



UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS
CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA Y EL DEPORTE

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

**Actividades lúdicas para el trabajo con habilidades
motrices básicas en tiempos de COVID-19**

Autor: Rachel Alanis Carreño

Tutores: MSc. Yorisel O. Carmenate Figueredo

Lic. Roberto Alexis Vera Orihuela

Cienfuegos 2021

DEDICATORIA

**A mi hijo Jason Adonay Ferrer Alanis
quien es el motor impulsor de mi vida.
A mis padres por haberme dado la vida.**

AGRADECIMIENTOS

**A los profesores que contribuyeron a mi
formación.**

**A mis tutores por el apoyo brindado en la
realización de la investigación.**

**A todos lo que han influido en mi desarrollo
personal y social.**

GRACIAS

Resumen

La pandemia de COVID-19 experimentada por el mundo a partir del 2019 trajo consigo cambios sustanciales en nuestros estilos de vida, manera de ver y hacer las cosas, de las relaciones interpersonales, el trabajo y, además; el estudio. El proceso de enseñanza aprendizaje se llevó a cabo bajo otra visión, donde la no presencialidad ligada a la virtualidad, jugó un papel determinante. En Cuba, como en el resto del mundo, las asignaturas que recibían los alumnos fueron ubicadas en plataformas virtuales para lograr que llegaran los conocimientos necesarios para continuar su formación. En el caso de la enseñanza primaria, la asignatura Educación Física no estuvo concebida dentro de las asignaturas que asumieron la modalidad de teleclases, es por ello que con el propósito de diseñar actividades lúdicas que potencien las habilidades motrices en niños de 6-7 años, se realiza esta investigación. El análisis de documentos, así como la observación, permitió evaluar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en estos niños. Mediante el criterio de especialistas fue posible la valoración teórica de la propuesta, con opiniones positivas de la misma en concordancia con su valor pedagógico, no sólo desde el desarrollo físico de los alumnos sino también desde su formación cívica con relación a la COVID-19.

Palabras clave: actividades lúdicas, habilidades motrices básicas, confinamiento, COVID-19.

Summary

The COVID-19 pandemic experienced by the world as of 2019 brought with it substantial changes in our lifestyles, way of seeing and doing things, of interpersonal relationships, work and, in addition; the study. The teaching-learning process was carried out under another vision, where non-presence linked to virtuality played a determining role. In Cuba, as in the rest of the world, the subjects that students received were placed on virtual platforms to ensure that the necessary knowledge arrived to continue their training. In the case of primary education, the Physical Education subject was not conceived within the subjects that assumed the teleclass modality, that is why with the purpose of designing recreational activities that enhance motor skills in children aged 6-7 years, this research is done. Document analysis, as well as observation, allowed to evaluate the development of basic motor skills in these children. Through the criteria of specialists, the theoretical assessment of the proposal was possible, with positive opinions of it in accordance with its pedagogical value, not only from the physical development of the students but also from their civic training in relation to COVID-19.

Keywords: play activities, basic motor skills, confinement, COVID-19.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
DESARROLLO	10
1.1 La Educación Física en el currículo de la enseñanza primaria. Características generales en el 2do grado	10
1.2. Las habilidades motrices básicas en 2do grado de la enseñanza primaria	11
1.3. Características de los niños de 6-7 años (2do grado)	12
1.4. Impacto del confinamiento en el escolar de 6-7 años. Inactividad física	15
METODOLOGÍA	17
2.1. Selección de la muestra	18
2.2. Métodos y procedimientos	18
2.3. Fundamentación de la propuesta de actividades lúdicas	21
2.4. Resultados del diagnóstico inicial	24
CONCLUSIONES	27
RECOMENDACIONES	28
BIBLIOGRAFÍA	
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

La pandemia por COVID-19 ha impactado seriamente al mundo en todos los sectores de la sociedad. Luego de que la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), declarara el brote del nuevo coronavirus, una emergencia de salud pública de preocupación internacional en enero de 2020, los países fueron adoptando medidas para controlar la transmisión e impacto en sectores como la economía y la educación. Medidas comunes que se han aplicado han sido el cierre de instituciones educativas y la implementación de cuarentenas preventivas a nivel de ciudades o sectores de éstas. La evidencia sugiere que estas medidas han mostrado ser efectivas en la reducción de la transmisión y mortalidad de COVID-19. (Auger, et al., 2020)

Por su alto poder de transmisión, el aislamiento social se impuso como el camino principal para mantener la salud. Las escuelas detuvieron su actividad, la vida social tuvo un “stop” en su totalidad y con ellos los niños dejaron de jugar, de encontrarse con sus amigos y de andar en las calles. Para todos en el seno familiar se presentó una crisis para la que muchos, no se encontraban preparados. De igual manera los padres se desorientaron, queriendo encontrar solución posible a las necesidades de sus hijos y limitados por la realidad. (Ramírez, 2020)

Sin embargo, el confinamiento ha requerido esfuerzos mayúsculos en la sociedad, impactando, entre muchos otros aspectos, la movilidad de las personas, la que a su vez ha ido en desmedro de los ya deteriorados índices de actividad física y sedentarismo de la población en todo el mundo. Niños y niñas necesitan del movimiento para desarrollarse integral y saludablemente. Según Ginsburg, et al., (2007), la experiencia más completa de aprendizaje y desarrollo la brinda el juego, pero lamentablemente las limitaciones de desplazamiento impuestas por las medidas sanitarias lo han afectado.

Para Mujika & Padilla (2000), el confinamiento genera una serie de problemas a la salud, tanto físicos como psicológicos. La inactividad física es uno de los principales problemas de salud en la actualidad y el confinamiento profundiza aún más los riesgos que conlleva como problemas de salud cardiovascular, obesidad, depresión,

varios tipos de cáncer, etc. La actividad física para mantener y mejorar la salud debe ser visto como una política pública no sólo para niños, niñas y adolescentes, sino que para la población general y debe ser abarcado desde una perspectiva integral (educacional, sanitaria, laboral, de transporte, etc.) tanto en confinamiento como una vez que se retorne a las posibilidades relativamente normales de realizar de actividad física, ejercicio y deporte. (Blair, 2009)

Datos a nivel global (Bates, et al., 2020), indican disminuciones en la actividad física y aumento en la exposición a pantallas. Además, el sueño, factor clave en el desarrollo integral, y particularmente la calidad de éste, se ha visto afectado en los niños y niñas. Estudios como los de Tremblay, et al., (2016) revelan que las recomendaciones desarrolladas en Canadá y Australia para niños de 5 a 17 años comparten también dicha concepción. Estas recomendaciones incluyen mensajes específicos para cada grupo de edad y para cada conducta (actividad física, tiempo sedentario en pantallas y sueño de buena calidad). Si bien se reconoce que es difícil cumplir las recomendaciones durante este contexto de pandemia, se hace indispensable tomar una actitud proactiva y coordinar esfuerzos para que la pandemia no siga afectando negativamente la salud y desarrollo de niños y niñas.

Es debido a todo este contexto que se muestra como una respuesta a las prolongadas y muchas veces estrictas restricciones de movilidad, el que las personas se manifiesten más interesadas y conscientes de la necesidad y los beneficios de la actividad física y el ejercicio. (Auger, et al., 2020)

Numerosas investigaciones abordan estudios sobre Educación Física y virtualidad. Son meritorios los aportes de Balanta, et al., (2015), al señalar que el tratamiento de la Educación Física, ya sea a partir la visión del docente como del estudiante, debe abordarse desde diferentes perspectivas; enfatizando en la importancia sobre la comprensión y visión en relación con los procesos metodológicos orientados a la investigación y aplicación del dominio de las Tecnologías de la Informática y las Comunicaciones (TIC) en la Educación Física. Indican además que se debe combinar esquemas que posean un carácter cualitativo y cuantitativo, de manera

tal que se sistematice experiencia de los docentes en función de la complejidad del proceso de enseñanza- aprendizaje.

Alfonzo, Enríquez & Alcívar (2020) y Burgueño, et al., (2020), coinciden en que resulta necesario, que los docentes cuenten con el dominio de las TIC y paralelamente a ello, deben ser capaces de aplicar estrategias didácticas coherentes, para lograr la necesaria efectividad del proceso de enseñanza- aprendizaje, dirigidas, ante todo, a mantener la motivación y el interés de los estudiantes por Educación Física. En su estudio, evaluaron la adaptación de los docentes a esta nueva modalidad, para lo cual proponen la realización de actividades prácticas que puedan ser realizadas en espacios reducidos y sin los medios y recursos deportivos idóneos, sino con otros similares alternativos existentes en nuestras casas e incorporando a integrantes de la propia familia, propiciando la integración y al mismo tiempo la realización de los ejercicios prácticos de la actividad física.

Estos planteamientos confirman lo señalado por Díaz (2012), quien aseveró que se necesita una Educación Física que sea capaz de responder a nuevos desafíos, significando en su estudio la necesidad del establecimiento de pautas que nos ayuden a integrarlas como un valor añadido y que enriquezcan los procesos de enseñanza- aprendizaje.

Se requiere entonces, como elemento importante, considerar al docente como una variable determinante en el logro de resultados positivos en la vinculación de la Educación Física a la virtualidad. Otro aspecto que debe valorarse es el relacionado con el papel integrador en la acción de enseñar valores y actitudes; ya que si bien es cierto era prácticamente fácil de alcanzar en la presencialidad, dado que es precisamente a través del juego que los estudiantes aprenden las habilidades sociales, en condiciones de no presencialidad se requiere pensar y desarrollar acciones sobre cómo lograrlo.

Es por ello que el docente debe trazar las estrategias didácticas necesarias para que, dentro del proceso de enseñanza de la Educación Física en la modalidad virtual, pueda mantenerse también el carácter lúdico, e ir incorporando las acciones

necesarias que permitan lograr el desarrollo de valores. Para ello resulta fundamental el perfeccionamiento de la creatividad como competencia esencial a alcanzar por los docentes.

Como otro de los elementos a resaltar que es de vital importancia es el apoyo de la familia en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que la triada: escuela-comunidad-familia juegan un papel determinante en esta nueva realidad. Como ejemplo para esta intervención, existen abordajes realizados en el ámbito de la educación física en educación primaria, que utilizaron la tecnología y ambientes virtuales, mejorando hábitos de salud y aumentando la actividad física en el estudiantado (Bezcopynyi, et. al, 2020; Oleniev, 2020).

La investigación llevada a cabo por Carrasco, et al. (2021), estuvo encaminada a la revisión de 25 fuentes, lográndose la identificación de 15 estudios potencialmente relevantes que contribuyeron a sistematizar las estrategias seguidas sobre la importancia de la aplicabilidad de los fundamentos pedagógicos de la Educación Física para su enseñanza-aprendizaje mediante la modalidad virtual, sin dejar de ser conscientes que lo primordial no es la tecnología como tal, sino el uso que podemos hacer de ella dentro del proceso educativo. Enfatizan en que migrar de la modalidad presencial a la virtual, constituye un gran reto, provocando la necesidad de potenciar en tiempo récord el desarrollo de competencias y habilidades didácticas - metodológicas en los docentes y estudiantes, los cuales tienen que hacer más coherente la relación entre su praxis diaria y los fundamentos pedagógicos para el desarrollo del proceso de enseñanza -aprendizaje de la Educación Física.

En Cuba, como muchos de los países que han sido víctima del COVID-19, las asignaturas se han organizado en plataformas online para dar seguimiento al curso académico, de modo que la Educación Física, que en su esencia es práctica y requiere en su desarrollo de la relación entre los alumnos, pasa a un entorno virtual. Se identifica entonces, desde el ámbito educativo, según Webster, et al., (2015), citado por Hall, et al., (2019), las potencialidades del profesor de educación física para coadyuvar en la solución de la problemática al ser considerado un profesional

que, en el contexto educativo y de salud pública, está capacitado para orientar la disminución del sedentarismo.

La experiencia cubana en este sentido se muestra con la puesta en práctica de clases televisivas que van desde la Primera Infancia hasta la Formación Técnico Profesional. Sin embargo, las clases que abordan contenidos de actividad física solo están disponibles en la Primera Infancia y especialidades de arte, ya sea danza, arte circense, teatro, entre otras. La Educación Física, como asignatura dentro del currículo de la enseñanza primaria, secundaria, preuniversitaria y técnica profesional, no ha sido considerada dentro de las asignaturas que se imparten por la modalidad de teleclases.

Problema científico

¿Cómo contribuir a potenciar las habilidades motrices básicas en niños de 6-7 años del S/I Armando Mestre Martínez desde el confinamiento por la COVID-19?

Fundamentación de problema

La virtualidad dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje ha llegado a ser imperativa en nuestros días debido a la pandemia del COVID-19, y ello se generaliza en todas las asignaturas en los diferentes niveles educativos, aunque tengan un componente práctico mayor o menor. En este contexto se incorpora la Educación Física, que por su propia concepción necesita de una estrecha vinculación de actividades teóricas y prácticas que conlleven al óptimo cumplimiento del proceso educativo y de la obtención de los resultados esperados conforme a los objetivos de desempeño a lograr por los estudiantes.

En relación a ello, es importante remarcar que, la enseñanza de la Educación Física a través del espacio virtual tiene muchos detractores, dado a la concepción de que con ello se pierde la esencia del aprendizaje físico y por tanto no se cumplirían los objetivos del proceso de enseñanza- aprendizaje. Respecto a ello varios autores han señalado estos criterios, como es el caso de Ferreres, (2011), quien expresó que el poco uso de las TIC, está dada en la creencia por algunos docentes, en que la implementación tecnológica va a significar una disminución del compromiso motor

de los estudiantes, pues supone una reducción del volumen de actividad física, su naturaleza ludo-práctica o su tradición experiencial.

En estudios realizados por diversos autores sobre el comportamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje y la utilización de las TIC en la Educación Física se ha constatado la poca utilización de los recursos y herramientas digitales que esta modalidad ofrece. Al respecto Moreno & Trigo, (2017), explican, que ello corrobora que los docentes se limitan en el uso de los recursos digitales teniendo la posibilidad de utilizar una gran variedad de medios y recursos tecnológicos que pueden ser utilizados por el docente en el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje.

No obstante a lo señalado y debido al propio desarrollo que ha experimentado en los últimos años la aplicabilidad de las TIC en todos las áreas del proceso educativo, podemos afirmar que también se ha incursionado con ellas en la enseñanza de la Educación Física, en relación a ello, Cazorla & Salina (2018), señalan que ha de considerarse que las TIC, ya se están utilizando para realizar actividad física, como es la utilización de smartphone para obtener datos informativos sobre la práctica de esta actividades, para conocer los esfuerzos realizados en las caminatas diarias y su equivalente en gastos calóricos entre otros y en cuanto a su uso en la Educación Física, podemos encontrar diversos estudios que afirman sobre el aporte de diferentes aspectos positivos que permite ampliar las posibilidades metodológicas en la enseñanza de la Educación Física y la buena acogida por parte de los estudiantes.

La educación física es una parte integral del programa educativo para todos los estudiantes (Piña, et al., 2020). Enseña a los estudiantes cómo se mueven sus cuerpos y cómo realizar una variedad de actividades físicas. Hall & Ochoa (2020) afirman que la experiencia de aprendizaje debe tener el potencial de mejorar el desempeño motor y las habilidades de actividad de los estudiantes.

Al igual que Hall & Ochoa (2020), se toma como antecedente los resultados de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSA-NUT), que revelan la prevalencia combinadas de sobrepeso y obesidad en tres de cada diez niños y niñas de edad escolar (cinco a once años de edad), ubicándolos en un nivel alto en el ámbito

mundial (Pérez & Cruz, 2019). Se toma también en consideración lo que refieren Rundle, et al., (2020), quienes predicen que después de la pandemia por COVID-19, se espera que los estudiantes de edad escolar presenten un aumento de masa corporal derivado del sedentarismo por el confinamiento y la limitación de la actividad física.

En edades infantiles esta problemática se agudiza, por lo que Cossio (2020), recomienda la práctica de actividad física moderada a vigorosa en el periodo de aislamiento social. Con ese mismo enfoque la OMS (2010), establece que con una dedicación mínima de 60 minutos diarios de actividad física con intensidad moderada a vigorosa; la actividad física diaria debería ser, en su mayor parte aeróbica y convendría incorporar, como mínimo tres veces por semana, actividades vigorosas que refuercen, en particular, los músculos y huesos. Por otra parte, el Colegio Americano de Medicina del Deporte (ACSM) recomienda la práctica de actividad física para el adecuado desarrollo inmunitario en niños. (Radom, 2020)

El escenario actual requiere entonces de la búsqueda de nuevas alternativas que posicionen el autoaprendizaje supervisado como herramienta para la consolidación de conocimientos, en el caso específico de la Educación Física, esta debe y tiene, por obligación con su carácter educativo y para la salud; que insertarse en la dinámica social que exigen estos tiempos. Corresponde entonces al profesional de la Educación Física cumplir su papel orientador en el cumplimiento de los objetivos. Son estos los principales elementos por lo que se decide realizar esta investigación.

Es por ello que el **objetivo** va encaminado a proponer actividades lúdicas que contribuyan a potenciar las habilidades motrices básicas en niños de 6-7 años del S/I Armando Mestre Martínez durante la etapa de confinamiento por la COVID-19.

Las **tareas científicas** están dirigidas a:

- ✓ Fundamentación del proceso de formación y desarrollo de habilidades motrices básicas en escolares de 6 a 7 años a través de la Educación Física.
- ✓ Diseño de una propuesta de actividades lúdicas que potencien las habilidades motrices en niños de 6-7 años del S/I Armando Mestre Martínez durante la etapa de confinamiento por la COVID-19.

- ✓ Valoración de la propuesta por criterio de especialistas.
- ✓ Caracterización del desarrollo de habilidades motrices en niños de 6 a 7 años del S/I Armando Mestre Martínez durante la etapa de confinamiento por COVID-19.

La **idea a defender** plantea que: la propuesta de actividades lúdicas contribuye a potenciar las habilidades motrices básicas en niños de 6 a 7 años del S/I Armando Mestre Martínez durante la etapa de confinamiento por la COVID-19.

Definición de términos

Actividades lúdicas

Malajovic (2000), plantea que toda actividad lúdica precisa de tres condiciones esenciales para desarrollarse: satisfacción, seguridad y libertad, lo que se traduce en satisfacción de necesidades vitales imperiosas, seguridad afectiva y libertad.

Por otra parte, Agallo (2003), sugiere que las actividades lúdicas son los impulsos o fuerzas vitales de los seres humanos, tal como lo articulan en las actividades colectivas de los grupos. Agrega además que estos impulsos constituyen, el sistema de los intereses humanos implícitos en el desempeño de las funciones sociales.

En consecuencia, Jiménez (2005), menciona que se sobreentiende que la lúdica es una palabra elaborada intencionalmente desde la pedagogía, por cuanto trasmite y recurre al aprendizaje desde otra óptica: la de la libertad olvidada. De la misma forma el autor plantea y justifica *“el juego como una estrategia para involucrar actividades de la vida cotidiana como (contar, medir, explicar, entre otras) desde la coincidencia en el desarrollo de habilidades concretas del pensamiento estratégico que se dan en las matemáticas y en los juegos”*. (p.10)

Ello sustenta promover el estudio desde el juego adaptado a los estilos de aprendizaje, con actividades que involucren ver, escuchar y la motricidad, de manera lúdica. De acuerdo con Posada (2014), se considera la actividad lúdica a toda aquella acción que genera placer y le permite al ser humano liberarse de tensiones.

Para la definición de actividades lúdicas en esta investigación, se tuvo en cuenta lo planteado por Comas, et al. (2008), en su libro “El juego como estrategia didáctica” y Méndez (2003), en su obra titulada “Nuevas propuestas lúdicas para el desarrollo curricular de Educación Física”; considerando por tanto a las actividades lúdicas como aquellas actividades que con un contenido práctico-social, vincula las acciones de la cotidianeidad en un contexto lúdico que favorece el crecimiento cognoscitivo, físico, espiritual y social del sujeto o grupo que las realiza.

En este sentido, la elaboración de una propuesta de actividades lúdicas que puedan realizarse en casa debido al confinamiento por la COVID-19 y que estén supervisadas por los padres, permitirá; una vez llegada la nueva normalidad al escenario social, continuar el proceso de perfeccionamiento de habilidades y capacidades físicas que respondan a los objetivos trazados por la Educación Física como asignatura para este grupo de edades.

A través de una propuesta de actividades lúdicas se quiere llegar a los alumnos, para que consoliden sus habilidades motrices, por lo tanto; esta propuesta irá dirigida a todos los alumnos, aunque las particularidades estarán dadas por el ritmo de aprendizaje de cada uno. Por consiguiente, se ha aplicado un tipo de investigación que permite evaluar el aprendizaje de los alumnos por parte de los padres, quienes estarán supervisando el proceso; el docente será el encargado de la planificación, dosificación y evaluación general de los alumnos. Siguiendo esta concepción se ha hecho un diagnóstico de la situación actual de los alumnos teniendo en cuenta el desarrollo de las habilidades motrices y los objetivos de la Educación Física para el grado.

DESARROLLO

1.1 La Educación Física en el currículo de la enseñanza primaria. Características generales en el 2do grado

Entre las edades de 6 a 7 años, el niño a de cursar el segundo grado de la enseñanza primaria. Su carga docente responde a asignaturas que contribuyen a su desarrollo integral; entre estas se encuentra la Educación Física. Desde el currículo, la Educación Física va encaminada a activar las destrezas motrices de los niños y que sea capaz de las adaptarlas a distintas situaciones que se afrontan en el juego y el deporte escolar. Debe trabajarse en aras de que el niño adopte un enfoque preventivo al identificar las ventajas de cuidar su cuerpo, tener una alimentación balanceada y practicar actividad física con regularidad.

Al ser un área eminentemente práctica brinda aprendizajes y experiencias para reconocer, aceptar y cuidar el cuerpo; explorar y vivenciar las capacidades, habilidades y destrezas; proponer y solucionar problemas motores; emplear el potencial creativo y el pensamiento estratégico; asumir valores y actitudes asertivas; promover el juego limpio; establecer ambientes de convivencia sanos y pacíficos; y adquirir estilos de vida activos y saludables, los cuales representan aspectos que influyen en la vida cotidiana de los estudiantes.

Esta asignatura, en Cuba, tiene una frecuencia de 2 veces por semana y con una duración de 45 minutos. Se asume como:

Estrategia científico metodológica, el enfoque integral físico educativo. Los contenidos fundamentales en su tratamiento didáctico-metodológico se caracterizan por las tareas motrices significativas, simples y complejas, individuales, grupales, de solución de problemas en situaciones de juego, vinculadas con la vida en correspondencia con el progreso y desarrollo de los educandos. Caracterizada por las relaciones sujetos-sujeto en un marco de comunicación y cooperación cognitivo-afectiva. (MINED, 2011, p. 2)

Los contenidos y su relación con los objetivos se dan en dos planos y con un enfoque integrador. Un plano intraprocedimental dado en la interrelación de sus propios contenidos (conceptos, habilidades motrices, capacidades físicas, sus

medios y actitudes, normas y valores) y en un plano temático a partir de la determinación de los nodos de conexión entre las diferentes áreas del conocimiento.

Estos contenidos están concebidos desde las unidades didácticas. Estas son:

- ✓ Gimnasia básica o condición física (este último término viene avalado en el perfeccionamiento de la Educación Física)
- ✓ Juegos.
- ✓ Actividad rítmica.

Las habilidades motrices básicas, por su importancia, acompañan cada una de estas unidades didácticas de una forma directa o indirecta.

1.2. Las habilidades motrices básicas en 2do grado de la enseñanza primaria

Las habilidades motrices básicas a desarrollar en este grado están en correspondencia con las características del alumno. Ellas están determinadas por sus variantes, lo que hace más creativa, rica y productiva su formación y desarrollo; tal y como se relaciona en la tabla 1.

Tabla 1. Las habilidades motrices básicas y sus variantes.

Habilidad motriz básica	Variantes
Caminar	- Caminar con diferentes ritmos
Carreras	- Correr en línea recta hasta 30 metros. - Correr hacia diferentes direcciones. - Correr con arrancada desde diferentes posiciones iniciales. - Correr entre obstáculos. - Correr y caminar alternadamente 3 - 4 minutos. - Carreras de trabajo continuo hasta 4 minutos. - Juego de trabajo continuo hasta 300 metros. - Actividades variadas mediante un recorrido.
Saltos	- Salto vertical y con giros. - Salto horizontal. - Saltos con suiza. - Saltos con y sobre obstáculos (30 cm). - Saltos de profundidad (30cm).
Lanzar y atrapar	- Lanzamiento de pelotas desde diferentes posiciones y direcciones. - Lanzamientos combinados con otras habilidades.
Conducción	- Conducir objetos con diferentes partes del cuerpo.

Golpear	- Golpear con diferentes partes del cuerpo y de diferentes formas.
Equilibrio	- Equilibrarse con y sin objetos.
Escalar	- Por escalera en un plano inclinada. - Subir y bajar escaleras. - Combinación con otras habilidades.
Cuadrapedia	- Hacia diferentes direcciones, por debajo de obstáculos, por sendas, sobre una tabla o escalera en el piso, sobre plano inclinado, cuadrapedia invertida y combinaciones con otras habilidades.
Halar, empujar y transportar	- Objetos pequeños y medianos (individual, parejas y pequeños grupos)
Giros	- Giros con apoyo en vertical hacia diferentes direcciones.

Fuente. Cuba. Ministerio de Educación. (2011). *Programa de Educación Física 2do grado*. Pueblo y Educación. (p. 10)

1.3. Características de los niños de 6-7 años (2do grado)

Los niños de estas edades se desarrollan en sentido físico, cognitivo y emocional, así como en forma social por medio de sus contactos con otros niños, poseen características que desde diversos puntos de vista los caracterizan, ya sea desde el punto de vista psicológico y biológico.

Desde el punto de vista psicológico, plantea Pérez et al., (2011) que para niños y niñas de estas edades y niños transcurre el periodo de la educación primaria, convirtiéndose el centro escolar en el contexto, a parte del familiar, donde de forma más acentuada se estimulan sus capacidades intelectuales y se favorece el aprendizaje de nuevas competencias. Esta etapa está cargada de cambios significativos en el funcionamiento cognitivo del niño. Se parte de una comprensión elemental del mundo, donde la información que reciben a través de los sentidos es procesada a niveles elementales para, progresivamente, pasar a ser capaz de razonar de forma lógica, aunque sin todavía poder utilizar un pensamiento con gran nivel de abstracción (Piaget, 2009), este hecho les vuelve pensadores más sistemáticos, objetivos, científicos y educables.

El lenguaje, el razonamiento y la vida afectiva de niñas y niños se van enriqueciendo. Su personalidad se vuelve más diferenciada y su conducta más difícil de modelar. Para Flavell (2000), el dominio del lenguaje es una herramienta clave durante esta etapa de su desarrollo cognitivo. Agrega Pérez et al., (2011) que, durante este periodo de desarrollo se produce un cambio en el modo de pensar, es una etapa importante en la que los niños van adquiriendo mayores destrezas, rapidez y eficiencia, lo que les permite operar con información completa que unos años atrás tan solo les habría confundido. Su competencia, en distintas áreas, cada vez es mayor como se puede observar en aspectos como la memoria, la atención, la resolución de problemas o la metacognición.

Entre los seis y siete años se produce, según Nortes & Serrano (1991), un cambio cualitativo en la mente del niño que consiste en la aparición de una estructura de conjunto que él denomina operaciones concretas. Este periodo da comienzo con las primeras simbolizaciones y cierra el periodo sensoriomotor.

Para Pérez et al., (2011), el desarrollo de todos estos procesos puede ser favorecido o dificultado por factores tanto externos como internos. Así, son importantes la estimulación, los buenos educadores y los buenos recursos didácticos, pero lo son igualmente la autoestima, las experiencias vividas y la motivación personal que los alumnos invierten en cada actividad de aprendizaje.

Papalia, Wendkos & Duskin (2009) plantean que, desde el punto de vista biológico, en los niños de estas edades el crecimiento se desacelera de manera considerable, los dientes de leche comienzan a ser sustituidos por los definitivos. El desarrollo cerebral durante la infancia es menos espectacular que durante la lactancia, pero suceden cambios importantes. Para sustentar su crecimiento continuo, desarrollo cerebral y esfuerzo constante, los niños de edad escolar necesitan comer y dormir el tiempo suficiente y de manera adecuada.

Relacionado con el aspecto motor cuando tienen 6 años, las niñas son mejores en precisión de movimientos; los niños son mejores en actos de fuerza menos complejos. Pueden saltar y correr de manera alternada. Los niños pueden arrojar objetos con el adecuado viraje en peso y medida. Ya con 7 años se vuelve posible

el equilibrio sobre un solo pie sin mirar. Los niños pueden caminar sobre barras de equilibrio de 5 cm de ancho, los niños pueden brincar y saltar con precisión en cuadros de tamaño pequeño, pueden ejecutar un ejercicio de saltos abriendo y cerrando brazos y piernas de manera adecuada. (Papalia, Wendkos & Duskin, 2009)

Debido a las mejorías en desarrollo motor, los niños y niñas pueden participar en un amplio rango de actividades motoras. El juego informal y espontáneo les ayuda a desarrollar habilidades físicas y sociales. Un sólido programa de Educación Física debería dirigirse al desarrollo de habilidades de todos los niños y debería enfatizar la diversión y la buena condición física de por vida más que la competencia.

La UNICEF (2015), describe las características de los niños de estas edades atendiendo a los siguientes indicadores:

Desarrollo psicológico: en cuanto al desarrollo del pensamiento, se observan logros sustanciales. Por ejemplo; conoce su nombre completo, dirección y teléfono, puede actuar y representar historias, puede jugar juegos de mesa como, por ejemplo, el ludo o los naipes, entiende y sigue órdenes con, al menos, tres instrucciones, puede pensar en el futuro. También, sabe explicar para qué sirven los objetos como herramientas, utensilios de cocina o aseo, etc; ordena alfabéticamente, clasifica objetos según criterios, suma y resta con números del 1 hasta 100. Disfruta realizando actividades que lo mantienen ocupado, como pintar y dibujar y copia formas difíciles como, por ejemplo, un rombo.

En cuanto al desarrollo del lenguaje y la lectoescritura se observa que su vocabulario le permite hablar de acciones, sentimientos, describir lugares, hechos, etc. Entiende el significado de palabras nuevas a partir de la información del texto, conversa con personas adultas haciendo y respondiendo preguntas, cuenta chistes, cuentos e historias, disfruta mucho que le lean. Además, conoce todas las letras del alfabeto, sabe leer libros y materiales apropiados para su edad y escribe palabras (dictadas, copiadas o lo hace espontáneamente).

El desarrollo socioemocional se ve caracterizado por tener la capacidad de formar la opinión de sí mismo o sí misma a partir de lo que le comunican sus adultos

cercanos, distingue lo que es bueno y lo que es malo, disfruta ayudando en la casa y puede compartir. Los adultos son un modelo a los cuales imita, le gusta jugar solo y también con amigos, si se le explica por qué, puede esperar cuando quiere algo. También, reconoce y expresa varias emociones, puede verbalizarlas, hablar sobre ellas, elige a sus amigos y amigas, puede consolar a sus amigos o amigas cuando están tristes y puede seguir reglas de comportamiento acordadas.

Por otra parte, en cuanto al desarrollo psicosexual se puede decir que no hay desarrollo en el aspecto físico de la sexualidad, prefiere jugar con compañeros o compañeras de su mismo sexo, realiza juegos que se relacionan con lo que se espera de él o ella como niño o niña en la sociedad. Manifiesta mayor curiosidad frente a la sexualidad y comprende que es un tema que los adultos manejan con cierto grado de secreto.

Desarrollo motor y autonomía: son innumerables las acciones motrices que puede realizar el niño en estas edades. Puede saltar la cuerda, andar en bicicleta, realiza movimientos finos como enhebrar agujas, dibuja figuras y letras, reconoce la izquierda y la derecha respecto de su cuerpo y come de todo sin ayuda. Además; bajo la supervisión de un adulto, utiliza de a poco el cuchillo para cortar carne o grandes trozos de fruta, con un poco de ayuda, se viste para ir a la escuela, se amarra los cordones de los zapatos sin ayuda y se lava los dientes.

Destaca el Programa de Educación Física para el segundo grado en Cuba (MINED, 2011), que el juego constituye un elemento educativo de gran importancia para el desarrollo psíquico, físico motriz y educativo del niño, estableciéndose como un espacio para promover y facilitar los vínculos humanos; el ejercicio de la estructuración del lenguaje y el pensamiento, la exploración, el descubrimiento y la creación.

1.4. Impacto del confinamiento en el escolar de 6-7 años. Inactividad física

Una revisión de 24 estudios sugirió que el impacto psicológico del confinamiento es amplio, sustancial y podría ser duradero, con efectos psicológicos negativos, incluidos síntomas de estrés postraumático, confusión y enojo. Los factores estresores identificados son: la duración del confinamiento, temores de infección o

reinfección, frustración, aburrimiento, suministro deficiente de alimentos y consumo inadecuado de los mismos, crisis de información inapropiada, pérdidas financieras y estigma social. (Brooks, et al., 2020)

Niños y niñas necesitan del movimiento para desarrollarse integral y saludablemente. La experiencia más completa de aprendizaje y desarrollo la brinda el juego (Ginsburg, et al., 2007), pero lamentablemente las limitaciones de desplazamiento impuestas por las medidas sanitarias lo han afectado. Se observa en los niños un aumento a la dependencia de los objetos electrónicos y dispositivos móviles, lo que, sin una buena orientación familiar es una desventaja para la salud general de los menores.

Estudios como el de Almendra, et al., (2021), revelan que el confinamiento ha modificado la ingesta de alimentos, hacia un patrón alimentario no saludable, reducción de la actividad física e incremento del sedentarismo. Agregan esos autores que otro efecto del confinamiento por la pandemia, ha sido la disminución de la actividad física en la población, incrementándose de forma importante el comportamiento sedentario, dado a las características del teletrabajo o teleeducación. Esto hace suponer que esta situación afecta a padres y niños de manera directamente proporcional.

Actualmente ha sido bien documentado el papel del sobrepeso, la obesidad y enfermedades crónicas relacionadas con la nutrición en el desenlace de infección por SARS-CoV-2, incrementando el riesgo de morbilidad y mortalidad (Földi, et al., 2020), por lo que este es un elemento que sumado a la cultura nutricional de los niños en México es un factor que sin lugar a dudas aparece y al que mediante la actividad física se le puede hacer frente.

Esta situación se corrobora en la investigación de Cabrera (2020), quien analiza la actividad física en el hogar como fenómeno mediático, para luchar contra los desequilibrios emocionales del confinamiento y de mantenimiento de la salud. Afirma el autor que, ante esta situación de encierro, han proliferado diferentes programas de ejercicios de todo tipo y en diferentes plataformas y medios de comunicación. Algunas de estas plataformas han visto incrementado el número de

usuarios y reproducciones, siendo estos valores, indicadores objetivos del interés por la práctica del ejercicio físico en momentos de reclusión obligatoria en el hogar; resumiendo, que los efectos psicológicos ante el confinamiento en la población infantil están avalados por estudios que afirman que:

- ✓ Las secuelas psicológicas o traumas tras la pandemia, podrían caracterizarse por síntomas de estrés postraumático, regresiones a etapas anteriores, agresividad y rebeldía, o incluso desórdenes en el sueño.
- ✓ Hay que tener en cuenta, que los niños absorben el clima emocional que transmiten sus padres en el hogar.
- ✓ Otro efecto fisiológico es la obesidad, ya que se descuida la alimentación y se busca un remedio contra la ansiedad.
- ✓ El confinamiento también agravará las patologías preexistentes al período de reclusión en los hogares.
- ✓ Los niños tendrán problemas en la regulación emocional y conductual, pues se encuentra en pleno desarrollo.
- ✓ Sufren una privación de movimiento, juego en la calle e interacción social.
- ✓ Además, necesitan rutinas y hábitos para sentirse seguros, lograr la estabilidad y seguir su ritmo biológico.
- ✓ La restricción de movimiento provocará enfados, llantos, miedos, trastornos alimentarios y cierta hiperactividad.

Ante esta realidad y su posible repercusión en el desarrollo físico y mental de los niños y niñas se hace necesario la búsqueda de alternativas didácticas que contribuyan al mantenimiento y mejora de sus condiciones físicas; en especial de las habilidades motrices básicas, por la importancia que ellas revisten en estas edades en particular y como base del movimiento en general.

METODOLOGÍA

Según el objetivo planteado en la investigación, se considera que el diseño de la misma se corresponde con un diseño no experimental, transeccional descriptivo.

2.1. Selección de la muestra

La investigación tuvo como escenario el S/I Armando Mestre Martínez. Esta institución posee cuatro grupos de 2do grado, con una matrícula promedio de 25 alumnos por aula, para esta investigación se tomó como referencia 1 solo grupo. Este tiene una matrícula de 24 alumnos, este universo constituye la población con la que se trabaja. Utilizando un muestreo no probabilístico (Otzen & Manterola, 2017), se elige como muestra al 100% de estos niños. En este caso, es un muestreo aleatorio simple, que garantiza que todos los individuos que componen la población tengan la misma oportunidad de ser incluidos en la muestra. La cantidad estuvo determinada por los 24 niños, divididos en 11 niñas y 13 niños, con edades comprendidas entre los 6 y 7 años.

Los diferentes criterios de eliminación para participar en este estudio fueron:

- ✓ La no aceptación a participar en la investigación.
- ✓ Ser menor a 6 y mayor de 7 años de edad.

Es necesario destacar que se eliminaron 12 niños del estudio, debido a que sus padres no dieron el consentimiento para participar en la investigación al alegar que debían trabajar y no disponían del tiempo necesario para realizar las actividades de conjunto con su hijo. Por tal motivo, la muestra se ve reducida a 12 niños, de ellos 5 niñas y 7 niños, lo que representa el 50% de la población.

2.2. Métodos y procedimientos

Para la investigación se emplearon métodos teóricos y empíricos. Del nivel teórico se utilizaron los siguientes métodos:

Histórico-lógico: se empleó para realizar un acercamiento a los referentes teóricos y antecedentes de la aplicación de actividades físicas durante la etapa de confinamiento por COVID-19.

Analítico – sintético: permitió el análisis de la información relacionada con las habilidades motrices de los niños de 6 a 7 años y la posibilidad de desarrollarlas desde el confinamiento por COVID-19.

Inductivo-deductivo: en el estudio de las habilidades motrices en niños de 6 a 7 años, lo cual permitió revelar la necesidad de diseñar una propuesta de actividades lúdicas para desarrollar las habilidades motrices.

Modelación: permitió representar teóricamente la concepción de la propuesta de actividades lúdicas para el desarrollo de las habilidades motrices en niños de 6 a 7 años.

Dentro de los métodos empíricos utilizados se encuentran:

Análisis de documentos: se revisaron documentos normativos con el objetivo de recoger información acerca del desarrollo de las habilidades motrices en niños de 6 a 7 años, su dosificación, planificación y evaluación.

Observación: para valorar el desarrollo de las habilidades motrices (caminar, correr, saltar, lanzar y atrapar, girar, transportar, equilibrarse y cuadrupedia) en niños de 6 a 7 años.

Criterio de especialistas: permitió la selección de los especialistas y la valoración por parte de ellos la propuesta de actividades lúdicas.

Para el análisis estadístico, dentro de los métodos estadísticos- matemáticos se utilizó la distribución empírica de frecuencia.

Se parte de criterios de evaluación de habilidades motrices básicas en la enseñanza preescolar pues es en esa enseñanza donde surgen sus primeras manifestaciones. La revisión bibliográfica acerca de este proceso evaluativo revela la existencia de diferentes instrumentos para este fin (Fernández, Gardoqui & Sánchez, 2007; Ureña, Ureña & Alarcón, 2008; Mariño, et al., 2017), los cuales resultan complicados para su aplicación por parte de personal no calificado; además de la duración de las pruebas y la repetición monótona de las actividades a realizar.

Investigaciones como la de Puentes (2015), Velázquez, Carmenate & Toledo (2016), León & Santa Cruz (2017), Molina, Juárez & Durazo (2017) y Torres, et al., (2021); establecen escalas para la evaluación de habilidades motrices básicas, las cuales se muestran más sencillas para que sean aplicadas por los padres en el proceso de aplicación de las actividades lúdicas propuestas en esta investigación.

Se asume por la autora la escala evaluativa propuesta por Torres et al. (2021). Esta escala sugiere tres indicadores para la evaluación de las habilidades motrices teniendo como referencia la observación: lograda, en proceso y no lograda, como se muestra en la tabla 2.

Tabla 2. Indicadores para la evaluación de las habilidades motrices básicas.

Habilidades motrices básicas	
Indicador	Parámetros de evaluación
Lograda	Realiza la acción motriz sin dificultades en su ejecución.
En proceso	Realiza la acción motriz, pero con dificultades en su ejecución, estas pueden ser falta de equilibrio o coordinación de la acción.
No lograda	No realiza la acción motriz o su desempeño es casi nulo en la ejecución.

Fuente. Torres Campos, E., Ortíz Guadalupe, L. E., Carmentate Figueredo, Y. O., & Toledo Sánchez, M. (2021). Estimulación motriz en niños con discapacidad intelectual. Propuesta de actividades motrices. (p.348)

Con el objetivo de la continuidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, en la investigación; para establecer comunicación con padres y alumnos, se utilizó el whatsapp al ser más viable por parte de los participantes. Esto permitió una comunicación directa y en tiempo real para las sugerencias y recomendaciones.

Para la recolección de los datos se utilizó un protocolo de observación (anexo 1), confeccionado con el objetivo de recolectar los datos. Este protocolo fue validado con anterioridad mediante estudio piloto realizado al 10% de la muestra.

Se contó con el consentimiento informado de los participantes (anexo 2), como elemento esencial para mantener la ética en el estudio. Este proceso es básico para realizar la investigación, al tener la aprobación de los padres de los niños para la realización del estudio. Además, se mantuvo el anonimato de los resultados de las pruebas aplicadas.

Para el análisis estadístico de los datos se conformó una tabla de frecuencia por cada ítem del protocolo de observación teniendo en cuenta el cálculo porcentual.

2.3. Fundamentación de la propuesta de actividades lúdicas

Se presenta la propuesta dirigida al desarrollo de habilidades motrices básicas en niños de 6 a 7 años (anexo 4), para lo que fue necesaria la articulación de los fundamentos teóricos sobre los cuales se apoya la propuesta. Para su diseño, así como la elaboración de sus fundamentos teóricos se tomó como punto de partida las ciencias filosóficas, sociológicas, psicológicas y la pedagogía como vía de acción.

Se tuvo en cuenta el Materialismo Dialéctico al considerar la práctica social como principio y fin de la realidad, la representación de la relación entre el hombre y el medio social en un proceso histórico concreto como máxima de cualquier empeño educativo donde el hombre transforma al mundo en la medida en que se transforma a sí mismo; fundamentado en la determinación de las potencialidades de los niños. Desde lo psicológico la propuesta se sustenta en la concepción histórico-cultural de Vygotsky (1989), a partir de la valoración del hombre como un ser biopsicosocial, desde el punto de vista del estímulo para el desarrollo de las habilidades motrices.

Esta propuesta abarca elementos teóricos y otros eminentemente prácticos, proyectándose a partir del concepto de zona de desarrollo próximo, definida como distancia entre el nivel de desarrollo actual y el deseado (Vygotsky, 1989). Las actividades diseñadas no solo favorecen el desarrollo de las habilidades motrices, sino que va más allá, hacia un desarrollo integral. En lo sociológico la finalidad de la propuesta se traduce en calidad de vida, puesto que se aplica para el desarrollo de las habilidades motrices en un contexto inédito a partir de la etapa de confinamiento por la COVID-19.

El marco pedagógico se sustenta en los principios y componentes de la Pedagogía (Álvarez de Zayas, 1999):

- ✓ Principio de la unidad del carácter científico e ideológico del proceso pedagógico.
- ✓ Principio de la vinculación de la educación con la vida, el medio social y el trabajo, en el proceso de educación de la personalidad.

- ✓ Principio de la unidad de lo instructivo, lo educativo y lo desarrollador, en el proceso de la educación y el respeto a la personalidad del educando.
- ✓ Principio de la unidad entre la actividad, la comunicación y la personalidad.

Los componentes: objetivo, medios de enseñanza y evaluación; caracterizan la propuesta de actividades lúdicas. Desde el punto de vista didáctico, igualmente; las orientaciones dadas en los documentos rectores de la Educación Física en Cuba (MINED, 2011), sugieren la utilización del juego como una actividad educativa de gran importancia *“para el desarrollo psíquico, físico motriz y educativo del educando, constituyéndose en un espacio para promover y facilitar los vínculos humanos; el ejercicio de la estructuración del lenguaje y el pensamiento, la exploración, el descubrimiento y la creación”*. (p. 5). Es por ello que la propuesta diseñada en esta investigación se basa en la utilización de este recurso.

La estructura general de la propuesta está marcada por los siguientes elementos que se presentan en la figura 1.

Figura 1. Componentes de la propuesta de actividades lúdicas



Otro elemento distintivo que la caracteriza es la vinculación de los contenidos físicos con los cognoscitivos del resto de las materias que recibe el niño en el segundo grado. Esto permite la relación intermaterias lo que contribuirá el desarrollo integral del niño. Su concepción general gira en torno a la educación e instrucción acerca

del COVID-19 por lo que uno de los impactos esperados será la actitud responsable del niño frente a la situación pandémica actual. La propuesta está conformada por 5 actividades lúdicas, tal y como lo muestra la figura 2.

Figura 2. Propuesta de actividades lúdicas



Antes de aplicar la propuesta de actividades lúdicas, esta fue sometida a su valoración por parte de los especialistas. De una totalidad de 15 especialistas fueron seleccionados 11. Los criterios para su selección fueron los siguientes:

- ✓ Disposición para participar en la investigación.
- ✓ Años de experiencia trabajando la temática referente al desarrollo y formación de habilidades motrices básicas en escolares de enseñanza primaria.
- ✓ Producción científica relacionada con la temática abordada.

En un primer momento los especialistas evaluaron la propuesta, de la cual emanaron sugerencias. Estas fueron sometidas a análisis y después de una revisión

fue sometida a valoración en un segundo momento. Las principales valoraciones de los especialistas fueron:

- ✓ El 85.1% sugiere incorporar vías alternativas para corroborar la evaluación de las habilidades motrices básicas hecha por los padres o tutores.
- ✓ El 98.5% considera que la propuesta incluye no sólo aspectos físicos sino también educativos que sentarán las bases para la nueva normalidad.
- ✓ El 100% coincide en que las actividades lúdicas propuestas contribuyen a solucionar el problema diagnosticado.

2.4. Resultados del diagnóstico inicial

Para conocer el estado inicial de las habilidades motrices básicas, se aplicó el protocolo de observación diseñado para tal propósito (anexo 1). Este momento de la investigación fue llevado a cabo por los padres o tutores de los alumnos participantes en la investigación, previa capacitación por parte de la investigadora. Los resultados describen la situación actual de las habilidades motrices básicas, tal y como se muestra en la tabla 3.

Tabla 3. Resultados del diagnóstico inicial

VARIANTES DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS		EVALUACIÓN					
		L	%	EP	%	NL	%
1	Caminar con diferentes ritmos	8	66.9	4	33.3	0	0
2	Correr hacia diferentes direcciones	8	66.9	4	33.3	0	0
3	Saltar con uno o ambos pies con desplazamiento	6	50	2	16.7	4	33.3
4	Cuadrupedia por debajo de obstáculos	5	41.7	3	25	4	33.3
5	Equilibrarse con y sin objetos	6	50	6	50	0	0
6	Lanzar con precisión (distancia no mayor a los 2 mts)	4	33.3	5	41.7	3	25
7	Lanzar y atrapar pelotas desde diferentes posiciones y direcciones	4	33.3	8	66.7	0	0

8	Girar con apoyo en vertical hacia diferentes direcciones	6	50	3	25	3	25
9	Transportar objetos pequeños y medianos	6	50	3	25	3	25

Con relación a la categoría lograda, como la categoría deseada y de óptimo nivel de realización de la acción motriz, evidencia que las mayores dificultades se encuentran en las variantes de las habilidades lanzar y atrapar:

- ✓ Lanzar con precisión (distancia no mayor a los 2 mts)
- ✓ Lanzar y atrapar pelotas desde diferentes posiciones y direcciones

Con menor incidencia se observa la variante de la habilidad motriz básica cuadrupedia:

- ✓ Cuadrupedia por debajo de obstáculos

Por último, con una representación aceptable en la categoría evaluativa *lograda*, se encuentran las habilidades motrices básicas: saltar, equilibrarse, girar y transportar.

- ✓ Saltar con uno o ambos pies con desplazamiento
- ✓ Equilibrarse con y sin objetos
- ✓ Girar con apoyo en vertical hacia diferentes direcciones
- ✓ Transportar objetos pequeños y medianos

Los mejores resultados se observan en las variantes de caminar y correr:

- ✓ Caminar con diferentes ritmos
- ✓ Correr hacia diferentes direcciones

De manera general, las mayores dificultades se observan en las variantes de las habilidades motrices básicas: saltar, cuadrupedia, lanzar, girar y transportar.

- ✓ Lanzar con precisión (distancia no mayor a los 2 mts)
- ✓ Saltar con uno o ambos pies con desplazamiento
- ✓ Cuadrupedia por debajo de obstáculos
- ✓ Girar con apoyo en vertical hacia diferentes direcciones
- ✓ Transportar objetos pequeños y medianos

De forma individual los alumnos con mayores dificultades fueron el 2, 5, 10 y 11; tal y como lo muestra el anexo 3. Se hace necesario resaltar que el alumno 8 posee un óptimo desarrollo de las habilidades motrices básicas evaluadas. El resto de los

alumnos ubican al menos una variante de las habilidades motrices entre las categorías evaluativas *en proceso* y *no lograda*.

Al tener en cuenta los resultados del diagnóstico inicial, se confirma la necesidad del diseño de las actividades lúdicas para potenciar las habilidades motrices básicas en la etapa de confinamiento por COVID-19.

CONCLUSIONES

- ✓ El proceso de formación y desarrollo de habilidades motrices básicas en escolares de 6 a 7 años tiene entre sus vías más efectivas las clases de Educación Física. Entre las principales habilidades motrices básicas que se trabajan están: caminar, correr, saltar, lanzar, atrapar, conducir, golpear, escalar, cuadrupedia, halar, empujar, transportar, girar y equilibrarse, así como sus variantes.
- ✓ El diseño de la propuesta de actividades lúdicas está dirigida al trabajo con las habilidades motrices básicas, tiene en consideración los elementos que distinguen la descripción de los juegos, potencia la relación familia – comunidad-escuela y posee orientaciones a los padres como parte activa en el proceso.
- ✓ Los especialistas coinciden en la factibilidad de la propuesta de actividades lúdicas en el trabajo con las habilidades motrices básicas, así como su potencial para la formación cívica y ciudadana de autocuidado y cuidado a los demás.
- ✓ Los resultados del diagnóstico inicial arrojan que las habilidades motrices básicas con mayores dificultades fueron saltar, cuadrupedia, lanzar, girar y transportar.

RECOMENDACIONES

- ✓ Aplicar la propuesta de forma práctica para evaluar su efectividad en el grado propuesto y otros grados que coincidan con los objetivos de la asignatura y las características de los alumnos.
- ✓ Concebir la propuesta como un material didáctico a aplicar en las clases de Educación Física.

BIBLIOGRAFÍA

- Agallo Barrios, A. G. (2003). *Dinámicas de grupos*. Piedra Santa.
- Alfonzo Marín, A. E., Enríquez Caro, L. C., & Alcívar Pico, L. J. (2020). Estrategias didácticas para la efectividad de la educación física: un reto en tiempos de confinamiento. *Educación Física: Efectividad en tiempos de confinamiento social. Revista Electrónica Formación y Calidad Educativa (REFCaIE)*, 8(3), 191-206.
- Almendra Pegueros, R., Baladia, E., Ramírez Contreras, C., Rojas Cárdenas, P., Vila Martí, A., Osorio, J. M., Apolinar Jiménez, E., Lazzara López, A., Buhring Bonacich, K., Nessier, M. C., Martínez Vázquez, S. E., Camacho Lopez, S., Zambrana Vera, A., Martínez López, P., Raggio, L. M., & Navarrete Muñoz, E. M. (2021). Conducta alimentaria durante el confinamiento por COVID-19 (CoV-Eat Project): protocolo de un estudio transversal en países de habla hispana. *Revista de Nutrición Clínica y Metabolismo*, 4(1). <https://doi.org/10.35454/rncm.v4n3.267>
- Álvarez de Zayas, C. (1999). *La escuela en la vida: didáctica. 3ra edición corregida y aumentada*. Pueblo y Educación.
- Auger, K. A., Shah, S. S. Richardson, T., Hartley, D., Hall, M., Warniment, A., Timmons, K., Bosse, D., Ferris, S. A., Brady, P. W., Schondelmeyer, A. C., & Thomson, J. E. (2020). Association Between Statewide School Closure and COVID-19 Incidence and Mortality in the US. *JAMA*, 324(9), 859-870. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.14348>
- Balanta Rodríguez, O., Peña Carabalí, A. R., Reginfo Ortiz, J., & Rojas Ramírez, N. R. (2015). *La lúdica y las TIC en Educación Física Liceo Técnico Comercial*. (Trabajo de grado). Fundación Universitaria Los Libertadores. <http://hdl.handle.net/11371/183>
- Bates, L.C., Zieff, G., Stanford, K., Moore, J.B., Kerr, Z.Y., Hanson, E.D., Barone Gibbs, B., Kline, C.E., & Stoner, L. (2020). COVID-19 Impact on Behaviors across the 24-Hour Day in Children and Adolescents: Physical Activity,

Sedentary Behavior, and Sleep. *Children. Basel*, 7(9).
<https://doi.org/10.3390/children7090138>

Bezcopylnyi, O., Bazylchuk, O., Sushchenko, L., Bazylchuk, V., Dutchak, Y., & Ostapenko, H. (2020). Peculiarities of application of interactive educational technologies in training of future teachers of physical culture to work with health protection in secondary school. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(S1), 291-297. <https://efsu-pit.ro/images/stories/februarie2020/Art%2040.pdf>

Blair, S. N. (2009). Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21st century. *British Journal of Sports Medicine*, 43(1), 1-2.
<https://doi.org/10.1136/bjism.2009.059360>

Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & James Rubin, G. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, 395, 912-920.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

Burgueño, R., Espejo, R., López Fernández, I., & Gil-Espinosa, F. J. (2020). Educación Física de calidad en casa para niños: una propuesta de aplicación curricular en Educación Primaria. *Journal of Sport and Health Research*. 12(2), 270-287.

Cabrera, E. A. (2020). Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por covid-19. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 209-220.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n1.v2.1828>

Carrasco Coca, O. R., Caicedo Merizalde, J. G., Savedra Valdiviezo, O. A., & Ochoa Sangurima, V. L. (2021). Fundamentos Pedagógicos para la enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en Modalidad Virtual: Un reto actual. *Ciencia Digital*, 5(1), 232-251.
<https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v5i1.1542>

- Cazorla Mas, D., & Salina Ibáñez, J. (2018). *Rediseño del proceso formativo mediante la introducción de las TIC. Diseño, desarrollo e implementación de un Entorno Virtual de Enseñanza-Aprendizaje en el área de Educación Física.* (Tesis de Maestría). Universidad de Murcia. https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/149625/tfm_2017-18_MTEE_dcm804_1610.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Comas I Coma, O., Garaigordobil Landazábal, M., Garzón Pérez, M., Hernández Morlans, T., Marrón Gaité, M. J., Ortí Ferreres, J., Pubill Soler, G., Ruí de Velasco Gálvez, A., Soler Gordils, M. P., Vida Mombiela T., Bañeres Codina, D., Bishop A. J., & Cardona Pera, C. (2008). *El juego como estrategia didáctica.* Graó.
- Cossio Bolaños, M. (2020). Actividad física en tiempos de cuarentena por el COVID-19 en niños y adolescentes. *Revista peruana de ciencias de la actividad física y del deporte*, 7(2), 913-914. <https://www.rpcafd.com/index.php/rpcafd/article/view/92>
- Cuba. Ministerio de Educación. (2011). *Programa de Educación Física 2do grado.* Pueblo y Educación.
- Díaz Barahona, J. (2012). La enseñanza de la Educación Física implementada con TIC. *Revista Educación física y deporte*, 31(2), 1047-1056. https://www.researchgate.net/publication/329178746_La_ensenanza_de_la_Educacion_Fisica_implementada_con_TIC/link/5bfad92192851ced67d6f38a/download
- Fernández García, E., Gardoqui Rorralba, M. L., & Sánchez Bañuelos, F. (2007). *Evaluación de las habilidades motrices básicas. Determinación de escalas para la evaluación de desplazamientos, giros y manejo de móviles.* INDE.
- Ferreres Franco, C. (2011). *La integración de las tecnologías de la información y de la comunicación en el área de la Educación Física de secundaria: Análisis sobre el uso, nivel de conocimientos y actitudes hacia las TIC y de sus posibles aplicaciones educativas.* (Tesis Doctoral). Universitat Rovira i Virgili. <http://www.tesisenred.net/handle/10803/52837>

- Flavell, J. H. (2000). *El desarrollo cognitivo*. Visor.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2015). El desarrollo de niños y niñas de 4 a 10 años. <https://www.unicef.cl>
- Földi, M., Farkas, N, Kiss, S., Zádori, N., Vánca, S., Szakó, L., Dembrovsky, F., Solymár, M., Bartalis, E., Szakács, Z., Hartmann, P., Pár, G., Eross, B., Molnár, Z., Hegyi, P., & Szentesi, A. (2020). Obesity is a risk factor for developing critical condition in COVID-19 patients: A systematic review and meta-analysis. *Obesity Review*, 21, 1-9. <https://doi.org/10.1111/obr.13095>
- Ginsburg, K. R., and the Committee on Communications and, and the Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 119(1), 182-191. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2697>
- Hall López, J. A., & Ochoa Martínez, P. Y. (2020). Enseñanza virtual en educación física en primaria en México y la pandemia por COVID-19. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 21(2).
- Hall López, J. A., Ochoa Martínez, P. Y., González, C., & Fernández Ozcorta, E. J. (2019). Clases de Educación Físicas activas mediante evaluación SOFIT. Emotion. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, (13), 31-42. <http://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/17268>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill.
- Jiménez Vélez, C. A. (2005). *La inteligencia lúdica: juegos y neuropedagogía en tiempos de transformación*. Magisterio.
- León Pillpa, L., & Santa Cruz Meneses, E. V. (2017). *Juegos tradicionales y desarrollo de habilidades motrices básicas en estudiantes del III Ciclo de la IE Santa Rosa del distrito de San Juan Bautista, 2017*. (Tesis de grado). Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Perú.

- Mariño Sánchez, M., Rico Díaz, J., Rodríguez Fernández, J. E., & Peixoto Pino, L. (2021). Instrumentos para evaluar las habilidades motoras en niños con Trastorno del Espectro Autista entre 5 y 12 años: Revisión Sistemática. *Retos*, 42, 286-295.
- Méndez Giménez, A. (2003). *Nuevas propuestas lúdicas para el desarrollo curricular de Educación Física*. Paidotribo.
- Molina Laguna, I. J., Juárez García, A., & Durazo Villegas, F. G. (2017). Evaluación de habilidades motrices básicas mediante la sesión de Educación Física en una institución de nivel preescolar en el estado de Sonora. (Ponencia). *XIV Congreso Internacional de Investigación Educativa*, San Luis Potosí, México.
- Moreno Verdulla, P., & Trigo Ibáñez, E. (2017). Las TIC y las TAC al servicio de la educación: Una introducción a los mapas conceptuales y la toma de apuntes. *Revista De Estudios Socioeducativos. Revista de estudios socioeducativos: RESED*, (5), 89-103.
<https://revistas.uca.es/index.php/ReSed/article/view/S.1.7N5>
- Mujika, I., & Padilla, S. (2000). Detraining: Loss of Training-Induced Physiological and Performance Adaptations. Part I. *Sports Med* 30, 79-87.
<https://doi.org/10.2165/00007256-200030020-00002>
- Nortes, A. & Serrano, J. M. (1991). *Operaciones concretas y formales*. Secretariado de Publicaciones, Universidad de Murcia.
- Oleniev, D. (2020). Research of health-preserving technologies in the system of physical education of students. *Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University*, 2(122), 130-134. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.2\(122\).26](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.2(122).26)
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*.
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf

- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). *Timeline: WHO's COVID-19 response*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/interactivetimeline#category-Leadership>
- Otzen, T. & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol*, 35(1), 227-232.
- Papalia, D. E., Wendkos Olds, S., & Duskin Feldman, R. (2009). *Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia. Undécima edición*. McGraw-Hill.
- Pérez Herrera, A., & Cruz López, M. (2019). Situación actual de la obesidad infantil en México. *Nutrición Hospitalaria*, 36(2), 463-469. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112019000200463
- Pérez Pérez, N., Navarro Soria, I., González Gómez, C., Valero Rodríguez, J., Cantero Vicente, M. P., Martínez Vicente, A. B., Gión Méndez, S., & Delgado Domenech, S. (2011). *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez*. Club Universitario.
- Piaget, J. (2009). *La psicología de la inteligencia*. Crítica.
- Piña Díaz, D. A., Ochoa Martínez P. Y., Hall López, J. A., Reyes Castro, Z. E., Alarcón Meza, E. I., Monreal Ortiz, L. R., & López Buñuel, P. S. (2020). Efecto de un programa de educación física con intensidad moderada vigorosa sobre el desarrollo motor en niños de preescolar. *Retos*, 38, 363-368. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7446307>
- Posada González, R. (2014). *La Lúdica como estrategia didáctica*. (Tesis de Maestría). Universidad Nacional de Colombia.
- Puentes Ramírez, A. P. (2015). *Propuesta instrumental para la evaluación de habilidades motrices básicas de niños inmersos en la iniciación deportiva*. (Tesis de Grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Radom Aizik, S. (2020). *COVID-19, Ejercicio, niños y su sistema inmunitario en desarrollo*. https://www.exerciseismedicine.org/support_page.php/stories/?b=902

- Ramírez Gómez, B. (2020). Aspectos que los padres de adolescentes deben tener en cuenta en su atención integral a estos en tiempo del coronavirus. *Revista Observatorio de las Ciencias Sociales en Iberoamérica*, 1(3). <https://www.eumed.net/es/revistas/observatorio-de-las-ciencias-sociales-en-iberoamerica/vol-1-numero-3-octubre-2020/atencion-tiempo-coronavirus>
- Rundle, A. G., Park, Y., Herbstman, J. B., Kinsey, E. W., & Wang, Y. C. (2020). COVID-19-Related School Closings and Risk of Weight Gain Among Children. *Obesity*, 28(6), 1008-1009. <https://doi.org/10.1002/oby.22813>
- Torres Campos, E., Ortíz Guadalupe, L. E., Carmenate Figueredo, Y. O., & Toledo Sánchez, M. (2021). Estimulación motriz en niños con discapacidad intelectual. Propuesta de actividades motrices. *Universidad y Sociedad*, 13(4), 378-388. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2177>
- Tremblay, M. S., Carson, V., Chaput, J.P., Connor Gorber, S., Dinh, T., Duggan, M., Faulkner, G., Gray, C. E., Gruber, R., Janson, K., Janssen, I., Katzmarzyk, P. T., Kho M. E., Latimer Cheung A. E., LeBlanc, C., Okely, A. D., Olds, T., Pate, R. R., Phillips A., Poitras, V. J., Rodenburg, S., Sampson, M., Saunders, T. J., Stone, J. A., Stratton, G., Weiss, S. K., & Zehr, L. (2016). Canadian 24-Hour Movement Guidelines for Children and Youth: An Integration of Physical Activity, Sedentary Behaviour, and Sleep. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolis*, 41(6 (Suppl. 3)), 311-327. <https://doi.org/10.1139/apnm-2016-0151>
- Ureña Ortín, N., Ureña Villanueva, F., & Alarcón López, F. (2008). Una propuesta de evaluación para las habilidades motrices básicas en Educación Primaria a través de un juego popular: la oca. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (14), 35-42.
- Velázquez, A. M., Carmenate Figueredo, Y. O., & Toledo Sánchez, M. (2016). Juegos de movimiento para el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños (as) del 4to año de vida. *Conrado*, 12(55), 180-187.
- Vygotsky, L. S. (1989). *Fundamentos de defectología. Obras completas. Tomo V.* Pueblo y Educación.

Webster, C. A., Webster, L., Russ, L., Molina, S., Lee, H., & Cribbs, J. (2015). A systematic review of public health-aligned recommendations for preparing physical education teacher candidates. *Research quarterly for exercise and sport*, 86(1), 30–39. <https://doi.org/10.1080/02701367.2014.980939>

ANEXOS

Anexo 1. Protocolo de observación

Objetivo: Valorar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños de 6-7 años.

#	Variante de la habilidad motriz básica	Evaluación		
		Lograda	En proceso	No lograda
1	Caminar con diferentes ritmos			
2	Correr hacia diferentes direcciones			
3	Saltar con uno o ambos pies con desplazamiento			
4	Cuadrupedia por debajo de obstáculos			
5	Equilibrarse con y sin objetos.			
6	Lanzar con precisión (distancia no mayor a los 2 mts)			
7	Lanzar y atrapar pelotas desde diferentes posiciones y direcciones			
8	Girar con apoyo en vertical hacia diferentes direcciones			
9	Transportar objetos pequeños y medianos			

Anexo 2. Consentimiento informado para participantes en la investigación

Propósito: proveer a los participantes de una clara explicación de la naturaleza de la investigación, así como de su rol en ella.

Estimado padre o tutor:

A partir de la necesidad de realizar estudios sobre la repercusión del confinamiento en el desarrollo motor de niños y niñas se está realizando una investigación titulada *Actividades lúdicas para el trabajo con habilidades motrices básicas en tiempos de COVID-19*, de la cual su hijo(a) podría formar parte. La meta de este estudio es el desarrollo de habilidades motrices en niños y niñas de estas edades para garantizar el cumplimiento de los propósitos que persigue la Educación Física para estas edades, lo que se ha visto limitado debido al confinamiento por COVID-19.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá participar primeramente en una capacitación que le permita evaluar el desarrollo de las habilidades motrices de su hijo(a) en dos momentos de la investigación. Ya capacitado, podrá participar con su niño(a) desde su hogar, en las actividades lúdicas propuestas haciendo el registro de sus avances o deficiencias, se mantendrá comunicación activa mediante el whatsapp con la investigadora que lo acompañará durante todo el proceso.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Si tiene alguna duda sobre la investigación, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en ella. Igualmente, puede retirarse de la investigación en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación. He sido informado(a) de que la meta de este estudio es el desarrollo de habilidades motrices en niños y niñas de estas edades para garantizar el cumplimiento de los propósitos que persigue la Educación Física para estas edades. Entiendo que esta ficha de consentimiento

será archivada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido.

Nombre del participante

Firma del participante

Fecha

Anexo 3. Resultados del diagnóstico.

#	Habilidad motriz básica	ALUMNOS											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Caminar con diferentes ritmos	L	EP	L	L	EP	L	L	L	L	EP	EP	L
2	Correr hacia diferentes direcciones	L	EP	L	L	EP	L	L	L	L	EP	EP	L
3	Saltar con uno o ambos pies con desplazamiento	EP	NL	L	L	NL	L	EP	L	L	NL	NL	L
4	Cuadrupedia por debajo de obstáculos	L	NL	EP	L	NL	L	EP	L	EP	NL	NL	L
5	Equilibrarse con y sin objetos.	L	EP	L	EP	EP	L	EP	L	L	EP	EP	L
6	Lanzar con precisión (distancia no mayor a los 2 mts)	L	EP	L	EP	NL	L	EP	L	EP	NL	NL	EP
7	Lanzar y atrapar pelotas desde diferentes posiciones y direcciones	EP	EP	EP	EP	EP	EP	L	L	L	EP	EP	L
8	Girar con apoyo en vertical hacia diferentes direcciones	L	EP	L	NL	L	NL	L	L	EP	EP	NL	L
9	Transportar objetos pequeños y medianos	L	L	EP	NL	L	NL	L	L	EP	L	NL	EP

LEYENDA

L-LOGRADA

EP-EN PROCESO

NO LOGRADA-NL

Anexo 3. Propuesta de actividades lúdicas

Educación Física Segundo grado

**PROPUESTA DE ACTIVIDADES
LÚDICAS PARA EJERCITAR EN
CASA**



Conociendo el virus

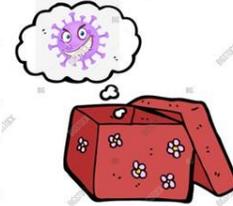


MEDIOS :

Caja de zapatos o cualquier otra caja de la que se disponga.

Tarjetas de colores que contengan curiosidades sobre el coronavirus y la COVID-19.

Mesas o sillas para ubicar en el espacio donde se va a realizar la actividad.



OBJETIVOS

Familiarizar al niño con información sobre el coronavirus.

Ejercitar las habilidades motrices saltar, cuadrupedia y correr.

VARIANTES:

En el recorrido hasta la silla o mesa puede realizarse el salto con dos piernas en las primeras ocasiones y luego con una pierna.

EVALUACIÓN

La evaluación de las habilidades motrices se realizará atendiendo a la escala sugerida en la capacitación.

Además, se sugieren preguntas que podrás realizarle al niño:

- ¿Qué hiciste?
- ¿Cómo lo hiciste?
- ¿Cómo te sentiste?
- ¿Qué sabes del coronavirus?
- ¿Cómo puedes evitar contagiarte?

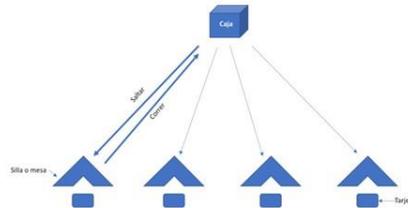
A LOS PADRES:

La evaluación de la actividad en general podrá darle una visión más detallada de lo que aprende el niño. Puedes agregar otras actividades que se relacionan con este juego, por ejemplo:

Realizar un dibujo sobre el coronavirus, cómo lo imagina, cómo puede transmitirse o cualquier otro aspecto que haya sido tratado en la actividad.

DESARROLLO:

Se establecerá un espacio en casa para realizar la actividad, no importa el tamaño, lo importante es que se cumplan los objetivos. Se ubicarán las tarjetas en los diferentes lugares por donde se hará el recorrido que cumplirá el siguiente esquema:



Saldrán desde la caja, saltando hasta la silla o mesa, pasarán por debajo de ella, recogerán la tarjeta, pasarán nuevamente por debajo de la silla o mesa, regresan corriendo y colocarán la tarjeta dentro de la caja. Realizarán esta acción en cada una de las sillas o mesas ubicadas.

Concluida la actividad, nos sentaremos con el niño para ejercitar la lectura mediante las tarjetas. Deberá ser capaz de leer cada una de las tarjetas que contiene las curiosidades sobre el coronavirus y la COVID—19.

La observación mediante la guía debe ser precisa, si se hace difícil evaluarlo mientras realiza la actividad puedes grabarlo y luego, detenidamente, llenar la ficha de observación. Se evalúan los ítems 2,3 y 4.

Puede auxiliarse de otros recursos didácticos para el conocimiento del niño sobre el coronavirus en los siguientes enlaces:

<https://www.paho.org/es/recursos-sobre-covid-19-para-padres-ninos>

<https://cooperacioambalegria.co/cuento-coronavirus/>

OBJETIVOS

- Ejercitar la habilidad motriz lanzar con precisión.
- Desarrollar habilidades manuales.
- Fomentar la educación higiénica ante la COVID-19.

MEDIOS :

- Caja de cartón con un orificio en el centro que servirá para lanzar dentro las pelotas.
- Pelotas medianas.
- Pegamento.
- Partes de una mascarilla hecha de papel. Puede usarse de referencia la que identifica esta actividad (7 partes: dos cordones, dos partes simétricas que son las que cubren la cara, dos ojos para colocarle a la mascarilla y una boca)
- Cartulina tamaño carta.

DESARROLLO:

- A una distancia de 2 metros se ubican el niño y la caja.
- El niño deberá lanzar las pelotas de manera tal que pueda encestarlas dentro del orificio de la caja.
- Por cada una de las pelotas encestandas el niño ganará una de las 7 partes de la mascarilla. Después de haber ganado cada una de las partes de la mascarilla, nos sentaremos con el niño y la iremos armando, se pegará en la cartulina que tenemos reservada y finalmente la coloreamos.

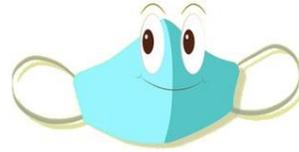
A LOS PADRES:

Puedes agregar otras actividades que se relacionan con este juego, por ejemplo:

- ⇒ Investigar sobre el reciclaje de los productos médicos, cómo puede contribuir esto a salvar nuestro planeta.
- ⇒ Construir una mascarilla de tela con la ayuda de los integrantes de la familia.

La observación mediante la guía debe ser precisa, si se hace difícil evaluarlo mientras realiza la actividad puedes grabarlo y luego, detenidamente, llenar la ficha de observación. El ítem a evaluar es el 6.

Yo hago mi mascarilla



*"Te amo",
dice la gran madre.
"Te amo por lo que eres,
sabiendo de tal manera lo que eres.
Y te amo más aún, hijo,
más profundo todavía que nunca, hijo,
por lo que serás,
sabiendo tan bien que llegarás lejos,
sabiendo que tus grandes obras aguardan
por delante,
por delante y más allá,
a lo lejos y todavía más."*

Carl Sandburg, *The People, Yes*, 1936

VARIANTES:

En sustitución de la caja podría usarse la imagen de un coronavirus.

Puede combinarse la habilidad de lanzar con una habilidad previa como equilibrarse.

EVALUACIÓN

La evaluación de las habilidades motrices se realizará atendiendo a la escala sugerida en la capacitación.

Además, se sugieren preguntas que podrás realizarle al niño:

- ¿Qué es una mascarilla?
- ¿Para qué la usamos?
- ¿Si usamos mascarillas de tela podemos proteger el medio ambiente?
- ¿Cómo puedes evitar contagiarte?



Amigo de la higiene



OBJETIVOS

Ejercitar la habilidad motriz caminar con diferentes ritmos.

Ejercitar la escritura.

Fomentar la educación higiénica ante la COVID-19.

MEDIOS :

Lápices.

Tarjetas con imágenes de las acciones de higiene necesarias para evitar el contagio por la COVID-19.

Claves (si no las tienes puedes usar palmadas)

DESARROLLO:

Se hará un recorrido en línea recta si dispones de un espacio no menor a 5 metros en casa, de no disponer de ese espacio, el niño puede cubrir esa distancia aunque no sea en línea recta. Al final del recorrido se ubicarán las tarjetas con las imágenes de las acciones de higiene que debemos realizar para evitar el contagio por la COVID-19; por ejemplo: mantener la distancia, usar la mascarilla, quedarse en casa, lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón, etc. El niño deberá realizar el recorrido caminando al compás del ritmo de las claves o palmadas (lento, más lento, rápido, más rápido). Al llegar a donde están las tarjetas deberá escribir la medida higiénica que sugiere la imagen. Deberá completar una tarjeta en cada recorrido.



VARIANTES:

Puede sustituirse la habilidad motriz por otra que implique desplazamiento y cambio de ritmo.

A LOS PADRES:

Puedes agregar otras actividades que se relacionan con este juego, por ejemplo:

- ⇒ Buscar el significado de las palabras que no comprendemos o resultan nuevas.
- ⇒ Construir un cartel con las tarjetas y ubicarlo en un lugar visible de la casa.

La observación mediante la guía debe ser precisa, si se hace difícil evaluarlo mientras realiza la actividad puedes grabarlo y luego, detenidamente, llenar la ficha de observación. Se evalúa el ítem 1.

EVALUACIÓN

La evaluación de las habilidades motrices se realizará atendiendo a la escala sugerida en la capacitación.

Además, se sugieren preguntas que podrás realizarle al niño:

¿Qué otras medidas conoces para evitar el contagio por COVID-19?

¿Cuándo regreses a clases deberás cumplir estas medidas? ¿Por qué?

OBJETIVOS

Ejercitar la habilidad motriz correr, girar y transportar.

Fomentar la educación higiénica ante la COVID-19.

MEDIOS :

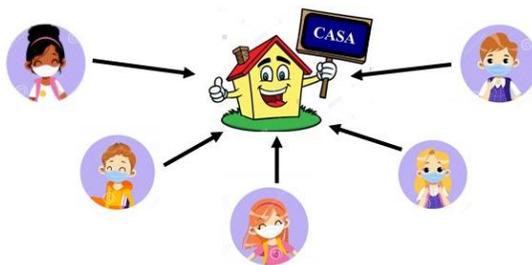
Casa hecha de cartón o caja hecha en forma de casa.

Muñecos que simulen los integrantes de la familia o juguetes que jueguen ese rol.

DESARROLLO:

Se ubican en varias zonas de la casa (visible o no), siempre que sean del conocimiento del niño; los objetos que juegan el rol de los integrantes de la casa.

El niño irá corriendo en busca del objeto, desde la casa hecha de cartón hasta el objeto, traerá el objeto hasta la casa y antes de colocarlo en ella deberá realizar un giro. Ejecutará estas acciones con cada uno de los objetos que busque.



A LOS PADRES:

Puedes agregar otras actividades que se relacionan con este juego, por ejemplo:

- ⇒ Investigar sobre el papel de la familia en la prevención de la COVID-19.
- ⇒ Construir una historia sobre la familia en tiempos de COVID-19 y realizar un dibujo.

La observación mediante la guía debe ser precisa, si se hace difícil evaluarlo mientras realiza la actividad puedes grabarlo y luego, detenidamente, llenar la ficha de observación. Los ítems a evaluar son el 2, 8 y 9.

Yo cuido a mi familia



VARIANTES:

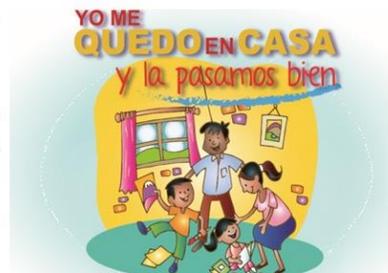
Pueden combinarse otras habilidades motrices básicas como caminar, saltar o equilibrarse.

EVALUACIÓN

La evaluación de las habilidades motrices se realizará atendiendo a la escala sugerida en la capacitación.

Además, se sugieren preguntas que podrás realizarle al niño:

- ¿Qué importancia tiene el cuidado de toda la familia para no contagiarnos?
- ¿Qué actividades de autocuidado realiza la familia?



Soy fuerte, estoy sano



OBJETIVOS

Ejercitar las habilidades motrices equilibrarse, lanzar y atrapar.

Desarrollar la expresión oral.

MEDIOS :

Cinta adhesiva blanca o de colores para guiar el recorrido.

Coronas de cartón a la medida de la cabeza del niño o globos rellenos de talco o harina.

Pelotas medianas.

DESARROLLO:

En esta actividad realizaremos un recorrido por toda la casa. Marcaremos el mismo con cinta adhesiva que cortaremos en tramos cortos para guiar al niño. Para comenzar el recorrido el niño se colocará con los brazos laterales, lo que le ayudará a mantener el equilibrio y evitar que se caiga la corona o el globo con relleno que llevará en su cabeza. Lo acompañaremos durante la travesía dándole ánimo y corrigiendo su postura. Al finalizar el recorrido usaremos la pelota para realizar lanzamientos y atrapes, puedes hacerlo con el niño o puede realizarlo de forma individual lanzándola hacia arriba.

El recorrido puede realizarse cuantas veces desee el niño.

A LOS PADRES:

Puedes agregar otras actividades que se relacionan con este juego, por ejemplo:



Realiza un cuento imaginario sobre cómo tú héroe favorito, fuerte y sano, venció al coronavirus.

La observación mediante la guía debe ser precisa, si se hace difícil evaluarlo mientras realiza la actividad puedes grabarlo y luego, detenidamente, llenar la ficha de observación. Los ítems que se evalúan son el 5 y el 7.

VARIANTES:

Si hay más miembros de la familia que puedan participar puedes realizar el lanzamiento atrape en varios puntos del recorrido.

EVALUACIÓN

La evaluación de las habilidades motrices se realizará atendiendo a la escala sugerida en la capacitación.

Además, se sugieren preguntas que podrás realizarle al niño:

¿Qué importancia tiene hacer ejercicios para la salud?

¿Es importante también tener una alimentación saludable?

¿Si hago ejercicios y me alimento bien corro menos riesgo de enfermarme?

