



TRABAJO DE DIPLOMA PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADA EN
CULTURA FÍSICA.

**JUEGOS DE RECUPERACIÓN PARA LA PARTE FINAL DE LAS
CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

AUTORA: Nayra Armenteros Cabrera

TUTORA: Lic. Yaneisis Valdés Labrador

Lic. Edelvys Torres Campos.

Cienfuegos, 2021

Resumen

La investigación se sustenta en juegos para la recuperación de los alumnos en la parte final de las clases de educación física en el segundo ciclo de la Escuela Primaria Roberto Fleites, con el objetivo de diseñar juegos para lograr la recuperación en la parte final de las clases, buscando instrumentos medibles y de análisis con la finalidad de reconocer el mérito y lograr lo propuesto, debilidad a lo cual responde el problema de investigación. Se realiza un estudio no experimental transseccional descriptivo donde se pretendió describir como de comportó la recuperación en la parte final de estas clases. La muestra fue de 6 profesores y 9 especialistas de experiencia en la asignatura. Se parte de las características de las clases en el segundo ciclo, algunas concepciones de juegos y la vuelta a la calma, se tiene en cuenta la necesidad de desarrollo multilateral integral de la personalidad, así como el análisis del programa y las orientaciones metodológicas, se aplica la entrevista grupal semiestructurada a los profesores. El análisis porcentual permite el procesamiento de los resultados, los cuales quedaron validados según criterio de especialistas como una herramienta útil y necesaria para los docentes que imparten el segundo ciclo. La revisión bibliográfica abordo autores clásicos y contemporáneos que propicio la estructuración de la investigación.

Summary

The investigation is sustained in games to motivate the pupils of third grade in the classes of Physical Education in Roberto Fleites primary school, with the objective to design games to raise the motivation of the pupils, searching for medibleses instruments and of analysis with the end of recognizing the grouper and achieve it proposed, weakness to the who answers the problem of investigation. Carries out a non-experimental study descriptive transceccional in which tried to get describe as of bore the level of motivation in these classes. The sample was of, 6 teachers and 9 specialists of experience in the course. It splits of the characteristics of the classes in the grade, some conceptions of games and motivation, keeps in mind the need of multilateral development integral of the personality as well as the analysis of the program and the methodological orientations, applies the group interview semi structured to the teachers and the methodologies. The porcentual analysis permits the processing of the results, those which remained validated according to criterion of specialists as a useful and necessary tool for the educational that imparts third grade. The bibliographical revision approaches classic and contemporary authors that it propitiates the realization of the investigation.

ÍNDICE

Introducción.....	1
Problema Científico.....	5
Objetivo general.....	5
Tarea científica.....	5
Idea a Defender.....	5
Capítulo I Fundamentación Teórica	7
1.1 La clase de Educación Física.....	7
1.2 Medios de la Educación Física.....	8
1.3 Características de los juegos.....	12
1.4 Los Juegos en la Clase de Educación Física.....	13
1.5 Tipología de los juegos.....	13
Capítulo II Diseño Metodológico	16
2.1 Metodología.....	16
2.1.1 Selección de sujeto.....	16
2.1.2 Métodos empleado.....	17
Capítulo III Resultados de la investigación	19
3.1. Análisis de los resultados.....	19
3.1.1. Análisis de las clases observadas.....	19
3.1.2 Resultados del análisis de documentos.....	20
3.1.3 Análisis de las entrevistas a profesores de Educación Física.....	23
3.2 Diseño de los juegos.....	24
3.2.1 Fundamentación de los juegos.....	24
3.3 Validación de los juegos por los especialistas.....	29
Conclusiones.....	
Recomendaciones.....	31
Bibliografía.....	32
Anexos	

Introducción

La Educación Física es un eficaz instrumento de la Pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sicosocial. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la Filosofía, la Psicología, la Biología, etc.

La Educación Física forma parte de la realidad de la existencia humana, por ser el "movimiento", un hilo de enlace fundamental de la persona con el medio en el que se desarrolla. El movimiento es una constante en la vida del hombre. A través del mismo, exterioriza sus necesidades, instintos, motivaciones, se comunica, expresa, relaciona, conoce y se conoce, aprende a hacer y a ser.

Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud, ya que ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior. Específicamente, en los niños, ayuda a sobrellevar los acontecimientos de la vida cotidiana y del medio y afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva.

Promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación con los demás.

Desde pequeños, se comienza a realizar actividades físicas. A medida que el cuerpo se va desarrollando, va incrementando la capacidad de realizar ciertas actividades. Prácticamente desde el niño más pequeño hasta el adulto mayor pueden realizar actividades físicas, tomando en cuenta que a medida que crecemos y nos desarrollamos el organismo cambia y por tanto la capacidad también.

En los escolares se debe relacionar la actividad física con el juego. Los juegos infantiles de educación física, en su diferente intensidad y características

especiales, constituyen eslabones que conducen al individuo, en el camino de su formación física general y hacia la práctica de los deportes.

Los juegos son uno de los medios empleados por la educación física que resulta imprescindible en las diferentes edades hasta los catorce años y siempre buen complemento para las demás edades, incluso para los adultos. Desenvuelven facultades y recrean el espíritu, al tiempo que proporcionan las ventajas del ejercicio físico sin el importante gasto de energías que la práctica de los deportes supone, y sin exigir tampoco la formación psicofísica.

El desarrollo motor son los cambios producidos con el tiempo en la conducta motora que reflejan la interacción del organismo humano con el medio. Éste forma parte del proceso total del desarrollo humano, que no ha acabado aún al llegar a la madurez. Y es que desde la infancia el niño va experimentando y descubriendo, progresivamente, habilidades motrices sencillas e individuales. Con el paso de las diferentes etapas por la que atraviesa un niño, éste tiende a mecanizarlas, a combinarlas y a modificarlas hasta llegar a un punto en el que ya no se debe hablar de habilidades motrices básicas sino de habilidades deportivas. La mayoría de las habilidades que se dan en el deporte, por no decir todas, tienen su origen y fundamento en las habilidades físicas básicas, como son: andar, correr, saltar, equilibrio, volteos, balanceos, lanzar, patear. Y por medio de los juegos es fácil asegurar la presencia en el niño de estas habilidades que ponen base a otras superiores.

En la Enseñanza Primaria la asignatura de Educación Física tiene una gran importancia para el desarrollo de los escolares, por la contribución que brinda a su desarrollo físico, a su equilibrio emocional y psíquico y a la salud en general.

Este proceso de enseñanza aprendizaje se hace en ocasiones un tanto difícil, por lo que induce a una amplia preparación y búsqueda de formas, métodos o procedimientos que hagan más fácil y ameno el desarrollo de las actividades docentes.

En la medida en que constituya una necesidad para el profesor desarrollar sus clases con mayor motivación, podrá responder a los requerimientos que se plantean en su labor profesional, pues no hay dudas que es una necesidad que

adquiere una mayor connotación si no basta solo con que los profesores desarrollen sus propios juegos o actividades. Cuando el profesor se limita a seguir a los demás, o a repetir lo ya existente y no crea e innova está limitando una de sus capacidades fundamentales, y se convierte en una persona mecánica y hasta cierto punto frustrada, de ahí la importancia de construir las herramientas pedagógicas necesarias para el proceso docente.

La recuperación durante la Educación Física influye también en la actitud que adoptan los alumnos, el modo en que realizan las actividades, así como en el nivel de esfuerzo que requieren para cumplir esas tareas. Para Fuentes Guerra, J. (1999), la recuperación del estado físico es esencial para la vuelta a la calma durante la práctica de actividades físicas programadas.

Es un tema polémico en el que se han realizados varias investigaciones tanto en el ámbito internacional como nacional, en el campo de la Educación Física y el Deporte de las cuales se nombran las más importantes.

El profesor mexicano de Educación Física Pinta, O. (2014) realizó una propuesta de Juegos para todos, ofreciendo una variedad de novedosos juegos los cuales pueden ser utilizados en las clases de educación física según la edad el sexo de los alumnos y los objetivos a cumplir.

Más recientemente las autoras Chirino Cuellar & Capote Berovides (2014) proponen en sus investigaciones juegos para la parte inicial de las Clases de Educación Física y para desarrollar la motivación en niños del 2do grado de la Escuela Primaria “Antonio Maceo Grajales” de Cienfuegos.

Los autores Yuniel Muñoz y Reinier Veliz en el 2017 presentaron “Juegos para el desarrollo cognitivo de los alumnos del 5to y 6to grado desde la clase de Educación Física” investigación en la que se proponen un grupo de juegos menores con el propósito de valorar el impacto de dichos juegos en el desarrollo cognitivo de los estudiantes de segundo ciclo de la escuela Antonio Maceo, municipio Cienfuegos.

Fidelina Maira Díaz Hernández en 2018 Presento un artículo donde expone que la fase de recuperación es tan importante como la carga física y hay que planificarla razonablemente

Yolaine Basulto Vásquez, Manuel García Vieras y Jorge Luis Méndez Díaz en 2020 investigaron con el objetivo de diseñar juegos contemporáneos y didácticos en la parte final de la clase

De cualquier manera se hace indispensable continuar en la búsqueda de vías para el desenvolvimiento de los profesores para que puedan convertir las clases en un momento de disfrute, donde todos los estudiantes tengan la posibilidad de expresarse original y creativamente.

Dentro del proceso de enseñanza, para lograr la vuelta a la calma y la motivación de las clases, independencia cognoscitiva y toma constante de decisiones el juego representa un elemento fundamental por su carácter integrador de los conocimientos, cualidades morales y volitivas además de su alta incidencia motivacional dentro de todo el proceso.

En la Educación Física se manejan desde edades tempranas actividades dirigidas a la recuperación de los niños, principalmente a través de los contenidos de la expresión corporal, los juegos pasivos y relajantes que se realizan en las clases; La creciente necesidad de orientar la investigación hacia estas temáticas conducen a plantear como **situación problemática**: en muchas ocasiones se encuentran con profesores de muy poca experiencia que no poseen los conocimientos necesarios para ponerlos en función del desarrollo de la motivación, creatividad y la independencia cognoscitiva en los escolares , y en otras ocasiones con profesores un poco reacios, atrincherados en el desarrollo físico deportivo única y exclusivamente, además de ser fieles seguidores de los programas curriculares y oficiales que no se detienen a buscar alternativas de solución que posibiliten el desarrollo personal de los alumnos a través de los propios contenidos de las clases y todo ello trae consigo la necesidad de estimular y ofrecer a los docentes vías para desarrollar una mayor creatividad en las clases.

En las observaciones a las clases de Educación Física de la Escuela Primaria “Roberto Fleites se revelan: que las clases eran muy tradicionales y los profesores se regían solamente por lo planificado en el programa de Educación Física de la enseñanza, por lo que los juegos y actividades que planificaban eran poco variables y llegaban a ser monótonas ya que los escolares la habían

realizado durante los grados que anteceden, en el programa, estas actividades y juegos apenas varían de un grado a otro.

Para ello se plantea el siguiente **problema científico**:

¿Cómo recuperar a los alumnos del segundo ciclo en la parte final de la clase de Educación Física?

Objetivo General:

Diseñar juegos para lograr la recuperación de los alumnos de segundo ciclo en la parte final de las clases de Educación Física.

Tareas Científicas

- Determinación de los fundamentos que reflejan la necesidad del uso de los juegos de recuperación para la parte final de las clases.
- Conformación de los juegos que serán incluidos.
- Validación de los juegos diseñados para lograr la recuperación de los alumnos en la parte final de las clases por criterio de especialistas.

Idea a defender.

El diseño de juegos de recuperación para la parte final de las clases de Educación Física del segundo ciclo en la Escuela Primaria Roberto Fleites, proporcionará una mayor vuelta a la calma en los alumnos.

Capítulo I Fundamentación Teórica

1.1. La clase de Educación Física: factor esencial del proceso de enseñanza - aprendizaje.

El proceso de enseñanza - aprendizaje se lleva a cabo a través de la clase, como factor esencial de dicho proceso, y por las numerosas y variadas actividades que en la escuela se desarrollan como respaldo, consolidación y ampliación de la instrucción y del trabajo educativo.

La clase de Educación Física constituye el acto pedagógico en el cual se van a concretar los propósitos instructivo - educativos y las estrategias metodológicas previstas en la programación docente, último nivel de concreción del diseño y desarrollo curricular.

En la escuela, la Educación Física se desarrolla mediante diversas actividades de carácter físico - deportivas y recreativas que se practican de forma obligatoria u opcional, dentro y fuera de la escuela y donde la clase constituye la forma fundamental de organización del proceso de enseñanza - aprendizaje.

La Educación Física tiene como objetivo el desarrollo de capacidades y habilidades físicas, la transmisión de conocimientos generales y el desarrollo de cualidades psíquicas de la personalidad; para ello cuenta con el ejercicio físico como medio fundamental. Los ejercicios de la clase de Educación Física son movimientos seleccionados pedagógicamente, que influyen de manera positiva en el desarrollo de las capacidades físicas, en el dominio de las habilidades motrices, en la aplicación de los elementos técnicos deportivos y en el desarrollo de esferas importantes de la personalidad.

Las distintas corrientes que se han venido desarrollando en el campo de la Educación Física contemporánea con una fundamentación biomédicas, psicopedagógicas o socioeducativas Devis & Peiró (1992), Cechini (1996), Blázquez (2012), Moreno, J.A. (2017), López, (1996) & Vega, (2018) encuentran su materialización en esta forma fundamental del proceso enseñanza - aprendizaje que es la clase.

Dichas corrientes han sido generadoras de cambios en la estructura de la clase, en la determinación de los contenidos, los objetivos, los métodos, los medios, las actividades de aprendizaje y las actividades de evaluación y sobre todo en el protagonismo que le corresponde jugar al profesor y al alumno.

1.2. Medios de la Educación Física.

Las diversas formas y combinaciones de los ejercicios físicos han dado origen a las tres manifestaciones más generalizadas de la ejercitación: la gimnasia y el deporte y el juego.

La gimnasia: Es una de las formas más antiguas de realización del ejercicio físico. Son ejercicios físicos generales que se realizan individualmente, con instrumentos o sin ellos, en pareja o en grupo. Éstos se lleva a cabo a través de diferentes formas con el objetivo de desarrollar las capacidades físicas del individuo y mejorar su postura, perfeccionar en forma sistemática las habilidades motrices básicas y contribuir al desarrollo de habilidades motrices deportivas. Este tipo de gimnasia sirve como base y complemento del juego y del deporte.

El deporte: Se caracteriza por su alta exigencia de rendimiento competitivo, en la que el equipo o jugador individual está subordinado a reglas oficiales establecidas nacional e internacionalmente. La enseñanza de las disciplinas deportivas requiere de un periodo largo y una metodología que contemple diferentes niveles de desarrollo de los elementos técnicos como la adquisición de fundamentos, la consolidación y la aplicación.

Los juegos: ocupan un lugar preponderante por su gran valor psicológico, biológico y pedagógico, lo que hace que se conviertan en un medio necesario para el desarrollo integral de los niños.

Mediante los juegos podemos contribuir al desarrollo de diferentes procesos psíquicos: cognitivos (sensaciones, percepciones, pensamiento, lenguaje, memoria, atención, etc.) afectivos (emociones y sentimientos) y volitivos (valor, decisión, perseverancia, iniciativa, independencia, dominio, etc.).

Desde el punto de vista biológico, los juegos de movimiento actúan sobre el cuerpo en su conjunto, es decir, ayudan al desarrollo del sistema óseo, trabajan gran cantidad de grupos musculares, incrementan el metabolismo en el organismo, etc. Combinándolos inteligentemente se evita el ejercicio unilateral y se logra una influencia sobre la constitución en general.

Entre los tipos de juegos más significativos se encuentran los juegos menores, los juegos pre-deportivos, los juegos deportivos.

- 🕒 **Juegos menores o pequeños:** Son determinadas acciones motrices atractivas que se realizan sobre la base de una idea de educación física definida y que persiguen el desarrollo psicomotor y la recreación del niño.
- 🕒 **Juegos pre-deportivos:** Constituyen una variante de los juegos menores que se caracteriza porque su contenido propicia la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para la asimilación de habilidades deportivas.
- 🕒 **Juegos deportivos:** Son el grado superior de los juegos y se caracterizan por su alta exigencia de rendimiento competitivo, en la que el equipo o jugador individual está subordinado a reglas oficiales.

Las corrientes sobre las que giran las clasificaciones de los juegos son normalmente las acciones que generalmente se realizan en el juego.

Por la forma de participar: Individuales o Colectivos, respondiendo a como se obtiene el triunfo, si es de un solo participante ejemplo: “Los agarrados” o de un equipo, ejemplo: “Relevo de Banderitas” o “Baloncesto”.

Por la ubicación: Interiores: Área techada, ejemplo (gimnasios, salas. polivalentes, etc.) o Exteriores (áreas al aire libre).

Por la intensidad del movimiento: Alta, Media o Baja

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

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

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

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

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

Por la actividad desarrollada:

Se tiene en cuenta la actividad fundamental a desarrollar con vistas a cumplir el objetivo del juego, aunque en los juegos se pueden presentar otras actividades que contribuyen al logro del objetivo propuesto.

Por ejemplo: “La Gallinita Ciega”. Es un juego sensorial por la actividad que desarrolla el sentido del oído, ese es su objetivo, pero unido a ello está la esquivar y el desplazamiento, acciones que garantizan el juego.

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

- Sensoriales: Objetivo, desarrollo de los órganos de los sentidos (Auditivos, táctiles, visuales, del gusto, olfato, de orientación).

Ejemplo: “Quien falta aquí”, “El Tilín”, “Qué es esto”, etc.

- Motrices: objetivo, desarrollo de actividades dinámicas: Caminar, Correr, Saltar, Lanzar, Equilibrio, Coordinación, Cuadripedia.
- Dramatizados:

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

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

El juego como actividad humana presente en todas las épocas, ha sido abordado desde distintas perspectivas: filosófica, psicológica, antropológica, pedagógica,... y sus significaciones son innumerables dependiendo del paradigma en que se encuentren; en este sentido Lavega (2005) considera que el concepto de juego es tan versátil y elástico que presume de escaparse a una aproximación conceptual definitiva.

En el paradigma biológico, donde el juego se considera prácticamente una necesidad vital y se deduce la necesidad del juego como pre-ejercicio del surgimiento prematuro de las predisposiciones internas, (Stern citado por Elkonin, (1980) y en el que se hace referencia a un instinto especial, «instinto de juego», por el cual el individuo siente un invencible afán interno, al que se entrega sin preguntar por qué y ni para qué; nos encontramos con las definiciones de Groos,(1922) y Spencer, (1942).

Dentro del paradigma psicológico, donde Vygostki, (1989) considera que el juego completa las necesidades del niño y describe el mismo como una de las expresiones más genuinas de lo que se entiende por área de desarrollo próximo y Piaget (1980, p. 123) como uno de los procesos que ponen a punto las estructuras cognitivas básicas, respectivamente, nos encontramos con la definición de Ortega y Lozano donde se dejan entrever sus influencias:

“El juego es un proceso complejo que permite a los niños y niñas dominar el mundo que les rodea, ajustar su comportamiento a él y, al mismo tiempo, aprender sus propios límites para ser independientes y progresar en la línea del pensamiento y la acción autónoma” (Ortega & Lozano, 1996).

La situación del juego proporciona estimulación, variedad, interés, concentración y motivación. Si se añade a esto la oportunidad de ser parte de una experiencia que, aunque posiblemente sea exigente, no es amedrentadora, está libre de presiones irrelevantes y permite a quien participa una interacción significativa dentro del entorno, las ventajas del juego se hacen aún más evidentes. Sin embargo, a veces, el juego también puede proporcionar un escape de las presiones de la realidad y aliviar el aburrimiento.

1.3 Características de los juegos:

- El juego es placentero, divertido. Aun cuando no vaya acompañado por signos de regocijo, es evaluado positivamente por el que lo realiza.
- El juego no tiene metas o finalidades extrínsecas. Sus motivaciones son intrínsecas y no se hallan al servicio de otros objetivos. De hecho, es más un disfrute de medios que un esfuerzo destinado a algún fin en particular. En términos utilitarios es inherentemente productivo.
- El juego es voluntario y espontáneo no es obligatorio, sino simplemente elegido por el que lo practica.
- El juego implica cierta participación activa por parte del jugador.
- Tranquilidad y alegría emocional de saber que sólo es un juego.
- Con finalidad en sí mismo.
- Espontáneo, repentino sin necesidad de aprendizaje previo. Expresivo, comunicativo, productivo, explorador, comparativo.

1.4 Los Juegos en la Clase de Educación Física:

Su aplicación en las clases de Educación Física puede realizarse con muchas variantes, en dependencia de las tareas que deban resolverse.

Ejemplo: En la Parte Inicial de la clase se pueden resolver tareas planteadas utilizando juegos de carreras, lanzamientos, saltos, etc., con vistas a preparar el organismo a la actividad que van a realizar en la Parte Principal.

En la Parte Principal se puede incluir juegos, ya sean Deportivos o Predeportivos, cuando queremos enseñar algún elemento fijarlo o perfeccionarlo, además de los ejercicios fundamentales, en este caso se aplica al final de la Parte Principal.

En la Parte Final de la clase la tarea fundamental es realizar actividades que atribuyan a la recuperación del organismo. Se utilizan fundamentalmente juegos rítmicos, danzas, juegos recreativos de movimientos ligeros. Por lo que podemos resumir planteando que los juegos se deben incluir en las 3 partes de la clase.

1.5 Tipología de los juegos.

Juegos Motivacionales: Son juegos sencillos, preferiblemente conocidos por los niños, de pocas reglas, con una carga física que no sea intensa y de corta duración, incorporan al niño a la actividad de una forma amena, agradable y la voz dinámica. Estos juegos deben permitir que participen la mayor cantidad de niños de una vez.

Juegos de Preparación: Son juegos que responden a la preparación de los planos musculares que más se van a ejercitar en la parte principal y pueden tener una duración de 3 hasta 7 minutos, pueden utilizarse tanto juegos pequeños como pre-deportivos como parte del calentamiento al inicio, al final o sustituirlo, no obstante, los juegos más utilizados en esta parte son los pequeños.

Juegos Pre-Deportivos: Son aquellos que contienen en su desarrollo aspectos de la técnica de los elementos técnicos de cualquier deporte, a partir de 4to grado son muy utilizados por constituir contenidos de los programas de Educación Física.

Juegos de Capacidad: Están destinados para el desarrollo de capacidades físicas en el tiempo de Gimnasia Básica, se realizan fundamentalmente Juegos Pequeños y se ubican al inicio o final de la parte principal, en dependencia de la capacidad que se esté trabajando. Estos garantizan un alto nivel de desarrollo.

Juegos Tranquilizantes o de Recuperación: Se utilizan para recuperar al organismo, son juegos Pequeños, sencillos de pocas reglas y corta duración.

Regulación de las cargas físicas:

Los juegos motrices representan un complejo proceso motor, donde influyen diferentes excitaciones. Algunos procesos están dados por una fuerte carga física con gran tensión nerviosa y otras de relajamiento que varía por la fuerza y emociones que refleja la conducta del alumno.

La carga física en el juego se puede regular de la siguiente forma:

- Disminuyendo el tiempo
- Acortando la distancia o dimensiones del terreno
- Utilizando mayor número de jugadores
- Disminuyendo el número de repeticiones (entre otras)

El estado de los participantes está determinado por diferentes rasgos:

- Sofocación
- Aceleración del pulso
- Temblor de las extremidades superiores e inferiores
- Postura incorrecta
- Palidez en el rostro
- Actividad y atención disminuida
- Lentitud de los movimientos

En el niño todos estos factores se ven menos afectados por la emoción y el deseo de jugar, la expresión exterior del estado de los participantes puede engañar al profesor y la sensación interior engañar al mismo jugador, y esto puede ocasionar la sobrecarga.

Durante los juegos, la aplicación de las cargas tiene gran importancia, ya que éstas deben ser moderadas y planificadas, por lo que se le recomienda en la aplicación de este principio, comenzar con juegos conocidos, no muy excitantes y luego pasar a juegos de mayor dificultad.

Capítulo II Diseño Metodológico

2.1 Metodología

Para la realización de este trabajo se utilizó un diseño no experimental transseccional descriptivo, en el mismo se pretende descubrir cómo recuperar a los alumnos del segundo ciclo de la enseñanza primaria en la parte final de las clases de Educación Física de la Escuela Primaria “Roberto Fleites” del municipio de Cienfuegos. Siguiendo a Migdalia Estévez Cullell (2016) y se adoptó un paradigma cualitativo. En el que se promueve la participación de los sujetos que forma parte del objeto de investigación, se pone énfasis en la investigación documental, en la observación participante y en las entrevistas en el trabajo de campo. Hay gran interacción del sujeto investigador que facilita la recolección de datos cualitativos de manera directa. El carácter subjetivo del análisis y la interpretación de los datos prevalece. En este estudio se selecciona una serie de cuestiones y se mide cada una de ellas independientemente, para así describir lo que se investiga.

2.1.1 Selección de sujeto.

La selección de los sujetos que han formado parte de esta investigación ha sido basada en el método no probabilístico (Hernández Sampier, 2013) o método de selección deliberada e intencional, tal como lo caracterizan Rodríguez, Gil y García (2004).

De una población de 179 alumnos del segundo ciclo de la Escuela Primaria “Roberto Fleites” del municipio de Cienfuegos de los cuales 102 son hembras lo que representa el 57 % y 77 varones que representan el 43 % de ellos se tomó como muestra al único docente que impacte la educación física en el segundo ciclo de la enseñanza, la muestra fue seleccionada intencionalmente según sujetos voluntarios (Hernández Sampier, (2013). Para la realización de este trabajo fueron entrevistados: los 6 docentes de Educación Física de este

centro, de ellos 3 del sexo femenino y 3 del sexo masculino y los años de experiencias de los mismo oscila entre 6 y 14 años y la muestra de 9 especialistas en el tema de los cuales 7 fueron del sexo femenino y 2 del sexo masculino con años de experiencia laboral. Su criterio permitió la validación teórica de los juegos.

2.1.2. Métodos empleados.

Entre los **métodos teóricos** que se utilizaron está el **inductivo - deductivo**, que permitió valorar la literatura y los resultados, para obtener las regularidades.

Además, también se aplicó el **analítico – sintético**, a través del cual se analizaron documentos para enriquecer el caudal de conocimientos teóricos y la fundamentación del problema, se estudiaron tesis de grado y de maestrías, trabajos de cursos y de diplomas relacionados con el tema, artículos de revistas científicas y populares.

Del **nivel empírico** se trabajó la observación que se realizó a las clases de Educación Física del segundo ciclo para constatar el comportamiento de la recuperación de los alumnos en la parte final de las clases.

Se realizó la entrevista a los profesores del segundo ciclo de la Educación Física de escuela primaria Roberto Fleites para obtener información acerca de la motivación y la conducta de los alumnos en las clases. En este caso concreto se utilizó la **entrevista grupal semiestructurada**, con el objetivo de conocer las opiniones generales de profesores sobre el desarrollo de la motivación en las clases de Educación Física, así como la preparación de los docentes para asumir actividades que favorezcan un adecuado desarrollo.

Siguiendo las pautas marcadas por algunos de los autores que han tratado el papel que juega el estudio de los documentos en la investigación cualitativa: Taylor & Bogdan (2017); Woods (2017); Goetz & Le Comte (2018) y Santos

Guerra (2020), apoyados fundamentalmente en los “documentos oficiales”, aunque también se ha recogido, dentro del estudio “documentos personales”. El **análisis documental** fue empleado para profundizar en el estudio y análisis del tema objeto de investigación, los documentos analizados se concretan

esencialmente en los programas de Educación Física del segundo ciclo en la enseñanza primaria y la planificación de clases del profesor de estos grados en la escuela primaria “Roberto Fleites” del municipio Cienfuegos.

El **criterio de especialistas** permitió la validación de los juegos diseñados, la selección de los mismos se realizó a partir de determinados criterios, como: grado científico, años de experiencia en la docencia, currículum vitae y conocimientos acerca del tema objeto de estudio, entregándole a estos personalmente la propuesta de juegos y valorando las opiniones vertidas una vez aprobado el mismo.

De los **métodos matemáticos** se utilizó el **análisis porcentual**, para el procesamiento de los resultados del diagnóstico.

En el presente capítulo se declara diseño metodológico de la investigación y se caracteriza la muestra, además se declaran los métodos y técnicas a utilizar en el estudio.

Capítulo III Resultados de la investigación

3.1. Análisis de los resultados.

A continuación se valorarán los resultados que arrojaron los diferentes instrumentos aplicados.

3.1.1. Análisis de las clases observadas (Anexo 5).

De las 15 clases observadas que representa el 63% de las clases del periodo, se tuvo en cuenta la estructura de la misma, etapa inicial, principal y final.

- El 73.3% cumplió con lo establecido metodológicamente para la estructura de la clase.
- En el 60 % de las clases se realizó la motivación.
- Durante todas las clases (100%) mantuvo una buena relación profesor-alumno.
- Solo en el 90 % de las clases se logró el cumplimiento de los objetivos.
- En el 47% se correspondían los componentes didácticos con la planificación de la parte final de la clase.
- En la parte final en el 100% de las clases no se emplearon juegos tranquilizantes, basándose solo en ejercicios respiratorio y caminar con baja intensidad en el área, relajando piernas y brazos.
- El 77% de las clases observadas realizó el análisis de la clase y la recogida de materiales.
- El 100% de las clases no realizó la orientación del trabajo independiente ni empleó métodos productivos en las actividades.

Por lo que se demuestra un enfoque tradicional en las clases de Educación Física observadas.

Regularidades de las clases.

- Poca preparación y dominio del docente para sus clases.
- Se cumple con la estructura establecida para las clases de Educación Física.
- Insuficiente control, evaluación y atención a individualidades.

- Poca creatividad didáctica por parte del docente.
- Insuficiencia de medios e implementos deportivos.
- Insuficientes juegos de recuperación en la parte final de la clase.

3.1.2. Resultados del análisis de documentos:

Los programas de Educación Física y las orientaciones metodológicas del segundo ciclo en la enseñanza primaria fueron documentos que se analizaron para el desarrollo de la investigación.

En la enseñanza primaria los programas y las orientaciones metodológicas de la Educación Física presentan primeramente una caracterización de los alumnos desde los puntos de vista anatómico-fisiológico, de los procesos cognitivos y del desarrollo social y afectivo, están estructurados por grados y unidades donde inicialmente se declaran los objetivos de la asignatura para el nivel de enseñanza, luego los específicos para cada grado y posteriormente las unidades para cada uno de ellos, que son de obligatorio cumplimiento y tienen un enfoque general que orienta a los profesores para que en correspondencia con sus condiciones y las características de los grupos elaboren sus propias actividades.

Los objetivos en el segundo ciclo (quinto y sexto grado) están encaminados a que los alumnos puedan:

Quinto grado:

- ❖ Lograr un incremento en el nivel de desarrollo de las capacidades físicas condicionales, coordinativas y la flexibilidad, de manera que junto con la consolidación de las habilidades motrices básicas y los conocimientos adquiridos puedan cumplir con éxitos las exigencias para su edad y sexo.
- ❖ Continuar ejercitando las habilidades motrices deportivas que servirán de preparación para los deportes, que se impartirán en el grado y en grados posteriores mediante los juegos pre deportivo.
- ❖ Ejecutar con un nivel de desarrollo grueso las habilidades motrices deportivas principales establecidos para el grado en los deportes:

atletismo, baloncesto y fútbol de forma que puedan aplicarlo en condiciones de juego.

- ❖ Demostrar con su conducta y aptitud en las actividades físicas y deportivas el respeto a las reglas, compañeros y profesores, así como honestidad, combatividad y espíritu colectivo.
- ❖ Continuar con la labor de formación, vocacional y orientación profesional que despierta el interés hacia nuestra profesión, mediante los círculos de interés.

Sexto grado:

- 🕒 Lograr un desarrollo satisfactorio de las capacidades físicas y de las habilidades motrices básicas, de manera que puedan cumplir con éxito las tareas que le plantea la sociedad para su edad y sexo.
- 🕒 Alcanzar por medio de los juegos pre deportivos un desarrollo adecuado de las habilidades antecedentes de los deportes que se imparten en un grado posterior
- 🕒 Ejecutar el nivel de desarrollo establecido para el grado y las habilidades principales de los deportes: atletismo, baloncesto y fútbol.
- 🕒 Dominar y explicar la utilidad de los ejercicios físicos para el mantenimiento de una buena salud.
- 🕒 Demostrar con conductas y aptitud en las actividades, el respeto a las reglas, compañeros y profesores, su honestidad, combatividad y espíritu colectivista.
- 🕒 Reconoces los principales logros del país en el terreno deportivo desde el triunfo de la revolución y los miembros de nuestros enemigos en este campo.
- 🕒 Continuar con la labor de formación vocacional y orientación profesional a través de los círculos de interés, movimientos de monitores y el desarrollo del contenido de la asignatura.

Analizando los siguientes objetivos pertenecientes a dos grados diferentes existe gran similitud entre ellos por lo que los juegos de tranquilizantes o de recuperación en el segundo ciclo juegan un papel importante asignándoseles un tiempo normado para su ejecución dada la incidencia que tienen en la vuelta a la calma atendiendo a la intensidad de las cargas aplicadas, así como el

interés y motivación que muestran los niños por esta actividad. En las orientaciones metodológicas se sugieren diferentes juegos pasivos en los que de forma variada se combinan las habilidades trabajadas de forma aislada.

De manera general y luego del análisis del programa, o sea, las exigencias, los objetivos, contenidos y orientaciones metodológicos se pueden resumir como principales argumentos que justifican la necesidad de juegos tranquilizantes o de recuperación para las clases, los siguientes:

- En el segundo ciclo las exigencias deben aumentar con relación a los grados anteriores por lo que el profesor deberá planificar juegos de mayor complejidad que puede estar dado por la combinación de varias acciones motrices en mismo juego o el aumento de la complejidad de las mismas.
- Los alumnos deben tener participación a la hora de aplicar algunas variantes a los juegos y en muchos casos hasta en la selección de los que se vayan a desarrollar, siempre que el profesor considere que esto no dificulta el cumplimiento de objetivos.
- Independientemente de los juegos tranquilizantes o de recuperación que se sugieren para el segundo ciclo el profesor podrá planificar juegos más variados para lograr que los alumnos realicen la actividad con mayor placer y conseguir el efecto de la recuperación.

Como se puede ver se hace evidente desde el propio programa de Educación Física la necesidad de buscar alternativas que propicien la vuelta a la calma, desarrollo de la creatividad y la independencia cognoscitiva en los niños desde las edades tempranas, todo lo cual tributará a su formación y desenvolvimiento activo ante las situaciones de su vida cotidiana.

Se analizaron la planificación de las 15 clases observadas, se vio una correcta formulación de los objetivos, estructura y dosificación, adecuada utilización de los métodos y procedimientos organizativos percibiendo en la planificación que

el profesor no fue muy creativo ya que los juegos tranquilizantes o de recuperación que utiliza son los que vienen en el programa de Educación Física para este ciclo en la enseñanza primaria.

3.1.3. Análisis de las entrevistas a profesores de Educación Física de segundo ciclo (Anexo 1).

Como ya se ha abordado en epígrafes anteriores fueron entrevistados los 6 profesores del ciclo. Luego de aplicada esta técnica se puede resumir los siguientes criterios de los entrevistados.

Los entrevistados coinciden en la necesidad de nuevos juegos tranquilizantes o de recuperación para las clases de Educación Física del segundo ciclo, pues se hace necesaria la utilización de este medio en las mismas donde se vuelve indispensable en la clase para lograr un mejor cumplimiento de los objetivos y la vuelta a la calma de los alumnos.

Entre los criterios predominantes se evidencia la carencia de orientaciones para los profesores en el programa con respecto al tema, que puedan guiarlos mejor en su desempeño; y a partir de la cantidad de profesores técnicos medios que laboran en el ciclo, se necesita de una guía para poder trabajar en función de lograr una mayor variedad de juegos tranquilizantes que se puedan utilizar en la parte final de las clases.

Llama la atención como, a pesar de la necesidad que del propio programa se deriva en la Educación Física; los profesores entrevistados no son capaces de darse cuenta de las posibilidades o exigencias que el programa de manera implícita declara, o sea, asumen una posición muy cerrada al plantear que aplican los contenidos del programa tal cual aparecen en el mismo, lo que denota un problema que probablemente subyace en el estudio, pues los profesores carecen de creatividad, con lo cual evidentemente se dificulta mucho que sus clases sean amena y los niños las disfruten.

3.2 Conformación de los juegos de recuperación para la parte final de la clase.

3.2.1 Fundamentación de los juegos.

Los juegos como medio de la clase de Educación Física van dirigidos a propiciar mediante la ejercitación física la adquisición de conocimientos, hábitos y habilidades que indiscutiblemente sentarán bases en el desarrollo multilateral de los escolares.

Dentro del proceso de enseñanza, para lograr la independencia cognoscitiva y la toma constante de decisiones, los juegos representan un elemento fundamental por su carácter integrador de los conocimientos, habilidades, capacidades así como, cualidades morales y volitivas y por su alta incidencia motivacional dentro de todo el proceso. Además de provocar el interés de los participantes y en crear una atmósfera de alegría y de participación, ideal para encausar y orientar, hábilmente el proceso de enseñanza-aprendizaje hacia el logro de los objetivos de la educación física.

Las juegos propuestos fueron elaboradas teniendo en cuenta el diagnóstico realizado a los alumnos y los objetivos que persiguen en el ciclo, en este sentido cabe resaltar que es solo una propuesta, pues los profesores pueden y deben gestionar otras actividades que como éstas también contribuyan a lograr la recuperación de los niños en la clase.

Objetivo de los juegos:

Lograr la recuperación de los niños de segundo ciclo en las clases de Educación Física.

1. Nombre del juego: “FORMAR PALABRAS CON EL CUERPO”

Objetivo: Mejorar el equilibrio.

Material: Ninguno.

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja.

Organización: En frontal en equipo.

Desarrollo: Cada grupo forma una palabra utilizando su cuerpo. Cada niño representa una letra. El resto de grupos debe adivinar de qué palabra se trata.

Reglas: Sin reglas

Variante: Formamos una frase colectiva.

Observaciones: Previamente los alumnos deben conocer el abecedario con posturas.

2. Nombre del juego: “EL ESQUELETO”

Objetivo: Relación intermaterias (Ciencias Naturales)

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja

Materiales: Tizas.

Organización: En equipos de 4 alumnos.

Desarrollo: Cada grupo dibuja un esqueleto en el suelo siguiendo las indicaciones del profesor/a. Estas indicaciones harán referencia a huesos.

Variantes: En edades más tempranas pueden dibujarse el cuerpo humano mediante partes corporales.

Reglas: Previamente los alumnos deben conocer los principales huesos del cuerpo humano.

3. Nombre del juego: “EL ESCULTOR”

Objetivo: Cambiar de roles.

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja

Materiales: Sin materiales

Organización: En parejas.

Desarrollo: Uno modela una figura con el cuerpo de su compañero y pasado un tiempo observamos la exposición de todos y elegimos el que más nos guste. Adoptando el rol elegido.

Variantes: Aumentar el número de componentes del grupo, con uno o varios escultores o con una o varias esculturas.

Regla: Los alumnos deben trabajar el mayor número de partes corporales del compañero incluido el rostro.

4. **Nombre del juego:** "MASAJE DE MÚSCULOS"

Objetivo: Relación intermaterias (Ciencias Naturales)

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja

Materiales: Pelotas o globos.

Organización: En parejas, uno acostado, el otro de sentado de rodillas a su lado.

Desarrollo: Uno con una pelota pequeña la hace rodar sobre el cuerpo de su compañero, que estará acostado y relajado, por los músculos que vaya indicando el profesor/a.

Variantes: Con globos la sensación es más placentera en el niño que permanece relajado.

Reglas: Previamente los alumnos deben conocer los principales músculos del cuerpo humano.

5. **Nombre del juego:** "LOS MOSQUITOS"

Objetivo: Relación intermaterias (Ciencias Naturales)

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja

Materiales: Sin materiales

Organización: Frontal en círculos. Disposición inicial, sentados

Desarrollo: El profesor/a dice “el mosquito vuela, vuela y se pone la manos en alguna (articulación)”. Los niños dicen “cómo me pica el/la (articulación), rasca, rasca” y se rascan en esa articulación.

Variantes: El profesor puede decir huesos o músculos para despistar, los que se equivoquen deben intentar hacer reír a los demás utilizando gestos graciosos.

Reglas: Previamente los alumnos deben conocer las principales articulaciones del cuerpo humano.

6. **Nombre del juego:** “PASAR LA CORRIENTE”

Objetivo: Mejorar la honestidad

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja

Materiales: Sin materiales

Organización: Frontal en círculos Disposición inicial: Sentados en círculo con las manos cogidas y con un jugador en el centro con los ojos tapados.

Desarrollo: El emisor guiña con un ojo al niño que va a mandar el mensaje. En ese momento el que la queda abre los ojos y el juego se inicia cuando el emisor dice en voz alta “envío un mensaje a...”. Y tratar de enviar el mensaje al receptor apretando las manos a un compañero de al lado, éste a su vez hará lo mismo hasta que llegue el apretón al receptor. El jugador que se sitúa en medio tiene que intentar interceptar el mensaje.

Variantes: Cogidos de los hombros el mensaje se pasa tocando el hombro del compañero.

Reglas: Tratar de que no aprieten o golpeen con fuerza sobre el compañero.

7. **Nombre del juego:** “ADIVINA LA PALABRA”

Objetivo: Desarrollo de la agilidad mental

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja

Materiales: Sin materiales

Organización: Frontal en círculos. Disposición inicial, sentados uno la queda fuera y se sitúa de espaldas.

Desarrollo: Un alumno piensa una palabra y el grupo se dividen en tantos grupos como sílabas tenga la palabra. Entra el voluntario y todos los grupos gritan su sílaba. El voluntario debe adivinar de qué palabra se trata.

Variantes: Sin variantes

Reglas: Sin reglas

8. **Nombre del juego:** “PASA LA MÁSCARA”

Objetivo: Desarrollo de la expresión corporal.

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja

Materiales: Sin materiales

Organización: Frontal en círculos. Disposición inicial, sentados.

Desarrollo: Uno de los niños empieza el juego realizando una mueca con la cara. Hace como si se quitase una “máscara” y la lanza a un compañero, para que éste imite el gesto. Este niño inventa un nuevo gesto y se la pasa a otro compañero.

Variantes: Además de imitar el gesto se puede realizar un sonido onomatopéyico.

Reglas: Es muy importante definir claramente el gesto antes de lanzar la “máscara”.

9. **Nombre del juego:** El asesino”

Objetivo: Desarrollo de la expresión corporal.

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja

Materiales: Solo con el cuerpo

Organización: Disposición inicial, sentados en círculo. Uno hace de asesino otro que afuera y es el detective

Desarrollo: El asesino mata guiñado un ojo al resto de sus compañeros o guiña dos ojos, cuando cambia de asesino, tratando de no ser visto por el detective, quien debe estar atento para que un niño sea matado. Él muerto se debe caer de espalda con una exclamación

Variantes No hay

Reglas: Si el detective descubre el asesino sale de juego el niño que cumple la función de asesino o si el detective no descubre al asesino a tiempo se sustituye el detective por otro niño participante del juego.

10. Nombre del juego: El pañuelo travieso

Objetivo: Mejorar la concentración y el lenguaje corporal

Participantes: Cantidad, sexo, edad y grado con el que se trabaja

Materiales: Pañuelo y el propio cuerpo.

Organización: En círculo, sentado

Desarrollo: Consiste en pasarse el pañuelo por cada alumnos, mientras que el profesor este cantando una canción infantil, que es lo que indica que sigan el pase del pañuelo, cuando pare la canción el que se queda con el pañuelo debe realizar una adivinanza.

Variantes: El que sé que con el pañuelo debe realizar gestos corporales de animales, en el cual sus compañeros deben adivinar.

Reglas: Se debe pasar el pañuelo al compás de la música del profesor.

3.3 Validación de los juegos por los especialistas (Anexo 4).

A partir de un profundo criterio se seleccionaron 9 especialistas que cumplieron una serie de requisitos, entre ellos: grado científico, años de experiencia en la docencia y conocimientos acerca del tema objeto de estudio, lo que permitió darle cumplimiento al tercer objetivo propuesto en la investigación. Para la selección de los especialistas se procedió a través de la entrevista para la validación de los juegos de recuperación obteniendo como resultado las siguientes opiniones:

El 90 % sugieren incorporar el tema a la superación de los profesionales.

El 100 % proponen extender los juegos al resto de los profesores del primer ciclo.

El 87,7 % plantean la necesidad de generalizar los juegos, ya que reúne los requisitos necesarios y permiten la recuperación en las clases de Educación Física del segundo ciclo.

El 90 % consideran que los juegos, contribuye a solucionar el problema diagnosticado.

CONCLUSIONES.

- ❑ La correcta utilización de los juegos diseñados para lograr la recuperación de los alumnos en la parte final de las clases, proporciono una mejor vuelta a la calma en los alumnos.
- ❑ Se confeccionaron los juegos con los debidos requisitos (nombre, objetivo, participantes, materiales, organización, desarrollo, variantes y reglas).
- ❑ De forma general lo especialistas plantearon la necesidad de generalizar los juegos, ya que reúne los requisitos necesarios y permiten la recuperación en las clases de Educación Física del segundo ciclo.

RECOMENDACIONES.

Realizar la aplicación práctica de los juegos diseñados.

Bibliografía

- Acosta Contreras, M. (1998). *Creatividad, motivación y rendimiento académico*. Aljibe.
- Alonso Tapia, J. (1998). *Motivar para el aprendizaje*. Edebé.
- Basulto Vázquez, Y., García Viera, M., & Menéndez Díaz, J. L. (2020). *Juegos de recuperación para la parte final de las clases de Educación Física (Original)*. Revista científica OLIMPIA, 17.
- Bakker, F.C, Whiting, H.T.A, & VanDerBrug, H. (1993). *Psicología del Deporte. Conceptos y aplicaciones*. C.S.D. Morata. Madrid.
- Báxter Pérez, E. (2003). *El proceso de investigación en la metodología cualitativa. El enfoque participativo y la investigación acción. Metodología de la investigación educacional*. Editorial Félix Varela.
- Bueno Moral, M. L., & y otros. (1990). *Educación Primaria (Primer, Segundo y Tercer Ciclo). “Educación Física”*. Gymnos. Madrid.
- Burgués, P. L. (2000). *Juegos y deportes populares tradicionales* (Vol. 567). Inde.
- Colectivo de Autores. (2001). *Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física, enseñanza primaria*. La Habana: Deportes.
- Colectivo de Autores. (2006). *Para ti promotor, acerca de la capacitación*. La Habana: Pueblo y educación.

Chirino Cuellar, Y. (2014). *Juegos para motivar a los alumnos del tercer grado en las clases de Educación Física*. (Trabajo de Diploma). Universidad de Cienfuegos.

Capote Berovides, G. (2014). *Juegos para la parte inicial de la clase de Educación Física en segundo grado*. (Trabajo de diploma). Universidad de Cienfuegos

Cullell, M. E., Mendoza, M. A., & Terry, C. G. (2004). *La investigación científica en la actividad física: su metodología*. Deportes.

Dzhamgarov, T. T., & Puní, A. T. (1990). *Psicología de la Educación Física y el Deporte*. La Habana: Pueblo y Educación.

. Elkonin, D. B. (1980). *Psicología del juego* (1978º ed.). Madrid: Pablo del Río.

Estévez Cullell, Migdalia. (2004). *Folleto de Teoría y Práctica de los Juegos*. Cuba: Escuela Internacional de Educación Física y Deportes (EIEFD).

Gallo Pimentel, J. M., & González Díaz, E. (2012). *Introducción a la metodología de investigación pedagógica y técnica*. Gente nueva.

González Carballido, L. G. (2001). *Condiciones internas y actividad deportiva. Variables de indispensable consideración en la preparación psicológica*. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires.

González Torres, M^a C. (1997). *La motivación académica*. Sus determinantes y pautas de intervención. Pamplona Eunsa.

Jiménez Fuentes (1999), *La vuelta a la calma durante la práctica de actividades físicas programadas*.

Knapp, B. (1981). *La Habilidad en el deporte*. Miñón.

Lavega Burgués, P. (1995a). *Los juegos y deportes tradicionales y populares: conceptos y clasificaciones. Valor cultural y educativo de los mismos*. Barcelona.

Lavega Burgués, P. (1995a). *El juego: teorías y características del mismo. El juego como actividad física organizada. Estrategias del juego. El juego como contenido de la Educación Física y como recurso didáctico. Los juegos modificados*”. INDE Publicaciones.

López Rodríguez, A, & Vega Portillo, C. (1996). *La clase de Educación Física, actualidad y perspectiva. Una propuesta cubana*. Ed: Deportiva Latinoamericana.

Luna, Leoncio. (2002). *Conceptos Básicos de Motivación*.
<http://www.efdeportes.com/efd31/motiv.htm>.

Marqués, P. (1999). *El software educativo*. Universidad de Barcelona.
<http://www.doe.d5.ub.es>

Morales, Silva. (2002). *Motivación y Deporte*.
<http://www.tuobra.unam.Mx/publicadas/031202193943-html>.

Moreno, Juan. A. (1999). *Aprendizaje deportivo*. Universidad de Murcia.

Muñoz Yuniel& Veliz Reinier (2015) “Juegos para el desarrollo cognitivo de los alumnos del 5to y 6to grado desde la clase de Educación Física. (Trabajo de Diploma) Universidad de Cienfuegos.

Osorio Pinta (2011). *Propuesta de Juegos para todos*. Universidad del Carmen.

Peiró Velert, C., & Devís Devís, J. (1992). *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*. Inde.

Piaget, J. (1980). *La formación del símbolo en el niño*. Fondo de Cultura Económica.

Sáenz López, P. (1999). *La formación del maestro principiante especialista en E.F.* Universidad de Sevilla.

Tallano, Ps. Laura. (2004). *Acerca de la motivación en el deporte*.
<http://www.fjs.com.ar/psico.htmzz>.

Taylor, S. and R. Bogdan. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos. La búsqueda de significados*. Paidós.

Vázquez Cedeño, S. (2004). *Educación en valores en la universidad formación ético-cívica del ingeniero mecánico, una propuesta didáctica*. (Tesis de grado)
Universidad de Cienfuegos, Carlos Rafael Rodríguez.

Vygotski, I. S. (1989). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Editorial Crítica.

Anexos

Anexo # 1

Guía de entrevista a profesores.

Saludo.

Como conocen, en estos momentos estamos realizando una investigación sobre el la recuperación en la parte final de Educación Física, para el cual sería muy interesante e importante sus opiniones sobre este particular, sobre todo teniendo en cuenta que ustedes se están enfrentando a la realidad profesional y por tanto, las experiencias que esto ha generado en ustedes serían muy útiles para nuestro trabajo.

Para comenzar les sugiero centrar la atención en la siguiente interrogante:

¿Qué opinión les merece los juegos de recuperación para los alumnos en la parte final de las clases de Educación física?

Preguntas de apoyo para enriquecer el debate:

1. ¿Qué obstáculos y posibilidades consideran que existen actualmente para el desarrollo de juegos tranquilizantes en la parte final de las clases de Educación física?
2. ¿Cómo consideran su preparación para enfrentar estas tareas?
3. ¿Cómo se aborda en el programa el tema de la vuelta a la calma en las clases?
4. ¿Cómo ustedes logran la recuperación en sus alumnos al final de sus clases?

Anexo # 2**Características generales de los profesores de la escuela.**

No.	Años de experiencia	Escolaridad	Categoría científica	Sexo	Edad
1	10	Lic.	-	M	30
2	3	Tec. Medio	-	F	23
3	30	-	MSc.	F	48
4	15	Lic.	-	F	45
5	4	Tec. Medio	-	M	29
6	7	Lic.	-	M	33

Anexo 3

Características generales de los especialistas.

N.	Ocupación	Años de experiencia	Categoría científica	SEXO
1	Metodólogo provincial de Educación Física	25	MSc	m
2	Metodólogo provincial de Educación Física	30	MSc	F
3	Jefe de Departamento de E. F.	20	MSc	F
4	Metodólogo provincial de Educación Física	23	MSc	F
5	Metodólogo provincial de Educación Física	27	MSc	M
6	Metodólogo de Educación Física	15		M
7	Metodólogo de Educación Física	29	MSc	F
8	Metodólogo provincial de Educación Física	20	MSc	F
9	Metodólogo de Educación Física	8		M

Anexo 4

Validación por Especialistas.

Estimado Colega.

Teniendo en cuenta su experiencia como profesor y su reconocido nivel científico se le solicita su cooperación en esta investigación, ya que es de gran importancia para la culminación de la misma.

Esta investigación se diagnosticó que las clases de Educación Física se realizan de forma tradicional basándose en ejercicios sencillos para la vuelta a la calma que están en el programa de Educación Física de la enseñanza siendo estos tan importantes para estas edades y para lograr el cumplimiento de los objetivos esencialmente en la parte final de las clases.

Por ello este trabajo científico proponemos **Juegos de recuperación para la parte final de la clase de Educación Física del segundo ciclo**. Para someter a su consideración como especialista a continuación se les ofrece una guía para que usted exprese su criterio una vez que haya analizado dicho diseño de juegos.

¿Considera que los juegos diseñados contribuye a solucionar al problema diagnosticado?

Sí _____ No _____

Sugerencias:

Muchas Gracias por su Colaboración.

Anexo 5

Guía de observación:

Indicadores:

- 1- Interés y motivación por la actividad.
- 2- Nivel de participación de los alumnos.
- 3- Estado de ánimo.
- 4- Disposición en las actividades.
- 5- Clima (favorable o no) 6- Comunicación.
- 7- Relación alumno-alumno y profesor-alumno
- 8- Variedad de las actividades en la parte final de las clases
- 9- Estructura de la clase
- 10- Cumplimiento de los objetivos
- 11- Correspondencia entre los componentes didácticos en la parte final de la clase.
- 12- Análisis de la clase y recogida de materiales empleados.
- 13- Orientación del trabajo independiente.

