



Julio 2018 - ISSN: 1989-4155

EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS DE LA INFANCIA PREESCOLAR

HE DEVELOPMENT OF BASIC MOTOR SKILLS IN CHILDREN OF PRE-SCHOOL CHILDREN

Autoras: Lianet Toral Rondón.

Estudiante de 5to año de Licenciatura en Educación Preescolar. Universidad de las Tunas.

Leydis Mariam Batista García.

Estudiante 2do año de Medicina. Universidad de Ciencias medicas de Las Tunas. Facultad de Medicina "Dr. Zoilo Enrique Marinello Vidaurreta" (leydimariam@ gmail.com)

MSc. Maritza García Hernández.

Profesor Auxiliar. Universidad de Las Tunas. (mgarcia@ult.edu.cu)

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Lianet Toral Rondón, Leydis Mariam Batista García y Maritza García Hernández (2018): "El desarrollo de las habilidades motrices básicas en los niños y las niñas de la infancia preescolar", Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo (julio 2018). En línea:

<https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/07/habilidades-motrices-preescolar.html>

Resumen

La investigación aborda una propuesta de juegos de movimientos para favorecer el desarrollo de las habilidades motrices básicas de: saltar y trepar en los niños y las niñas de la infancia preescolar, para la misma se tuvo cuenta las necesidades y potencialidades de los infantes con respecto a estas habilidades que se ha detectado en el diagnóstico inicial y lo cual corrobora el problema científico identificado. Se realiza una sistematización de fundamentos teóricos y metodológicos. Se emplearon métodos del nivel teórico y empírico. Se aplica una propuesta novedosa, factible en otros contextos y formas organizativas del proceso para este nivel de educativo; con la utilización de medios de enseñanza al alcance de todos los agentes y agencias encargadas de llevar la formación integral de la Primera infancia.

Palabras claves. Juego de movimiento, desarrollo habilidades motrices, habilidades básicas: saltar y trepar, infancia preescolar, Primera infancia

Summary

The research deals with a proposal of games of movements to favor the development of the basic motor skills of: jumping and climbing in the children of preschool childhood, for the same the needs and potentialities of the infants with regard to These skills have been detected in the initial diagnosis and this corroborates the identified scientific problem. A systematization of theoretical and methodological foundations is carried out. Methods of the theoretical and empirical level were used. A novel proposal is applied, feasible in other contexts and organizational forms of the process for this

level of education; with the use of teaching resources within the reach of all the agents and agencies in charge of taking the integral formation of Early Childhood.

Keywords. Movement game, motor skills development, basic skills: jumping and climbing, preschool childhood, early childhood

Fundamentos teóricos que sustentan el desarrollo integral de los niños y las niñas en la infancia preescolar

La Primera Infancia tiene como fin lograr el máximo desarrollo integral posible de los niños y niñas de 0 a 6 años. Esta es la etapa principal para la transformación del niño pues pasa de un ser indefenso e incapaz de valerse por sí mismo a un estado mayor de independencia. Esto es logrado con la aplicación de influencias y estrategias pedagógicas, organizadas y bien estructuradas, dirigidas a desarrollar distintas esferas de la vida del niño.

Es una etapa de adquisición de habilidades motrices básicas como caminar, correr, saltar, escalar, trepar, cuadrupedia, reptar, lanzar y capturar. Estas aparecen por la maduración biológica y por la actividad práctica del niño en el medio que lo rodea.

En el programa educativo para la infancia preescolar existen diferentes áreas del desarrollo entre las que encontramos la de Educación Física la cual se caracteriza por la realización sistemática de acciones motrices variadas y combinadas, en el marco de una situación lúdica según el conocimiento que el niño posee de su cuerpo, del espacio y el tiempo. La Educación Física como objetivos fundamentales en la infancia preescolar se propone que los niños ejecuten variadas acciones motrices donde demuestren flexibilidad y un desarrollo de las capacidades coordinativas en general; además manifiesten una buena postura, por lo que es importante que los docentes tengan una preparación óptima que les permita tener un diagnóstico y caracterización de cada niño, lo que asegura dirigir con creatividad y enfoque desarrollador las actividades educativas de carácter individual y grupal. Conocer las particularidades del desarrollo motor del niño en cada grupo de edad, constituye un indicador fundamental que facilita a los educadores y familia al contar con una guía para la acción educativa y así promover las condiciones idóneas para el desarrollo integral de los pequeños.

Múltiples han sido las definiciones acerca de las habilidades, estas varían de acuerdo al criterio de los autores, pero si analizamos su etimología, estos coinciden en que las habilidades son:

- Capacidad para algo; estar apto para una cosa " (Diccionario de la Lengua Española, Océano Práctico, Pág. 395)

- "La habilidad es la manifestación externa de la capacidad de aprovechar los datos, los conocimientos, los hábitos adquiridos, operar con ellos para la explicación de las propiedades de las cosas y la resolución exitosa de determinadas tareas prácticas " (A. V. Petrovsky Psicología pedagógica y de las edades p-330)

- "Las habilidades son elementos de la actividad del hombre y es la posibilidad de cumplimentar una actividad con efectividad en correspondencia con los objetivos y las condiciones en las cuales esta transcurre, todo lo cual se traduce en resultados cada vez más efectivos." (Alejandro López Teoría y metodología de la educación física)

Ariel Ruiz Aguilera refiere A. V. Petrovsky al referirse a las habilidades motrices como expresa que " las manifestaciones externas de la capacidad de aprovechar los datos, los conocimientos, los hábitos adquiridos, operar con ellos para la explicación de las propiedades de las cosas y la resolución exitosa de determinada tarea teórica o práctica ". (Ruiz Aguilera Ariel y otros. En Metodología de la Enseñanza de la Educación Física, Tomo I. La Habana. Ed. Pueblo y Educación. 1981, p. 88.)

La autora comparte criterio con los autores, por ser la infancia preescolar, con énfasis cuarto año de vida, caracterizada por los grandes cambios en el desarrollo motor, es una etapa de adquisición de habilidades motrices básicas como: caminar, correr, saltar, escalar, trepar, cuadrupedia, reptar, lanzar y capturar. Estas aparecen por la maduración biológica y por la actividad práctica del niño en el medio que lo rodea.

Agrego Estrada Ofelia refiere sobre las habilidades motrices en particular caracteriza a: Saltar y Trepar de la manera siguiente:

Saltar:“Comprende un grupo de ejercicios de coordinación dinámica por cuanto hay que vencer distancias en sentido vertical y horizontal. Se ha demostrado el desarrollo de los saltos relacionados con otros movimientos como la cuadrupedia y la carrera, las cuales contribuyen a la coordinación de brazos y piernas. Se caracteriza por estar presente una fase de vuelo y una caída con cierta amortiguación. Se realizan saltos hacia abajo desde pequeñas alturas, saltos de longitud, con y sin carrera de impulso, saltando obstáculos, entre otros.

Trepar: “Se efectúa al principio en la posición de gatear, con la diferencia de que los brazos sostienen y arrastran el cuerpo, el niño supera dificultades y obstáculos al subir y bajar a pequeñas alturas, coordinando los movimientos de los brazos, las piernas o el tronco. En plano horizontal lo realizan sobre bancos, cajones y otros medios creados por la educadora, e le plano vertical se pueden suspender con apoyo y balancearse si es sobre una cuerda”.(Lecturas de Educación Física Preescolar. Pág24.)

La autora de esta investigación asume las definiciones de saltar y trepar dada por la autora antes referenciada ya que el desarrollo físico de los niños está relacionado con el proceso intenso de crecimiento y desarrollo de las diferentes estructuras y tejidos, constituye, de hecho, un indicador para la evaluación de las distintas etapas de la vida. Además En el esqueleto del niño aún queda mucho tejido cartilaginoso lo que facilita el crecimiento, más si consideramos que a partir de los tres años el crecimiento se hace más lento por lo que la mayoría de los ejercicios deben contribuir al mismo proporcionando estiramientos, movilidad y la ejecución de movimientos compensatorios.

Estudios médicos plantean evitar la ejecución de ejercicios de la cabeza en forma rápida debido a la coordinación que requieren estos y que no poseen los niños a estas edades pudiendo afectar en su ejecución descoordinado las vértebras cervicales de la columna vertebral. Estos ejercicios de círculos en otras partes del cuerpo, como los brazos, el tronco, no deben ser realizados por los niños de forma rápida y brusca pues de la misma forma pueden afectarse las articulaciones escapulo humeral y coxofemoral.

Hasta los cinco años solo una parte de los huesos de la muñeca de las manos y de la planta de los pies continua con predominio de tejido cartilaginoso por lo que deben realizarse con mucho cuidado ejercicios como trepar, golpear pelotas, saltos y otros donde intervienen fundamentalmente las manos y los pies.

Durante la ejecución de ejercicios como los que hemos señalado debemos considerar que sobre todo en los movimientos de las manos además del predominio del tejido cartilaginoso, incide también en la dirección de los movimientos la maduración del sistema nervioso central requiriéndose de un trabajo diferenciado que se realiza en el cerebro. Por esto en la edad preescolar se dedica gran atención al trabajo de los pequeños músculos de las manos (motricidad fina) ya que hasta los cinco años, el cerebro del niño aún no ha alcanzado toda su maduración. De acuerdo a esto es importante incorporar ejercicios no solo para los pies sino también para los dedos de las manos.

En cuanto a los pies, base de sustentación tan importante del ser humano se recomienda evitar posiciones mantenidas (equilibrio estático) o saltar en un solo pie donde el peso del cuerpo recae en la planta de los pies. Deben variarse las posiciones iniciales, buscando una influencia más directa en los diferentes planos musculares y estructuras articulares de donde parten los movimientos. La variación de las posiciones iniciales para realizar los ejercicios: de pie, sentados, acostados, en cuatro puntos de apoyo y en cuclillas. Los mismos contribuyen a la buena postura, por la compensación de la carga física que se ejerce en cada plano muscular.

El conocimiento del desarrollo de las funciones de la actividad nerviosa superior de los niños nos permite también dirigir consecuentemente los movimientos. Los reflejos condicionados hasta la edad de tres años no son suficientemente sólidos, por las muchas habilidades desarrolladas durante la edad temprana, de no ser afianzadas en la edad preescolar, pueden extinguirse con facilidad.

Diversos factores inciden en la formación de los reflejos condicionados. Aunque durante los primeros tres años se incrementa la capacidad de desarrollo del sistema nervioso en comparación con los niños de 4 y 5 años esta capacidad sigue siendo baja. Este factor debe considerarse para evitar que los niños lleguen a la fatiga.

También puede manifestarse cierto estado de inhibición cuando no se considera el tiempo de duración de la actividad en correspondencia de la edad del niño, la cantidad de ejercicios y sus repeticiones, pues si los pequeños son sometidos a un ejercicio prolongado se produce el cansancio y se producen reacciones de inhibición, exigir al niño la realización rápida de un ejercicio y el cambio brusco de un

movimiento al otro, además de fatigarlo, hace que pierdan el interés por la actividad que están realizando.

Considerando lo anterior debemos crear condiciones para la concentración del niño durante la actividad, procurando un lugar tranquilo sin estímulos externos (otros juguetes u objetos que no sean de la actividad) y los que corresponden a la misma colocarlos en el área discretamente, ejemplo, si son pelotas, cintas, banderitas, colocarlos en una caja o cesta.

El estímulo principal para lograr la atención de los niños en la ejecución de los movimientos, debe ser utilizando la fantasía de los pequeños y también cuando logramos que los niños comprendan lo que están haciendo. A partir de los tres años, el papel predominante que desempeña el primer sistema de señales va dando paso al segundo sistema, los estímulos del niño ya no solo responden a imágenes concretas sino a la palabra, lo que permite una participación mucho más activa del pensamiento del niño en las acciones que realiza, lográndose un mayor desarrollo intelectual.

Por tal motivo en estas edades se hace necesario no abusar tanto del modelo del adulto mediante las demostraciones, es mucho más factible dirigir los ejercicios mediante indicaciones verbales y rítmicos. Indicar siempre al niño la ejecución del movimiento conjuntamente con el adulto lo obliga a reproducir el mismo tal y como se le brinda, sin que tenga que esforzarse mentalmente en la acción que realiza.

Cuando el niño ejecuta el movimiento mediante una indicación verbal o acompañado por el ritmo tiene más posibilidades de ubicarse en el espacio e identificar las partes o segmentos de su cuerpo que intervienen en la acción, lo que activa y desarrolla su pensamiento, aumentando la esfera del conocimiento.

A medida que el niño aprende las acciones, las ejecuta repetidas veces, en esta repetición hay que evitar el peligro de la monotonía en el niño y la automatización mecánica de la acción. Durante las repeticiones debe cambiarse la situación a fin de diversificar la adquisición de la acción. De esta forma el estereotipo dinámico se llega a adquirir mediante el ejercicio de nuevas y originales respuestas, que surgen de la participación de gran número de conexiones nerviosas, permitiendo una capacidad de adaptación y las condiciones cambiantes.

La calidad de la ejecución de un movimiento no se refiere a realizar el mismo con una exigencia técnica, sino que al ejecutarlos se proteja y cuide el plano muscular donde está incidiendo el ejercicio y es aquí donde el adulto debe desempeñar un importante papel orientador. Ejemplo: al ejecutar los saltos desde alturas, indicarles a los niños cómo caer para no dañar la planta de los pies, y al realizar giros y vueltas con el cuerpo proteger la columna vertebral.

Cuando los ejercicios físicos se realizan combinando la dirección pedagógica con la ejecución independiente del niño, sin caer en uno u otro extremo, se logra una actividad más agradable y desarrolladora para los pequeños. La actividad motriz con este enfoque, estimula la iniciativa del niño, llevándolo a vivir situaciones que le plantean diferentes problemas de movimientos y que él sea capaz de resolver cuando ya posee una adecuada experiencia motriz.

Desarrollo de las habilidades motrices de la Educación Física en los niños de la infancia preescolar El desarrollo de habilidades que tiene lugar en la infancia, es la base de lo que guía el proceso educativo, forma parte del proceso total del desarrollo humano, se define como cambios producidos con el tiempo en la conducta motora que reflejan la intención del organismo humano con el medio.

Como se puede analizar en las definiciones analizadas, se revelan términos asociados a la realización exitosa de determinadas acciones prácticas del hombre, lo que se vincula directamente a lo que se aspira lograr, al desarrollar las habilidades motrices básicas y capacidades motrices básicas en los niños .

Las habilidades motrices básicas son aquellas como caminar, correr ,saltar, lanzar y atrapar, cuadrupedia, rodar, trepar , escalar, reptar y golpear, que el niño desarrolla desde los primeros años de su infancia y es a través de la estimulación de la familia y los agentes educativos que se consolidan y perfeccionan los movimientos, los juegos y otras formas de organización de la educación física.

Dentro del programa educativo de la Educación Preescolar del tercer ciclo están los contenidos en el área de la Educación Física en los que se le brinda tratamiento a las diferentes habilidades motrices que contribuyen a favorecer y mantener la salud de los niños:

Saltar

El salto debe ejecutarse con la parte anterior de los pies, caída con semiflexión de las piernas y sobre una superficie suave. Se caracteriza por estar presente una fase de vuelo.

El salto con las dos piernas en esta edad permite la variabilidad de acciones pudiendo realizarse hacia diferentes direcciones: al frente, atrás y lateral, utilizando partes del cuerpo como punto de referencia: brazo al frente, salto al frente; también diferentes medios como: cuerdas, periódicos, pequeños objetos, marcas en el piso, bastones, cintas, aros y llevando objetos en las manos, entre las piernas, introduciéndose en sacos. Otra variante es dar varios saltos seguidos delimitados por los medios antes mencionados.

Se pueden realizar saltos con ambas piernas, tanto individual como en parejas. Los saltos en parejas se ejecutan coordinando el movimiento entre los participantes, por encima de las extremidades de un niño que permanece sentado o acostado, con piernas unidas o separadas y brazos separados. Utilizando o cuerda o línea larga se realizan saltos laterales con desplazamientos al frente o atrás (zig-zag sobre una cuerda o línea).

El salto de profundidad puede realizarse individual, en parejas o pequeños grupos y se ejecuta de frente con las dos piernas individuales, en parejas y se efectúa de frente. La altura será de 30cm aproximadamente. Se pueden representar animales, objetos; también se puede hacer desde diferentes lugares (muros, bancos, obstáculos, altura, etcétera) que los niños tendrán la posibilidad de elegir. Es importante enfatizar que la caída debe realizarse con semiflexión de piernas y en una superficie suave.

En el salto hacia una altura, se emplean colchones, tapa de cajón, muros, pudiéndose apoyar o no las manos. La altura propuesta es de 10 cm. aproximadamente. Saltar obstáculos a una altura se realiza al frente, pudiendo utilizarse cuerdas atadas, bloques, saltímetros u otros materiales que selecciona o crea el adulto. La altura será de 20 cm aproximadamente y en este año de vida se ejercitará sin carrera de impulso.

Al ejecutar los saltos con una pierna debe iniciarse en el lugar y posteriormente introducir los desplazamientos al frente y lateral.

Los niños pueden saltar en parejas, con una mano en el hombro del compañero desplazándose o girando (ambos). Se combinan saltos con una y dos piernas, marcando en el piso el lugar de apoyo de los dos pies y de uno alternadamente, como si fuera un camino. Es importante alternar el salto con una y otra pierna.

El adulto al combinar con otras habilidades y otros elementos, colabora con el niño en la colocación de tacos de madera (20 cm. de altura) o saquitos rellenos con arena por el área, y lo motiva a pasar sobre ellos (de uno a otro), logrando llegar lo más lejos posible sin caerse, puede con los mismos materiales, caminar en desnivel, un pie sobre los tacos o saquitos y otro en el suelo y combinar la habilidad de caminar con la de saltarlos tacos de un determinado color, forma, etc.

Se le invita al niño a saltar desde un muro o banco, para caer dentro de un aro, con el que juega a pasarlo hacia arriba y hacia abajo (tratando de darle giros con el cuerpo), lo mismo puede hacer con un brazo y el otro, con un pie y el otro, saltar desplazándose (sustituyendo el aro como suiza).

Con dos cuerdas o líneas pintadas en el piso con tiza se marca un ancho río y, en medio, se distribuyen tacos de madera. Para no mojarnos, solo se pueden pisar los tacos. Para hacer la actividad más compleja invitar a los niños a regresar a la orilla sin girar (de espalda). Tratar de llegar a la otra orilla saltando, anticipando una carrera de impulso.

Trepar

Se efectúa al principio en la posición de gatear, con la diferencia de que los brazos sostienen y arrastran el cuerpo, el niño supera dificultades y obstáculos al subir y bajar a pequeñas alturas, coordinando los movimientos de los brazos, las piernas o el tronco.

Al trepar por un plano horizontal, el obstáculo debe tener la altura aproximada de la cadera del niño, para que en la realización del movimiento emplee las manos, el apoyo del tronco y de los pies en el medio utilizado. Puede emplear el cajón sueco con las secciones que corresponda para cumplir el requisito para la ejecución de la habilidad, barriles u otros creados por el adulto. La altura oscila desde 40 cm hasta 50 cm. El descenso se realiza a la inversa colocando primeramente los pies. Esta habilidad desarrolla la coordinación, el equilibrio y la adaptación y cambios motrices.

Las cuerdas que se usen para trepar en un plano vertical, deben tener nudos de 20 cm de separación y estarán tensas; del primer nudo al piso debe haber una altura aproximada de 15-20 cm. La altura máxima será de 2m. En ocasiones, los niños pueden suspenderse con apoyo y balancearse si la trepa

se realiza en una cuerda. La educadora disminuye el nivel de ayuda, velando porque el niño intente hacerlo solo, alternando el agarre de las manos para contribuir al desarrollo de la coordinación de los movimientos.

Otros contenidos que aparecen, son los desplazamientos y los ejercicios de desarrollo físico general, que al impartirlos anteceden a las habilidades, pues su propósito está bien definido y se expresa a continuación: círculos, como el globo, la pelota y otros objetos creados por los agentes educativos. Todo lo anterior lo realizarán por indicaciones verbales y diferentes formas de motivación.

Juegos de movimientos para contribuir al tratamiento de las habilidades saltar y trepar en los niños de la infancia preescolar

La propuesta son diferentes juegos de movimientos los cuales provocan diversas sensaciones en los participantes y, a la vez, propician el desarrollo de diferentes procesos psíquicos, entre ellos las percepciones, las sensaciones, la imaginación, la atención, el pensamiento, la voluntad, los sentimientos, el carácter y el temperamento. Promueven el desarrollo de hábitos y capacidades motrices, de cualidades morales y volitivas como la voluntad, el valor, la perseverancia, la ayuda mutua, la disciplina, el colectivismo, etc.

La actividad desplegada en los juegos de movimientos mejora la capacidad física general de los niños, lo que significa que estos juegos influyen favorablemente en el desarrollo complejo del organismo y activan todos los procesos biológicos y fisiológicos entre ellos. Influyen también en el metabolismo, lo que constituye un factor favorable para el estado de salud y el crecimiento normal del niño. Los juegos motores crean las condiciones de actividades generales y multifacética, al tener un carácter activo, en lugar de pasivo o contemplativo.

Desde el punto de vista afectivo suscita excitación, alegría, libertad de acción y elección, disposición y motivación ; en lo motor, asegura una participación activa del niño, que implica un mejor desarrollo de las habilidades motrices básicas y capacidades físicas, en lo cognitivo favorece la adquisición de conocimientos, la concentración de la atención y la activación del pensamiento; en lo social promueve la relación con otros, la interacción constante y la comunicación, posibilitara la adquisición de patrones morales de comportamiento.

Según V.I. LOGUINOVA en el (1990) define a los juegos de movimientos como “un conjunto de movimientos de diferentes tipos, los cuales en su mayoría están relacionados con los músculos, las articulaciones, que le permiten el desarrollo físico de los niños.

Las autoras de esta investigación comparten el criterios antes referenciado por considerar que los juegos de movimiento son ejercicios físicos realizados de manera lúdica que desarrolla y perfecciona las habilidades motrices básicas como correr, saltar, atrapar, lanzar, cuadrupedia, reftar, escalar, entre otras y las capacidades coordinativas como el equilibrio, reacción coordinación, anticipación, orientación espacial, regulación de los movimientos, entre otras.

Por otro lado estos tipos de juego contribuyen al perfeccionamiento de los movimientos de los niños, tienen un fin educativo, aprenden a jugar en grupos, a observar reglas, a moverse en el espacio, a no molestar a los demás y a actuar en colectivo. Los pequeños tienen la posibilidad de unirse por sí solos para realizar sus juegos independientes.

La propuesta de los juegos de movimientos tiene como centro al niño por ser el centro del proceso educativo. Tiene como objetivo general contribuir al desarrollo de las habilidades de saltar y trepar.

En los juegos de movimiento se ejercitan las acciones motrices aprendidas, se contribuye a sentar las bases para el desarrollo de determinadas cualidades de la personalidad, por sus características mantienen la motivación para realizar las actividades físicas.

Las repeticiones del juego dependen de su dinamismo, contenido y carga física a que es sometido el niño.

A partir de los juegos originales la educadora puede elaborar variantes manteniendo el objetivo del juego (acción principal) o crear algunos, teniendo en cuenta las características de los niños. Se elaboran modificando las posiciones iniciales, la forma de ejecutar la acción, los medios de enseñanza, la distribución de roles principales, las formaciones y reglas de juego. El educador puede seleccionar juegos de otros textos o variarlos ajustándolos a las características de los niños, contenidos y objetivos del programa. Los juegos no deben tener un marcado carácter competitivo, ni eliminar niños de la actividad.

Las posiciones iniciales en el juego cambian desde la posición de pie, sentado, acostado, en cuadrupedia, cuclillas. Lógicamente este tipo de variación se podrá ejecutar de acuerdo a la organización del juego que se va a desarrollar.

Los juegos de movimiento representan un factor importante para la personalidad del niño y el desarrollo de las habilidades y capacidades que se manifiestan en él, por ello se consideran los siguientes elementos en su planificación:

- El juego seleccionado incluye actividades múltiples con posibilidades de opción individual.
- Los niños toman por sí solos los materiales.
- Juegan con los materiales y hacen varias acciones.
- Permiten que las variantes propuestas sean realizadas por los niños.

Los juegos de movimientos tiene como característica esencial el hecho que no necesitan un largo tiempo de preparación y generalmente después de una breve explicación y demostración pueden realizarse sin dificultad. Constituye como actividad un elemento de regulación y compensación de la energía potencial del niño, un medio esencial de las estructuras del pensamiento, que influye notablemente en la formación de la personalidad. Se establece un ambiente de alegría y optimismo esenciales para un desarrollo físico sano.

Influye positivamente en la postura física y fortalecer el organismo infantil. Los niños ganan en destreza, resistencia y agilidad y aprenden a reaccionar con rapidez.

A continuación se ofrecen algunos juegos de movimiento para ejecutar con los niños:

Las repeticiones de cada juego las determina la educadora considerando el estado general de los niños.

Juego de movimiento 1.

Tema: Marina la ranita saltarina.

Objetivo: Favorecer el desarrollo de la habilidad saltar de los niños de la infancia preescolar, potenciando el salto con la parte anterior de los pies, caída con semiflexión de las piernas y sobre una superficie suave.

Materiales: Aros de diferentes colores y manilla.

Formas de ejecutar la acción: Realizar saltos al frente, atrás, lateral con amplitud.

Reglas del juego. Estar atento a la orden del educador, adulto para no equivocarse del salto a ejecutar.

Desarrollo: Los niños estarán dispersos y cada uno con manillas de diferentes colores, a la orden ¡Ranitas vamos a pasear! Los niños se desplazaran saltando como la ranitas, hasta llegar al aro según el color que les corresponda, igual al de la manilla, al llegarse saltaran dentro del aro. La segunda repetición se hará diferente, saltando de espalda hacia atrás, al lateral.

Recomendaciones metodológicas: Los juegos pueden ser aplicados en cualquier forma organizativa del proceso, insertarse en la actividad motriz independiente y los juegos de roles motivando a las niñas y los niños para su participación activa y espontánea.

Juego de movimiento 2.

Tema: El salto musical.

Objetivo: Favorecer el desarrollo de la habilidad saltar de los niños de la infancia preescolar, potenciando el oído musical.

Materiales: Instrumento musical (pandereta, sonajero, claves) y tizas roja y azul.

Formas de ejecutar la acción: Realizar saltos pequeños y grandes teniendo en cuenta la intensidad del instrumento musical y la cantidad de veces que se toque.

Reglas del juego: El niño que confunde el sonido-salto regresa a la línea de salida. Gana el que primero llegue y no se confunda.

Desarrollo: Se traza una línea de salida de color azul y una de color rojo en la de llegada a una distancia de 6 m aproximadamente. Los niños se colocan uno al lado del otro en la línea de salida. La educadora indica cómo realizar el salto (cantidad y características del salto), por ejemplo: si da dos golpes fuertes con las claves se realizan dos saltos grandes al frente, dos golpes suaves y uno fuerte: dos saltos pequeños y uno grande; agita la pandereta: saltos con giro en el lugar

Recomendaciones metodológicas: Debe iniciarse el juego con formas más sencillas para preparar y concentrar a los niños.

Juego de Movimiento 3.

Tema: Alcanza las estrellas de colores

Objetivo: Favorecer la habilidad trepar por un plano vertical para aumentar la fuerza de brazo que sostienen y arrastran el cuerpo.

Materiales: Cuerda de 3 metros con nudos de separación de 20 cm, siluetas de estrellas de cartón de diferentes colores.

Formas de ejecutar la acción: Realizar la trepa con seguridad y rapidez para alcanzar las estrellas.
Reglas del juego: Los niños al trepar tratan de tocar o soplar una estrella., gana el niño que lo logre.

Desarrollo: Se organizan los niños uno detrás del otro a los que se les ha dado la tarea de atrapar o soplar una estrellas, lo harán trepando por una soga que estará colgada a una altura de 3 metros. Se velará en la coordinación de los brazos y las piernas.

Recomendaciones metodológicas: La educadora disminuye el nivel de ayuda, velando porque el niño intente hacerlo solo, alternando el agarre de las manos para contribuir al desarrollo de la coordinación de los movimientos. En caso necesario se ayudaran a los niños a trepar.

Juego de Movimiento 4.

Tema: A llenar la cesta de frutas.

Objetivo: Trepas por un plano horizontal favoreciendo el desarrollo de la la coordinación, el equilibrio y la adaptación a cambios motrices.

Materiales: Cesta, frutas, cajones, barriles o mesas.

Formas de ejecutar la acción: Realizar la trepa con rapidez y destreza para alcanzar las frutas.

Reglas del juego: Los niños trepan y toman una fruta y descienden saltando. El primer equipo que obtenga todas las frutas gana.

Desarrollo: Se hacen dos equipos y los primeros niños a la orden de la educadora ¡A recoger las frutas! Los niños salen corriendo y trepan a las mesas o cajones, toman una fruta y descienden, una vez en el piso corren a colocar la fruta obtenida en una cesta que se encontrará a 6 metros de distancia aproximadamente. Luego salen los otros niños y repiten el procedimiento.

Recomendaciones metodológicas: La altura oscila desde 40 cm hasta 50 cm. El descenso se realiza a la inversa colocando primeramente los pies.

Juego de Movimiento 5.

Tema: Saltando las pelotas de colores

Objetivo: Favorecer el desarrollo de la habilidad saltar de los niños del cuarto año de vida, potenciando el salto con las dos piernas.

Materiales: Tizas de colores, objetos pequeños.

Formas de ejecutar la acción: Realizar saltos

Reglas del juego: Los niños saltan los objetos con las dos piernas, sin abrirla y gana el equipo que primero llegue a la línea de llegada.

Desarrollo: Se forman varios equipos que estarán formados en hileras con igual cantidad de niños, los mismos estarán situados detrás de la línea de salida; frente a esta a una distancia de 6 metros estará trazada la línea de llegada. Los niños saltaran pequeños objetos de una altura de 15 cm y 20 cm aproximadamente que estarán distribuidos por el área. A la orden de la educadora, ¡A saltar las pelotas!

Recomendaciones metodológicas: Este juego puede modificarse la acción, realizando el salto de diferentes formas, unas veces entre aros, otras por líneas o cuerdas, saltándolas en zig-zag o saltando hojas de papel, objetos planos y pequeños, con lo que se varían también los medios de enseñanza.

Juego de Movimiento 6.

Tema: Los conejitos recolectan zanahorias.

Objetivo: Desarrollar las habilidades saltar y trepar en los niños del cuarto año de vida. Potenciar la adaptación a cambios motrices

Materiales: Zanahorias, tizas de colores.

Formas de ejecutar la acción: Realizar el salto y la trepa con rapidez y destreza para recolectar las zanahorias.

Reglas del juego: Saltar y trepar a la orden de la educadora ejecutando los movimientos correctamente para recolectar las zanahorias.

Desarrollo: Se traza una línea de salida y a la señal de mamá coneja (educadora), un conejito (niño) salta hasta donde se encuentran las mesas luego tendrá que trepar para alcanzar un de las zanahorias y retorna a la línea de salida, al llegar sale el otro conejo.

Recomendaciones metodológicas: Puede realizarse el juego organizando los niños en equipos insistiendo siempre que realicen la ejecución correcta de las habilidades.

Bibliografía

Agrego Estrada, ofelia (2013) Lecturas de educación física preescolar y su didáctica. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.

COLECTIVO DE AUTORES (1990) Antecedentes históricos de la Educación Preescolar en Cuba. El kindergarten. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.

CUBA MINISTERIO DE EDUCACIÓN (1995) En torno al programa de Educación Preescolar. Ed. Pueblo y Educación. La Habana

CUBA MINISTERIO DE EDUCACIÓN (1998) Educación Preescolar: Programa Tercer Ciclo. Primera Parte. Ed. Pueblo y Educación. La Habana

CUBA MINISTERIO DE EDUCACIÓN (1998) Educación Preescolar: Programa Tercer Ciclo. Segunda Parte. Ed. Pueblo y Educación. La Habana

CUBA MINISTERIO DE EDUCACIÓN (2008) CDRUM de la carrera de Educación Preescolar. Ed. Pueblo y Educación. La Habana:

FRANCO GARCÍA, OLGA (2013) Lecturas sobre el juego en la primera infancia. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.

FRANCO GARCÍA, OLGA (2006). Lecturas para Educadores Preescolares II. La Habana, Editorial Pueblo y Educación. La Habana

GARCÍA BATISTA, GILBERTO. Compendio de Pedagogía.: Ed. Pueblo y Educación,. La Habana

GONZÁLEZ MAURA VIVIANA. (2001) Psicología para educadores. Ed. pueblo y educación. La Habana.

GARCIA HERNÁNDEZ, MARITZA. (2009). Alternativa metodológica para favorecer la flexibilidad en las niñas y los niños del grado preescolar. Tesis en opción al título Máster en ciencias de la Educación. Las Tunas. Cuba.

RUIZ AGUILERA, ARIEL Y OTOS (1981) Metodología de la Enseñanza de la Educación Física Tomo I. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.

Síntesis curricular

1. Lianet Toral Rondón. Estudiante de 5to año de la carrera de Educación Preescolar. Alumna ayudante. Ha participado en eventos nacionales e internacionales. Tiene publicaciones en CDRUM
2. Leydis Mariam Batista García. Estudiante del 2do año de la carrera de medicina. Alumna ayudante de la especialidad de Anestesia y reanimación. Ha participado en eventos nacionales e internacionales. Tiene publicaciones en revista Eumed. Net. En Editorial española académica.
3. Maritza García Hernández Licenciada en Educación en la especialidad: Educación Preescolar en 1995. MS. c en Ciencias de la Educación. Profesora de la Universidad de Las Tunas de la Facultad Ciencias de la Educación del departamento Educación Infantil, jefe de departamento de Educación infantil con las carreras de Preescolar y Primaria. Obtuvo la categoría de Profesor Auxiliar en el 2015. Ha participado en varios eventos nacionales e internacionales. Tiene publicaciones en revistas indexadas como: Dilemas Contemporáneos, Red Iberoamericana de Pedagogía-REDIPE, Eumed. Net. En la Editorial española académica. Es profesora de las didácticas particulares en la en la Carrera Licenciatura en Educación Preescolar

