando el (64%).

Tipo de estudio: descriptivo

Tipo de diseño: Preexperimental control mínimo

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.

Hipotético-deductivo: Este método se empleó con el objetivo de explicar la ocurrencia de los diferentes fenómenos y comprobarlo en la práctica.

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 escolares de 8 años de edad.

Observación estructurada: Este método fue aplicado a los escolares de 8 años de edad del Reparto Pastorita 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)**

Experimento: consistió en la aplicación de los juegos menores dirigido a determinar, si los efectos que producen los mismos, mejoraran las habilidades motrices básicas en escolares de 8 años del consultorio # 1 del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos en tiempos de pandemia. Se realizaron controles de las habilidades motrices básicas antes de comenzar la aplicación de los juegos menores y al concluir los mismos, lo que permitió establecer la influencia que tuvieron sobre dichas habilidades.

Estadístico-matemático

Para el procesamiento de los datos recopilados en los métodos empíricos se utilizó el paquete estadístico Spss 25.00, 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.

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 escolares de 8 años de edad del Reparto Pastorita 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 escolares que tienen aproximadamente 8 años están cursando el tercer grado.
- ✓ En tercer grado los juegos tienen un papel importante, se les asigna un tiempo alto para su ejecución dada la influencia que tienen en el desarrollo armónico de la personalidad, el interés y motivación que muestran los niños por esta actividad.
- ✓ Se consolidan habilidades motrices básicas y se desarrollan las capacidades físicas.
- ✓ Las orientaciones metodológicas sugieren diferentes juegos en los que de forma variada se combinan las habilidades que se trabajan de forma aislada.
- ✓ En uno de sus objetivos se declara lograr mayor desarrollo de las habilidades motrices básicas en estrecha relación con las capacidades físicas condicionales, coordinativas y de flexibilidad, hace énfasis en la coordinación de movimientos, ejercicios respiratorios y la postura adecuada al realizar las diferentes actividades.

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 8 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

(Enrique, Suárez y Lobaina, 2021)

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 al frente, 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, salida de la extremidad superior 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 escolares 8 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 14 niños que tienen 8 años (Ver gráfico 1). En el primer momento las habilidades motrices básicas fueron evaluadas de la siguiente manera:

- ✓ Correr: 3 niños fueron evaluados de bien, para el (21,4%); 7 de regular, para el (50%) y 4 de insuficiente, que representa el (28,6%). Los principales errores que se detectaron en esta habilidad estuvieron relacionados con el apoyo total de la planta del pie, poca elevación de la rodilla, y la inclinación del tronco no era la adecuada, ya que corrían con el tronco completamente erguido o inclinado atrás.
- ✓ Saltar: la evaluación de bien la alcanzaron 2 escolares (14,3%); se evaluaron de regular 7, el (50%) y de insuficiente 5, para el (35,7%). En esta habilidad los errores más frecuentes estuvieron relacionados con la descoordinación en el balanceo de los brazos, no apoyar el metatarso y poca flexión de las rodillas al caer.
- ✓ Lanzar: se evaluó 1 de bien, representa el (7,1%), 5 regular para el (35,7%) y de

insuficiente 8 (57,1%). Se detectó que la insuficiente extensión de la extremidad superior hacia atrás, no le permitía lanzar por encima del hombro, no se gira el tronco al lanzar y el pie contrario al brazo que lanza no se avanza.

- ✓ Atrapar: se evaluaron de regular 2 alumnos, representando el (14,3%) y de insuficiente 12, para el (85,7%). En la observación se detectaron dificultades 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 de realizado el atrape de la pelota.

En esta primera medición se diagnostican deficiencias en la ejecución de habilidades motrices básicas en niños y niñas de esta edad. Las habilidades con mayores dificultades son lanzar y atrapar; más del (50%) está evaluado de insuficiente. Este resultado se asocia a la poca actividad física debido al aislamiento por las condiciones epidemiológicas en que se encuentra el país.

Esta situación provoca que los niños y niñas no puedan realizar la Educación Física, por lo tanto, limita el desarrollo psicomotor en las edades tempranas; limita la práctica de juegos que faciliten el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas; limita la aprehensión de hábitos, capacidades y la adquisición de conocimientos, la formación de sentimientos y cualidades que constituyan, con posterioridad, rasgos positivos de su personalidad.

Teniendo en cuenta las deficiencias observadas en el diagnóstico de las habilidades motrices básicas de los escolares 8 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 8 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 pequeños durante un período de tres meses, después se vuelve a efectuar una evaluación a esos escolares de 8 años de edad, teniendo en cuenta las cuatro habilidades motrices básicas en estudio (correr, saltar, lanzar y atrapar).

Juegos pequeños seleccionado del Programa de y Orientaciones Metodológicas Educación Primaria Primer Ciclo, Educación Física (2001)

Objetivo: contribuir a través de juegos menores al desarrollo de las habilidades motrices básicas de los escolares de 8 años de edad, del Reparto Pastorita del municipio de Cienfuegos.

Habilidad correr

1. Nombre: Relevé de banderitas

Objetivos: mejorar la rapidez de reacción y la coordinación.

Materiales: Banderitas azules y rojas, pomos de agua con cloro y nasobuco.

2. Nombre: Carrera en zigzag

Objetivos: Mejorar la rapidez de reacción y el cambio de dirección

Materiales: Silbato, conos, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Habilidad saltar

1. Nombre: relevo de cuerdas

Objetivos: ejercitar la habilidad de saltar. Mejorar la fuerza de piernas.

Materiales: cuerdas, pomos de agua con cloro y nasobuco.

2. Nombre: relevo de salto con ambos pies

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

Materiales: silbato, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Habilidad lanzar y atrapar

1. Nombre: rebota y lanza

Objetivo: ejercitar los lanzamientos y atrapes

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

2. Nombre: Pasar el aro

Objetivos: Lograr precisión en el lanzamiento.

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

Ejemplo de un juego menor para la habilidad correr:

1. **Nombre:** Relevé de banderitas

Objetivos: mejorar la rapidez de reacción y la coordinación en la carrera.

Materiales: Banderitas azules y rojas, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Organización: Se inicia el ejercicio con la desinfección de las manos de todos los alumnos con disolución de agua con cloro. Se forman 2 equipos (azul y rojo) en hileras separados cada alumno por 1.5 m de distancia y detrás de una línea de salida.

Desarrollo: Los primeros jugadores de cada equipo tendrán en la mano una banderita del color del equipo correspondiente y, frente a estos, a una distancia determinada por el profesor, se coloca otra banderita de su mismo color. A la señal del maestro, el primer

alumno de cada equipo sale en carrera hacia la banderita. Cada vez que el maestro dé una palmada, el alumno que corre da una vuelta en el lugar y continúa la carrera para hacer un cambio de banderas. Durante la carrera de regreso también se darán palmadas. Al llegar a la línea de salida se hace el relevo, le entrega la banderita a su compañero que le sigue y se coloca al final de su equipo y así sucesivamente, hasta que todos los equipos finalicen. Al concluir el ejercicio se desinfectan las manos de cada jugador nuevamente con la disolución de agua con cloro. Gana el equipo que primero termine.

Reglas:

- Dar tantas vueltas como palmadas dé el profesor
- Respetar el distanciamiento entre jugadores a 1.5 m de distancia.
- Es de carácter obligatorio el nasobuco y la desinfección de las manos.

En el segundo momento (Tabla # 3) las evaluaciones de las habilidades motrices básicas de los escolares de 8 años de edad (Ver gráfico 2), se comportan de la siguiente manera:

- ✓ Correr: 3 alumnos obtuvieron la categoría de excelente, representando el (21,6%), fueron evaluado de muy bien, 7 para el (50%) y de bien 4, que representa el (28,6%).
- ✓ Saltar: alcanzaron la evaluación de excelente 2 estudiantes, el (14,3%), 5 de muy bien para el (35,7%), en la categoría de bien 6, para el (42,9%) y solo 1 estudiante fue evaluado de regular para el (7,1%).
- ✓ Lanzar: de muy bien se evaluó a 1 lo que representa el (7,1%), de bien 9 para el (64,3%) y de regular 4, para el (28,6%).
- ✓ Atrapar: en esta habilidad 2 fueron evaluados de muy bien y regular respectivamente, para el (14,3%) y de bien 10 lo que representa el (71,4%).

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.

Los resultados muestran que con la aplicación de los juegos menores 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).

Teniendo en cuenta los resultados alcanzados, el autor de esta investigación coincide con lo planteado por Campos (2018), que considera que los juegos permiten el ejercicio de esquemas de acción y decisión motriz, de las habilidades y destrezas adquiridas, el despliegue de las capacidades y necesidades orgánicas, perceptivas, simbólicas, expresivas, creativas, en las más diversas y cambiantes situaciones. Representan la unión entre la percepción, el pensamiento, la acción y la filogénesis biológica y motriz del movimiento humano.

Conclusiones

1. En las bibliografías consultadas sobre habilidades motrices básicas, los autores resaltan su importancia para el desarrollo de la motricidad del ser humano.
2. Con la aplicación de los métodos se pudo constatar que los escolares de 8 años de edad del Reparto Pastorita del municipio 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 80% de la población en estudio se evaluó de insuficiente.
3. Se seleccionaron juegos pequeños teniendo en cuenta la situación epidemiológica y las deficiencias encontradas en el diagnóstico realizado a los niños y niñas de 8 años del Reparto Pastorita del municipio de Cienfuegos.
4. Teniendo en cuenta la situación epidemiológica, los juegos menores que se aplicaron fueron efectivos, contribuyeron al mejoramiento de las habilidades motrices básicas de los escolares de 8 años de edad de ese Reparto. 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 menores 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.

Bibliografías

- Alcocer, & Roca. (2011). *Habilidades motrices básicas en niños y niñas de 5 años de la I.E.I "El Paraíso del Saber" Ayacucho-2010. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.*
- Andrey Bernate, J., & Tarazona Buitrago, L. D. (2021). Revisión documental de la importancia de la motricidad en el ámbito humano, 6(1), 17-32. <https://revistas.reduc.edu.cu>.
- Arango, M. (2003). *Foros virtuales como estrategia de aprendizaje. (Tesis de Diploma). Universidad de los Andes.*
- Batalla, A. (2000). *Habilidades motrices. Barcelona: INDE.*
- Capllonch Bujosa, M. (2005). *Unidades didácticas para primaria III. Habilidades y destrezas básicas. Inde.*
- Carlsson, M., Dahl, B., Öckert, B., & Rooth, D. (2015). El efecto de la escolarización en las habilidades cognitivas, 97(3), 533-547. https://doi.org/10.1162/RESET_a_00501.
- Chávez, M., & Valecillos, C. (2013). Estudio diagnóstico sobre la aplicación del juego en la Educación Física, 28(1). http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-00872013000100007.
- Cifuentes-Faura, J. (2020). Consecuencias en los niños del cierre de escuelas por Covid-19: El papel del Gobierno, profesores y padres, 9(3e). <https://www.revistas.uam.es/riejs>.
- De Armas Batista, M. I. (2017). *Juegos pequeños para el mejoramiento de las habilidades motrices en los alumnos de primer grado. (Tesis de Diploma). Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas.*
- Díaz Lucea, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. Inde.*
- Díaz Maceira, R. M., & Rosales de la Cruz, L. (2015). Guía metodológica para evaluar el desarrollo integral mediante los juegos para habilidades motrices básicas en escolares de 2º grado, (208). <http://www.efdeportes.com/>.

- Enrique Melián, Y., Suárez Calderón, A., & Naranjo Lobaina, A. (2021). Juegos menores para mejorar habilidades motrices básicas en escolares de 8 y 9 años en tiempos de pandemia, 6(3), 58-65. <https://rccd.ucf.edu.cu/index.php/aes/article/view/314>.
- Gómez, M. (2004). *Problemas evolutivos de coordinación motriz y percepción de competencia en el alumnado de primer curso de educación secundaria obligatoria en la clase de Educación Física.(Tesis Doctoral)*. Universidad Complutense de Madrid.
- González, C. (2001). Educación Física en el preescolar. Cuba: Deportes de Cuba.
- González, M. (1998). *La psicomotricidad fina en la educación infantil*. Lima: San Marcos.
- Guillén, Y., & Huancahuari, V. (2011). *Habilidades motrices básicas en niños y niñas de 5 años de la I.E.P "Rosy" del distrito de Ayacucho-2010. (Tesis de Diploma)*. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.
- León Ruíz, J. B. (2015). *El juego cooperativo como estrategia pedagógica para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los estudiantes del grado 401. (Tesis de Diploma)*. Universidad Libre .
- Luna Villuota, P. (2016). Efectos en el desarrollo motor de un programa de estimulación de habilidades motrices básicas en escolares de 5º año básico, 17(1), 29-38. <https://revistacaf.ucm.cl/article/view/88>.
- Otálvaro Cardona, H. A., Gómez García, E. A., & Ríos Narváez, Á. M. (2019). *Guía didáctica: Las habilidades motrices básicas de locomoción para niños del grado preescolar.(tesis de Diploma)*. Institución Educativa "María Josefa Escobar vereda el Pedregal".
- Otavallo, D. J. (2011-2012). *El juego y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños de primer año de educación básica. (Tesis de Diploma)*. Universidad Nacional de Loja.
- Peña Brito, E. (2015). *Propuesta de un programa de actividades motoras para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños de 3 a 5 años del nivel inicial de la unidad educativa Santana. (Tesis de Diploma)*. Universidad de Cuenca.
- 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>

- Rodicio Gacía, M. L., & Mosquera González, M. J. (2020). Evolución de los hábitos deportivos de los estudiantes de Ciencias del Deporte en España, (140), 15-22.
[http://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2020/2\).140.03](http://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2020/2).140.03).
- Rodríguez Torres, Á. F. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar, 36(2). <https://scielo.sld.cu>.
- Ruiz, L. M. (2004). Competencia motriz, problemas de coordinación y de deporte, (335), 21-34.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=1580045&pid=S1578-8423201300020000700030&Ing=es.
- Salazar, V., & Villavicencio, D. (2015). *Aplicación de un programa de habilidades motrices básicas para el mejoramiento de la motricidad gruesa en niños de 3 a 4 años del CDI planeta Indigo. (Tesis de Diploma). Universidad Politécnica Salesiana.*
- Sánchez Bañuelos, F. (1986). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte.* Gymnos.
- Santos, M. (2011). Concepto de habilidad motriz en Educación Física: Los desplazamientos, 2(3), 45-56. <https://revista.academiamestre.es/2011/03/concepto-de-habilidad-motriz-en-educacion-fisica-los-desplazamientos/>.
- Trigueros, C. (1990). *Educación Física de Base en la Enseñanza Primaria. Gioconda.*
- Vera Rivera, J. L., & Mariño Landazábal, N. A. (2010). Propuesta de juegos para la enseñanza del fútbol en la clase de Educación Física, (149). <http://www.efdeportes.com/>.

Anexo # 1 Guía de observación a los estudiantes

Objetivos de la observación: diagnosticar el comportamiento de las habilidades motrices básicas en escolares de 8 años de edad del Reparto Pastorita del municipio Cienfuegos, en tiempos de pandemia.

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

	<p>Lanzamiento por encima del hombro Salida de la extremidad superior 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>						

Leyenda:

E: excelente
MB: muy bien
B: bien
R: regular
I: insuficiente

Anexo # 2 Resultados de la primera medición

Tabla # 2

Dimensiones	Índice (puntos)				
	E (6)	MB (5)	B (4)	R (3)	I (2 o -)
Correr			3 (21,4%)	7 (50%)	4 (28.6%)
Saltar			2 (14.3%)	7 (50%)	5 (35.7%)
Lanzar			1 (7.1%)	5 (35.7)	8 (57.1%)
Atrapar				2 (14,3)	12 (85.7)

Anexo # 3

Gráfico 1. Evaluación de las habilidades motrices básicas en el primer momento en escolares de 8 años de edad.



Fuente: elaborado por el autor a partir de la observación realizada

Anexo # 4

Juegos menores seleccionados

Objetivo: contribuir a través de juegos menores al desarrollo de las habilidades motrices básicas de los escolares de 8 años de edad del Reparto Pastorita del municipio de Cienfuegos.

Habilidad correr

2. Nombre: Relevé de banderitas

Objetivos: mejorar la rapidez de reacción y la coordinación en la carrera.

Materiales: Banderitas azules y rojas, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Organización: Se inicia el ejercicio con la desinfección de las manos de todos los alumnos con disolución de agua con cloro. Se forman 2 equipos (azul y rojo) en hileras separados cada alumno por 1.5 m de distancia y detrás de una línea de salida.

Desarrollo: Los primeros jugadores de cada equipo tendrán en la mano una banderita del color del equipo correspondiente y, frente a estos, a una distancia determinada por el profesor, se coloca otra banderita de su mismo color. A la señal del maestro, el primer alumno de cada equipo sale en carrera hacia la banderita. Cada vez que el maestro dé una palmada, el alumno que corre da una vuelta en el lugar y continúa la carrera para hacer un cambio de banderas. Durante la carrera de regreso también se darán palmadas. Al llegar a la línea de salida se hace el relevé, le entrega la banderita a su compañero que le sigue y se coloca al final de su equipo y así sucesivamente, hasta que todos los equipos finalicen. Al concluir el ejercicio se desinfectan las manos de cada jugador nuevamente con la disolución de agua con cloro. Gana el equipo que primero termine.

Reglas:

- Dar tantas vueltas como palmadas dé el profesor
- Respetar el distanciamiento entre jugadores a 1.5 m de distancia.
- Es de carácter obligatorio el nasobuco y la desinfección de las manos.

2. **Nombre:** Carrera en zigzag

Objetivo: Mejorar la rapidez de reacción y el cambio de dirección.

Materiales: conos, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Organización: Antes de comenzar la actividad se realiza la desinfección de las manos de todos los jugadores con una disolución de agua con cloro. Se forman los equipos en 2 hileras situados detrás de una línea de salida separados a 1.5m de distancia cada alumno.

Desarrollo: Los primeros jugadores de cada equipo se colocarán de espalda, frente a cada hilera a una distancia determinada por el profesor estarán situados conos. A la señal del profesor los primeros alumnos de cada hilera saldrán corriendo los cuales deberán superar los conos en forma de zigzag y al llegar al final regresarán corriendo de espalda, al llegar a la línea de salida se coloca al final de la hilera y el siguiente compañero realizara la misma acción así sucesivamente. Al finalizar el ejercicio se desinfectan las manos de cada jugador nuevamente con la disolución de agua con cloro. Gana el equipo que primero termine.

Reglas:

- Superar los obstáculos en zigzag.
- El que regrese de frente repetirá el ejercicio.
- Respetar el distanciamiento entre jugadores a 1.5m de distancia.
- Es de carácter obligatorio el nasobuco y la desinfección de las manos.

Habilidad saltar

1. **Nombre:** Relevé de cuerdas.

Objetivos: Ejercitar la habilidad de saltar. Mejorar la fuerza de piernas.

Materiales: Cuerdas, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Organización: Se inicia el ejercicio con la desinfección de las manos de todos los alumnos con disolución de agua con cloro. Se forman 2 equipos separados a 1.5 m

cada alumno uno de otro situado en hileras. Se trazan líneas paralelas con varios metros de separación entre sí, una de salida y otra de llegada.

Desarrollo: Detrás de la línea de salida y a 2m de separación se colocan los equipos, el primer alumno de cada equipo llevará en sus manos una suiza. A la señal del profesor, el primer niño de cada equipo se desplaza al frente saltando la suiza hasta llegar a la línea de llegada y vira sin soltarla, de regreso realiza la misma actividad, y entrega la suiza al compañero que le sigue. Al finalizar el ejercicio se desinfectan las manos de cada jugador nuevamente con la disolución de agua con cloro. Gana el equipo que primero termine y realice correctamente la actividad.

Reglas:

- Todos deben llegar hasta la línea de retorno.
- El alumno que durante el desplazamiento no salte la suiza tiene que comenzar nuevamente la actividad.
- Respetar el distanciamiento entre jugadores a 1.5m de distancia.
- Es de carácter obligatorio el nasobuco y la desinfección de las manos.

2. Nombre: Relevé de salto con ambos pies.

Objetivos: Ejercitar la habilidad de saltar. Mejorar la fuerza de piernas.

Materiales: Silbato, pomos de agua con cloro y nasobuco.

Organización: Primeramente, se realiza la desinfección de las manos de todos los jugadores con una disolución de agua con cloro. Se dividen los alumnos en 2 equipos. Cada equipo se subdivide en dos hileras, una frente a la otra, separados a 1.5 m cada alumno uno de otro, se marca el terreno con dos líneas paralelas separadas entre sí a 15 m. Los equipos ya subdivididos se colocan uno frente a otro y detrás de cada línea.

Desarrollo: El primer alumno de cada hilera estará atento a la señal del profesor. Al sonido del silbato, el primer alumno de cada hilera comienza a saltar con ambos pies en dirección al compañero que tiene al frente, cuando llega a la línea ya sobrepasada, automáticamente el compañero que le corresponde arranca el ejercicio y realiza la misma actividad y así sucesivamente. Al finalizar el ejercicio se desinfectan las manos de cada jugador nuevamente con la disolución de agua con cloro. Gana el equipo que termine primero.

Reglas:

- Si se produce una caída se comenzará de nuevo desde ese lugar.
- Respetar el distanciamiento entre jugadores a 1.5m de distancia.
- Es de carácter obligatorio el nasobuco y la desinfección de las manos.

Habilidad lanzar y atrapar

1. Nombre: Rebota y lanza.

Objetivo: Ejercitar los lanzamientos y atrapes.

Materiales: Pelotas (pequeñas, medianas y grandes), pomos de agua con cloro y nasobuco.

Organización: Inicialmente se realiza la desinfección de las manos de todos los jugadores con una disolución de agua con cloro. Los jugadores se dividen en 2 equipos (10 cada equipo) separados a 2m entre sí, cada uno a su vez se divide en 2 subgrupos (5x5) respectivamente, formados en hileras uno frente a otro y separados entre sí por 10 m de distancia.

Desarrollo: En el centro de cada equipo se traza un círculo. Los primeros alumnos de cada equipo (de una parte) tendrán en sus manos una pelota. A la indicación del profesor, el primer alumno de cada hilera hace rebotar la pelota contra el piso y la atrapa cada vez hasta llegar al círculo, donde se detiene y lanza la pelota al compañero que tiene al frente y corre al final de su hilera. El que recibe realiza la misma acción y así sucesivamente hasta que todos hayan lanzado y atrapado. Al finalizar el ejercicio se desinfectan las manos de cada jugador nuevamente con la disolución de agua con cloro. Gana el equipo que mejor realice la actividad y termine primero.

Reglas:

- Si a un alumno se le cae la pelota comienza la acción desde ese mismo lugar.
- Se debe lanzar la pelota dentro del círculo, no fuera de este.
- Respetar el distanciamiento entre jugadores a 1.5m de distancia.
- Es de carácter obligatorio el nasobuco y la desinfección de las manos.

2. Nombre: Pasar el aro.

Objetivo: Lograr precisión en el lanzamiento.

Materiales: aro, pelotas pequeñas.

Organización: Primeramente, se realiza la desinfección de las manos de todos los jugadores con una disolución de agua con cloro. Se forman los equipos en 2 hileras situados detrás de una línea de lanzamiento separados a 1.5 m de distancia. Los primeros jugadores de cada equipo tendrán una pelota en la mano. Frente a cada equipo y a una distancia de 7m se coloca un alumno. El profesor se ubica a un extremo de los equipos y a 6m con un aro en la mano.

Desarrollo: El profesor hace rodar el aro por delante de los jugadores. Los primeros alumnos lanzan la pelota e intentan pasarla por dentro del aro, a medida que este pase por delante de cada hilera. Después que el alumno realice el lanzamiento pasa a ocupar el lugar del que recibe la pelota, este pasa la pelota al compañero del equipo que le corresponde y corre al final de la hilera. Se obtendrá un punto por cada lanzamiento acertado. Al finalizar el ejercicio se desinfectan las manos de cada jugador nuevamente con la disolución de agua con cloro. Ganará el equipo que más puntos acumule.

Reglas:

- No lanzar por delante de la línea trazada.
- Respetar el distanciamiento entre jugadores a 1.5m de distancia.
- Es de carácter obligatorio el nasobuco y la desinfección de las manos.

Nota: La distancia del aro se establecerá de acuerdo con la precisión del lanzamiento de los alumnos. Los lanzamientos se pueden realizar por encima del hombro, rodados o de otra forma que indique el profesor.

Anexo # 5

Tabla # 3: Resultados de la segunda observación

Dimensiones	Índice (puntos)				
	E (6)	MB (5)	B (4)	R (3)	I (2 o -)
Correr	3 (21.6%)	7 (50%)	4 (28.6%)		
Saltar	2 (14.3%)	5 (35.7%)	6 (42.9%)	1 (7.1%)	
Lanzar		1 (7.1%)	9 (64.3%)	4 (28.6%)	
Atrapar		2 (14.3%)	10 (71.4%)	2 (14.3%)	

Anexo # 6

Gráfico 2. Evaluación de las habilidades motrices básicas en el segundo momento en escolares de 8 años de edad



Fuente: elaborado por el autor a partir de la observación realizada

Anexo # 7

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