



ALTERNATIVA METODOLÓGICA PARA FAVORECER LA FLEXIBILIDAD EN LOS NIÑOS DE LA INFANCIA PREESCOLAR

METHODOLOGICAL ALTERNATIVE TO PROMOTE FLEXIBILITY IN CHILDREN OF EARLY
CHILDHOOD

Autores: MSc. Maritza García Hernández.

Profesor Auxiliar. Facultad de Ciencias de la Educación.

Universidad de Las Tunas. (mgarcia@ult.edu.cu)¹

Leydi Mariam Batista García.

Estudiante 2do año de Medicina ²

Facultad de Medicina "Dr. Zoilo Enrique Marinello Vidaurreta" (leydimariam@ gmail.com)

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Maritza García Hernández y Leydi Mariam Batista García (2018): "Alternativa metodológica para favorecer la flexibilidad en los niños de la infancia preescolar", Revista Caribeña de Ciencias Sociales (marzo 2018). En línea:
[//www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/flexibilidad-infancia-preescolar.html](http://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/flexibilidad-infancia-preescolar.html)

RESUMEN

El artículo ofrece una alternativa metodológica dirigida a favorecer el desarrollo de la flexibilidad en los niños de la infancia preescolar. La investigación contiene una sistematización teórico - práctica sobre las capacidades físicas con el empleo de métodos del nivel teórico y empírico y la propuesta de solución, con el diseño e instrumentación de diferentes talleres metodológicos, actividades demostrativas, con un enfoque desarrollador, así como la utilización de técnicas participativas, medios de enseñanza novedoso, factible en otros contextos y formas organizativas del proceso. Se ofrece una valoración sobre el estado alcanzado en el proceso de implementación y la bibliografía.

Palabras claves: alternativa metodológica, flexibilidad, infancia preescolar

SUMMARY

The article offers a methodological alternative aimed at favoring the development of flexibility in early childhood children. The research contains a theoretical-practical systematization of physical abilities with the use of theoretical and empirical methods and the proposed solution, with the design and implementation of different methodological workshops, demonstrative and open activities with a developer focus and with the use of participatory techniques, means of novel teaching, feasible in other contexts and organizational forms of the process. An assessment is offered about the status reached in the implementation process and the conclusions are presented, bibliography.

Keywords: methodological alternative, flexibility, early childhood

Fundamentos teóricos que sustentan el desarrollo físico de los niños de la infancia preescolar.

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. Franklin Martínez (2004) define al crecimiento como el aumento del número de células, del tamaño de estas y el incremento de la sustancia intercelular.

Por otra parte, el desarrollo es la diferenciación celular traducida en el perfeccionamiento de la capacidad funcional y constituye un proceso de maduración progresivo de estructuras y funciones asociadas con el cambio de tamaño.

El crecimiento y el desarrollo no se producen independientemente uno del otro, sino representan una diversidad y continuidad de interacciones entre la herencia y el ambiente. El organismo infantil se diferencia del de los adultos fundamentalmente por las características morfológicas y funcionales de los órganos y tejidos, por un estado ininterrumpido de crecimiento y desarrollo y por presentar una capacidad propia de reaccionar frente a estímulos del medio ambiente.

Existe, además, una característica inherente al desarrollo que viene dado por las diferentes velocidades de cambios, relacionadas con lo que se conoce como gradiente de desarrollo. Este se produce en el sentido céfalo-caudal y próximo-distal.

En el esqueleto de los niños 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, por ejemplo, lanzar hacia delante y después lanzar hacia detrás.

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 escápulo 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 aun 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 rítmicas. 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 de la niña y el 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 de la niña y el 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.

En cuanto al sistema osteomioarticular en estas edades el sistema sufre, igualmente sustanciales modificaciones. Los huesos aumentan sus dimensiones y modifican su estructura interna. Se van

osificando los cartílagos y los tendones y los ligamentos tienen un desarrollo débil por lo que no resisten una tensión considerable. La osificación de los huesos que conforman la columna vertebral no es completa, lo que permite un alto grado de plasticidad, pero también el riesgo de deformaciones por posiciones inadecuadas o viciosas en las actividades que realiza, la postura o durante la marcha.

En el sistema hematopoyético el desarrollo de estos órganos y la proporción entre los elementos que forman la sangre están íntimamente relacionados con la dinámica del desarrollo del organismo infantil. Se produce después del nacimiento una disminución de la función eritroblástica de la médula ósea hasta los tres años de edad. En la edad preescolar las transformaciones del sistema endocrino se desarrollan de forma irregular. De manera general puede plantearse que el cerebro de la niña o el niño no manifiesta un alto nivel de especialización en relación con el desarrollo de las funciones nerviosas superiores.

En cuanto al sistema cardiovascular, el músculo cardíaco, también se encuentra bajo influencia del ininterrumpido proceso de crecimiento y desarrollo. Al aumentar su tamaño, recibe más cantidad de sangre. El músculo gana fuerza y resistencia, lo que se traduce en el aumento progresivo del volumen sistólico y el volumen minuto. Con la edad, aumenta la presión arterial, disminuye la labilidad del pulso, haciéndose más rítmico. La frecuencia cardíaca disminuye y se hace más estable.

En el sistema respiratorio, durante las primeras edades, se producen cambios morfológicos y funcionales debido al crecimiento, multiplicación y aumento de tamaño de las células y al desarrollo, diferenciación celular y adquisición de nuevas funciones, alcanzado por las diversas estructuras que conforman el sistema respiratorio.

El sistema nervioso central en la edad preescolar se encuentra en plena maduración, proceso intenso de crecimiento y diferenciación de las estructuras de la corteza. En estas circunstancias, el funcionamiento activo de los analizadores favorece el desarrollo de los niños, potenciado por la diversidad de estímulos internos y externos al que está sometido y que muchas veces se manifiesta por nuevas formas de conducta.

Los niños de la edad preescolar se caracterizan por un aumento de la fuerza muscular, mejor coordinación de los músculos superiores e inferiores, y con ello la estabilidad del cuerpo, a partir de los logros se perfeccionan los movimientos de las articulaciones de las manos y los dedos. Al final de esta etapa se deben de haber desarrollado las habilidades motoras, la flexibilidad, la fuerza y perfecciona las funciones de los distintos analizadores.

En esta etapa se consolidan los logros alcanzados en los distintos procesos cognoscitivos que han tenido lugar en esta etapa. Hay un mayor equilibrio entre lo afectivo motivacional y lo regulativo que empieza a manifestarse no solo en la actuación, sino también en inicio de regulación de sus propios procesos. Mayor ampliación de la interacción con el mundo social y natural que le rodea y las interrelaciones. La memoria básicamente es de carácter voluntario. El desarrollo de la imaginación voluntaria, al igual que las formas voluntarias de la atención y de la memoria, constituye una de las facetas del proceso general de formación de la regulación de la conducta del niño. El pensamiento lógico comienza a surgir a finales de la edad temprana, cuando empieza a formarse en el prender que un objeto puede ser representado por otro, por un dibujo una palabra. El juego sigue ocupando un lugar central en su vida, ya hay una proyección hacia el estudio como característica de la posición escolar que aspira.

El mantenimiento de la capacidad física flexibilidad en los niños en la infancia preescolar.

La capacidad física: flexibilidad no está agrupada dentro de las capacidades de las capacidades condicionales ni de las coordinativas, esto significa que la misma no depende de factores o índices bioenergéticos ni de procesos de regulación y dirección de los movimientos; esta capacidad dependerá fundamentalmente de las propiedades morfológicas del organismo, como son las estructuras articulares, elasticidad de los músculos, cartílagos y tendones.

La flexibilidad se define como la capacidad del organismo para manifestar su movilidad articular y elasticidad muscular. La primera depende de elementos articulares, entendiendo por tales; los cartílagos articulares, las cápsulas, ligamentos, meniscos y el líquido sinovial de realizar movimientos con una amplitud dada, según la exigencia del mismo; se manifiesta desde la más temprana edad, esto significa que su desarrollo debe ser considerado desde temprano, pues la misma tiende a desaparecer en carencia de actividad al avanzar la ontogénesis.

Por tal motivo las educadoras, las maestras y la familia deben aprovechar las posibilidades morfológicas de los niños desde temprana edad, como es la propiedad de elasticidad muscular y la

separación de las articulaciones en procesos de formación, para proponer ejercicios que tiendan al desarrollo de esta capacidad.

Es una capacidad de evolución, lo que significa que el niño nace disponiendo de una flexibilidad que paulatinamente va perdiendo, la ejercitación, en consecuencia, no se dirige a mejorar esta capacidad sino a mantener unos niveles óptimos, retrasando su pérdida. Los ejercicios que se ejecutan con los niños desde edad temprana están dirigidos por el adulto; por tal motivo, los mismos deben ser aplicados correctamente para no afectar la posibilidad articular en desarrollo.

Un ejemplo que demuestra esta afirmación: un bebé acostado de frente, estimularlo a que alcance un juguete que se agite al frente; elevar los brazos para alcanzarlo, se provoca un arqueamiento del tronco de la niña y el niño, facilitando la movilidad de las vértebras de la columna vertebral. Por lo que las docentes deben tener en cuenta una manipulación adecuada ante la realización de estos ejercicios físicos.

Ariel Ruiz Aguilera (1981), define a la capacidad física: flexibilidad o movilidad articular, como la capacidad que permite realizar movimiento de gran amplitud.

Por su parte Catalina González Rodríguez (1992), refiere que la flexibilidad física es una capacidad innata, nace con el individuo, permitiéndole realizar los movimientos con la mayor amplitud posible y que es la primera que desaparece.

Considerando las definiciones anteriores, la autora de esta investigación asume la dada por la autora antes referenciada, por coincidir que es una capacidad innata del ser humano permitiéndoles realizar los diferentes movimientos de los músculos, las articulaciones con elasticidad, holgura y amplitud que estos los requieran.

Los ejercicios que se realizan en el primer año de vida con los niños y la mayoría de los que se realizan en el segundo año, dependen por completo de la dirección de las educadoras, por tal motivo deben dirigirse correctamente para lograr mantener las posibilidades de amplitud de los movimientos articulares y la elasticidad de los músculos.

De igual manera en el segundo año de vida las niñas y los niños al realizar los diferentes ejercicios desde las posiciones de acostado frente al colchón y acostado atrás, agarrados del palo gimnástico realizan flexiones al frente, atrás y al lateral, tanto para los de brazos como los del tronco, también desde la posición anterior con el palo gimnástico en las plantas de los pies, realizar flexiones al frente y arriba que permitan el desarrollo de las habilidades motrices y favorece a la flexibilidad.

Ariel Ruiz Aguilera refiere a A. V. Petrovski para definir las habilidades motrices como 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.

La autora comparte criterio con los autores, por ser la etapa preescolar, caracterizada por los grandes cambios en el desarrollo motor. Es la etapa de la adquisición de las habilidades motrices básicas: caminar, correr, saltar, escalar, trepar, cuadrupedia, reptar, lanzar y capturar y que estas habilidades no sólo aparecen por efectos de maduración biológica, sino también de la actividad práctica del niño en el medio que le rodea.

Existen factores y tipos de flexibilidad que favorecen al mantenimiento de esta capacidad física ellos son:

Factores que condicionan la flexibilidad:

- **Movilidad articular:** es la característica de las articulaciones y viene referida a la amplitud de los movimientos que puede generarse en cada una de ellas.
- **Elasticidad muscular:** ya se ha comentado que uno de los factores básicos que influyen en mayor ganancia de flexibilidad es la permisibilidad por parte de la musculatura antagonista, en ese movimiento, de aumentar su longitud, si esto no sucediera, es decir, si este grupo no cediera y se alargara, la amplitud del movimiento se vería acortada.
- **La edad:** los niños son más elásticos que los adultos, y eso es debido fundamentalmente a que con los años hay pérdida progresiva de la capacidad de extensibilidad por cambios químicos y estructurales en los músculos y tendones.
- **El sexo:** las mujeres son más flexibles que los hombres, debido a la mayor elasticidad de los elementos de contención articular y menor desarrollo macular.

Tipos de flexibilidad:

Flexibilidad activa: cuando la amplitud del movimiento se consigue por la propia fuerza de los grupos musculares.

Flexibilidad pasiva: cuando la amplitud del movimiento se consigue por la propia acción muscular y la fuerza adicional de un agente externo. Es de mayor amplitud que la activa.

Dentro del programa educativo de la Educación Preescolar del cuarto ciclo los contenidos abordados en las diferentes habilidades motrices que contribuyen a favorecer y mantener la flexibilidad están:

Los desplazamientos de caminar, correr y saltar; los que se encuentran: llevando objetos de diferentes formas, en las diferentes partes del cuerpo; combinaciones entre las diferentes formas de desplazamiento, su organización, con otros elementos al detenerse como cuclillas, giros, dar palmadas; caminar en punta, talón y borde externo del pie.

Todas estas habilidades motrices antes mencionadas están estrechamente interrelacionadas entre sí y al mismo tiempo con las capacidades físicas; por lo que se hace necesario que se materialicen en la práctica su tratamiento adecuado en cada una de las actividades del proceso educativo.

Alternativa metodológica para contribuir a la preparación de las maestras en el tratamiento de la capacidad física flexibilidad en los niños de la infancia preescolar.

En la Primera infancia se aboga por elevar la efectividad del proceso educativo, para lograrlo se requiere de una constante preparación y auto preparación de todo el personal docente por las dificultades reveladas en la Educación Física en los últimos años y en los resultados obtenidos recientemente en el 2008 en los que motivaron a la elaboración de una alternativa metodológica.

Para poder implementar esta aspiración social se necesita conocer con profundidad las características de cada una de las que participan en la investigación; para lo cual se aplicó un diagnóstico integral que reveló la contradicción que existe entre el nivel ideal que se plantea en la formación y el nivel actual que se manifiesta en el desempeño profesional de las mismas, lo que permite conocer la situación de su práctica pedagógica en la dirección del proceso educativo en el círculo infantil y en el grado preescolar, para la estimulación de la capacidad física flexibilidad.

La alternativa metodológica de preparación tiene como centro al educador preescolar por ser rector del proceso educativo. Se sustenta en la teoría histórico-cultural de Vygotski, que da valor al hombre (maestras), por tener en cuenta sus necesidades, intereses, y potencialidades.

¿Qué se entiende por alternativa?

En el Diccionario Enciclopédico Grijalbo se define el término alternativa como la acción o el derecho que se tiene para hacer una cosa, es la opción entre dos cosas.

Según Gilberto Batista García (2002), alternativa metodológica es la opción entre dos o más variantes con que cuenta el subsistema dirigente, para trabajar con el subsistema dirigido partiendo de las características, posibilidades de estos y de su contexto.

La autora de esta investigación asume la misma, por la autora citada, por coincidir en que es una opción metodológica que se adopta para dar solución a las principales necesidades, particularidades específicas y potencialidades que poseen las maestras en el desarrollo del tratamiento a los contenidos de Educación Física para el desarrollo de las habilidades motrices básicas y la capacidad física flexibilidad en los niños del grado preescolar.

Como objetivo general de la alternativa metodológica se propone: contribuir a transformar los modos de operar, estilos de trabajo y de preparación de las docentes, para que eleven su nivel de superación y con ello favorecer la capacidad física flexibilidad de los niños de la primera infancia, en las diferentes áreas de desarrollo. Esta alternativa tiene como base las etapas fundamentales expuestas por el autor Gilberto Batista García, en el 2002.

I. Etapa preparatoria:

Objetivo: crear las condiciones materiales y pedagógicas adecuadas para el desarrollo de la alternativa metodológica de preparación de las maestras del grado preescolar.

Primera fase. Organización del sistema de actividades metodológicas.

- Los ponentes especialistas se seleccionarán entre las directoras, subdirectoras de centros infantiles, jefas de ciclos y metodólogas municipales.

- Las vías que se utilizarán son: talleres metodológicos, actividad demostrativa y la actividad abierta, en la etapa de desarrollo de la alternativa metodológica de preparación de las maestras del grado preescolar.
- Discusión y análisis del diagnóstico de las maestras.
- Determinación de los procedimientos en correspondencia con los temas de la estrategia de trabajo metodológico.

Segunda fase. Preparación de las actividades metodológicas.

- Discusión y análisis de talleres previamente preparados por los profesores.
- Concentración de la bibliografía disponible en centros previamente determinados.
- La preparación metodológica y la visita de ayuda metodológicas serán referentes permanentes para atender las diferencias individuales de las maestras.

II Etapa de desarrollo:

Objetivos: brindar vías y construir de conjunto la alternativa metodológica para la solución a los problemas que presentan las docentes para estimular el desarrollo de la flexibilidad física en los niños del grado preescolar y demostrar los procedimientos didácticos y metodológicos que les permitan, dirigir adecuadamente el proceso del desarrollo de la flexibilidad física.

Requisitos a tener en cuenta en el desarrollo de las acciones de la alternativa metodológica:

- Ser flexible.
- Partir de la diferenciación en el tratamiento de cada acción.
- Hacer encuadre permanente para mantener actualizado el diagnóstico de las educadoras, aplicar niveles de ayuda según las necesidades, recopilar los mejores trabajos para utilizarlos como material de consulta y punto de partida para el análisis y valoración de otras acciones.
- Colegiar las tareas previstas en cada acción de la alternativa metodológica con las maestras para ir rectificando en su conciencia el modo de actuar, trabajo con la capacidad física flexibilidad.
- Profundizar en los aspectos referidos a las habilidades motrices básicas y glosario de términos.

III. Etapa de evaluación.

Objetivos: valorar el proceso de aprendizaje y la calidad de su desempeño, a partir de la reflexión de su propia práctica pedagógica y valorar el nivel de efectividad de la aplicación de la alternativa metodológica a través de técnicas participativas.

- Nivel de participación de las maestras.
- Integración de los contenidos teóricos y prácticos.
- Calidad de las propuestas para dar solución a los problemas planteados.
- Para ser evaluado con la máxima calificación se considerarán los criterios siguientes:
 - Calidad de las intervenciones como ponente y oponente.
 - Vínculo con la práctica pedagógica.
 - Capacidades para demostrar.
 - Dominio del tema.
 - Participación en el equipo.

Taller No 1.

Tema: El desarrollo de las habilidades motrices y la capacidad física flexibilidad a través de las diferentes áreas de desarrollo.

Objetivo: Comprobar el nivel de conocimientos que poseen las maestras para desarrollar las habilidades motrices básica y la capacidad física flexibilidad desde las diferentes áreas de desarrollo.

Este se inicia con la aplicación de una técnica de presentación para estimular la participación de los miembros del grupo, lo que permitirá un clima favorable de comunicación y cooperación.

Técnica: ¿Cómo soy?

Consiste en que cada participante dé una pequeña caracterización tanto personal como profesional. Seguidamente se les explicó a los participantes las tareas que se realizarían en el taller.

Contenidos:

- Definición de habilidades motrices.
- Tipos de habilidades motrices, atendiendo a su clasificación.
- Concepto de capacidad física.
- Concepto de flexibilidad.
- Tipos de flexibilidad.
- Concepto de integración de contenidos.
- Importancia de las habilidades motrices en la formación de la personalidad de las niñas y niños del grado preescolar.
- Importancia del adecuado tratamiento a la capacidad flexibilidad desde las diferentes áreas de desarrollo.

Se aplicó un instrumento que sirvió de diagnóstico a las maestras que forman parte de la muestra seleccionada, donde debían desarrollar acciones como elaborar un párrafo, en el que expresen saberes sobre el tema de las habilidades motrices básicas y las capacidades físicas, con énfasis en la flexibilidad; expresar palabras claves para los conceptos; marcar las palabras más significativas referidas a las ideas expresadas.

A partir de lo expuesto por los participantes se pudo constatar que en el grupo existía una idea aproximada acerca de las habilidades motrices y las capacidades físicas y vagamente en la flexibilidad, y no lo suficiente sobre dichos conceptos.

En la mayoría de los casos las docentes explican estos términos de manera muy elemental y reducida a la práctica. Se manifiesta que hay falta de elaboración teórica en la comprensión y explicación de los conceptos.

Los resultados puntualizados anteriormente fueron tratados por la autora con tacto pedagógico durante la actividad para no lastimar a nadie y poder valorar los resultados reales en función de la investigación e intercambiar con el grupo en algunos indicadores y medidas a adoptar y no utilizar los resultados en ningún momento para subestimar a los participantes.

Más tarde se hace el análisis, debate y reflexión sobre algunos elementos teóricos acerca de las habilidades motrices básicas y la capacidad física flexibilidad a través de las diferentes áreas de desarrollo. Para ello se le propone al grupo dividirse en varios equipos para asignarles las tareas a resolver, las cuales consisten en responder las siguientes preguntas.

Equipo 1

Acciones:

Definir los siguientes conceptos: desarrollo motor, habilidades motrices, flexibilidad, capacidades físicas e integración de contenidos y reflexionar en las siguientes interrogantes:

¿Qué requerimientos debe tener en cuenta para el desarrollo de un proceso educativo de calidad?

¿Qué semejanzas y diferencias existen entre las habilidades motrices básicas en cuanto a su contenido?

Bibliografía a utilizar:

De Franklin Martínez Mendoza y otros, (2004, p. 1-5), Los procesos evolutivos del niño; de Gladis Bécquer Díaz (1990), "Apuntes"; de Catalina González Rodríguez. (1991), Compendio de Ejercicios; del MINED (1992). Programas Cuarto Ciclo de la Educación Preescolar (p.150-181) Segunda Parte; de diccionarios Enciclopédicos Grijalbo. (p. 836)

Equipo 2

Acciones:

Haga una exposición donde abarque la influencia que tiene el desarrollo de las capacidades físicas en el desarrollo motor que alcanzan los niños desde las edades tempranas, haciendo énfasis en el papel que le corresponde como maestra y demostrar con ejemplos concretos cómo le das tratamiento a la capacidad física flexibilidad en las diferentes áreas de desarrollo y reflexionar en las siguientes interrogantes:

¿Qué logros deben alcanzar los niños del grado preescolar al finalizar la etapa?

¿Qué capacidades físicas se trabajan en el grado preescolar?

Cada equipo constará con un registrador como regla, encargado de tomar notas y registrar dudas, así como agregar elementos de interés para ellos. Al terminar el equipo asignado a cada una de las tareas se detiene el trabajo y se solicita al registrador exponer en plenario el trabajo realizado, para ello se apoyarán en la pizarra, o a través de la comunicación verbal. Al concluir el registrador su intervención se les pide a los participantes sus criterios, conformidad con lo antes expuesto, siendo este momento aprovechado por el investigador para arribar a las tareas centrales de cada una de las tareas realizadas.

Para arribar a las conclusiones se aplicará la técnica participativa: positivo, negativo e interesante; con el fin de valorar los resultados y el impacto causado en los participantes.

A continuación, se recogen las principales opiniones de las maestras sobre dicho taller.

Aspectos positivos: aprendimos los conceptos tratados; las ideas expuestas y las demostraciones realizadas sobre los contenidos.

Aspectos interesantes: novedad del tema; la importancia del mismo y el modo de conducción de la actividad.

En esta etapa el investigador realizará ante la plenaria una síntesis de lo tratado en la jornada de trabajo, donde se pongan en evidencia todas las situaciones que fueron apareciendo durante el desarrollo del taller y reflexionará acerca de los métodos de trabajo utilizados por los participantes (trabajo en equipo, debate, reflexión).

Taller No. 2

Tema: los contenidos y habilidades que se trabajan en Educación Física en el grado preescolar, su integración con las demás áreas de desarrollo.

Objetivo: reflexionar acerca de los contenidos y habilidades motrices básicas que se trabajan en las actividades de Educación Física del grado preescolar. Su integración con las demás áreas de desarrollo.

Contenidos: la Educación Física y habilidades motrices básicas que se trabajan en el grado preescolar y la integración en las diferentes áreas de desarrollo.

Métodos: debate y reflexión.

Bibliografía:

Educación Preescolar. Programas educativos 4to ciclo. Primera y segunda partes; Metodología de la Educación Física preescolar; Mendoza Martínez, Franklin. Procesos evolutivos del niño.

Preparación: se presenta el tema, contenido, objetivo y bibliografía para el desarrollo de dicho taller, orientada desde el anterior, la forma de proceder la evaluación individual y colectiva. Se utilizará la técnica participativa: la pelota del saber. Se distribuye una pelota a cada participante de diferentes colores y se van a organizar según el color de la pelota que tengan.

Ejecución: se comienza el taller una vez organizados los grupos, se determina el responsable que conduce la ejecución de la actividad. Se procede a explicar cómo van a realizar el análisis de los contenidos. Le entrega una hoja impresa con el contenido que se trabajará, con el cual socializan y reflexionan los participantes en su intercambio.

Grupo No.1. Pelotas de color rojo; se les entrega una tarjeta con las actividades a desarrollar.

Actividades a desarrollar:

De la bibliografía recibida reflexione en las siguientes interrogantes:

¿Qué contenidos se trabajan en la Educación Física preescolar?

¿Qué habilidades motrices básicas se trabajan y perfeccionan en el grado preescolar?

¿Cómo se deben trabajar los diferentes contenidos?

¿Qué requerimientos deben tener presente las maestras para realizar una adecuada selección de los contenidos?

¿Qué contenidos de las diferentes áreas de desarrollo favorecen a la Educación Física?

Grupo No.2. Pelotas de color violeta; se les entrega una tarjeta con las actividades a desarrollar.

Actividades a desarrollar:

¿Qué capacidades físicas potencias en los niños del grado preescolar?

¿Cómo le das tratamiento a la capacidad flexibilidad en las diferentes áreas del desarrollo?

¿En qué formas del proceso educativo le das tratamiento a la capacidad física flexibilidad?

Exponga con ejemplos concretos el tratamiento adecuado de la capacidad física flexibilidad, en cualquiera de las formas del proceso educativo.

Seleccione una de las habilidades que directamente favorece a la flexibilidad y cómo la integras con otra área de desarrollo.

Grupo No.3. Pelotas de color azul.

Actividades a desarrollar:

Selecciona uno de los contenidos de Educación Física y realiza el análisis metodológico de este para su trabajo con los niños del grado preescolar, en las diferentes formas del proceso educativo.

Demuestre cómo logras la integración de la Educación Física con las demás áreas de desarrollo.

Se determina un tiempo de preparación de los grupos que no exceda de treinta minutos. El contenido seleccionado por los participantes estuvo centrado en: lanzar y rebote manteniendo el lugar y con desplazamiento; cuadrupedia con combinación con otros elementos; saltar con las piernas hacia una altura con carrera de impulso.

El coordinador realiza recorrido por los grupos para constatar la participación de los miembros, aclarando dudas, inquietudes, reflexionando, intercambiando sobre las tareas orientadas; además de continuar precisando lo concerniente a la evaluación. Una vez terminada la preparación se organizan por grupos y se intercambian el trabajo realizado (el grupo 1 intercambia con el 2 y el grupo 3 será el oponente). El coordinador del taller se apoyará en las preguntas del equipo tres para la reflexión final y al concluir el debate se cierra el análisis.

Evaluación: se realiza conclusión final del tema abordado. Procede a desarrollar la coevaluación entre los participantes, retomando los aspectos a tener en cuenta para la misma; para evaluar la efectividad del taller se realiza a través de la técnica: lo positivo, lo negativo, para arribar a las conclusiones con el fin de valorar los resultados y el impacto causado en los participantes.

Aspectos positivos: aprendimos conceptos, debatimos nuestras ideas, Conocimos algo nuevo, se demostró cómo trabajar mejor.

Aspectos interesantes: novedad del tema; modo de conducción de la actividad; Importancia para el tratamiento oportuno.

Dejar orientado para el próximo tema lo referido a la dosificación de los contenidos del programa del cuarto ciclo de Educación Física.

Actividad No 3. Actividad demostrativa

Tema: efectividad del medio de enseñanza y su integración con otras áreas de desarrollo.

Objetivo: demostrar la efectividad de los medios de enseñanzas en la actividad programada de Educación Física y su integración con otras áreas de desarrollo.

Áreas que se integra:

Preeescritura.

Contenido: trazado de trazos rectos, curvos.

Conocimiento del Mundo de los Objetos.

Contenido: reconocimiento de los colores en los objetos reales y la textura.

Lengua Materna.

Contenido: expresión del vocablo sombrilla.

Educación Musical.

Contenido: Movimientos naturales de locomoción y sonidos onomatopéyicos.

Educación Física.

Contenidos: caminar sobre líneas. Rodar con las diferentes partes del cuerpo.

Golpear con desplazamiento, conduciendo. Cuadrupedia invertida. Saltar obstáculos a una altura sin carrera de impulso.

Se trabajara con intencionalidad la integración de las áreas de desarrollo, con las habilidades y las capacidades físicas desde el inicio de la actividad hasta el final, así como con la nueva concepción o enfoque para el niño ocupe el rol protagónico dentro del proceso pedagógico.

Objetivos específicos: caminar hacia diferentes direcciones, rodar hacia diferentes direcciones, golpear hacia diferentes direcciones, cuadrupedia hacia diferentes direcciones, saltar obstáculos a una altura hacia diferentes direcciones.

Desplazamiento: caminar, correr y saltar llevando la sombrilla en las diferentes partes del cuerpo, realizar giros, dar palmadas. (Se integran contenidos de Música y se continúa utilizando el mismo medio de enseñanza desde el inicio hasta el final)

Ejercicios para el desarrollo físico general.

¿Cómo pueden saber las niñas y los niños lo que tienen detrás sin mover el cuerpo?, ¿Cómo se pueden poner más cómodos para hacerlo?

Ejercicios 1. Desde posición de sentado combinar cuello - brazo realizar torsiones laterales llevando la sombrilla a los laterales seguir el movimiento con la cabeza. ¿Cómo se pueden tocar los zapatos con el bastón de la sombrilla?

Ejercicio 2. Desde posición anterior combinando brazo-tronco realizar flexiones al frente y atrás, y a los laterales. ¿Cómo se pudieran tocar las piernas con la sombrilla sin mover el cuerpo?

Ejercicio 3. Desde posición de acostado atrás elevar las piernas tratar de tocarse las piernas con la sombrilla. La maestra les sugirió a las niñas y niños que coloquen las sombrillas por toda el área.

Parte Principal.

¿Cómo pueden llegar de una sombrilla a otra? Las niñas y niños expresaron variadas respuestas. Caminando, corriendo. ¿Cómo pueden hacer varios caminos con los bastones de las sombrillas? (se dará tratamiento a la Preescritura)

Caminar por las sendas rectas y curvas, (similares a los trazos que conocen en el área de Preescritura), el desplazamiento se realizó al frente, detrás lateral., adoptando diferentes posiciones de los brazos, intencionado el trabajo con las capacidades como: la coordinación, diferenciación orientación espacial y la flexibilidad.

¿Cómo pueden hacer del bastón de la sombrilla dos y que tengan igual tamaño?

Rodar los pomitos, bastones de la sombrilla por su cuerpo, los brazos, piernas, cabeza, entre las piernas al frente atrás, lateral y hasta su compañero, desde diferentes posiciones. Aquí el tratamiento a las capacidades se ve reflejadas de la siguiente manera adaptación y los cambios motrices, la regulación de los movimientos, la flexibilidad,

¿Cómo pueden golpear los bastones sin que se valle del pie?

Golpear bastones con el borde interior del pie con desplazamiento, conduciendo al frente atrás lateral, a su compañero.

¿Cómo pueden imitar con su sonido y forma de trasladarse a un cangrejito?

Realizar cuadrupedia invertida al frente, atrás, lateral y girando alrededor de los bastones, por las piernas de sus compañeros. (tratamiento a Educación Musical y a las capacidades físicas, flexibilidad, coordinación, orientación espacial y la diferenciación.

¿Cómo pueden pasar por encima de los bastones?

Saltar con las dos piernas por encima de los bastones de las sombrillas, al frente, atrás, lateral, se debe lograr que los niños realicen el salto con semiflexión de las piernas en la caída. Esto se logra con la motivación " como un muellecito, llevando los brazos en las direcciones antes mencionadas. (Se les da tratamiento a las capacidades flexibilidad, coordinación, diferenciación y ritmo)

Juego de Movimiento. "A desarmar la sombrilla"

Se realizó dos equipos, el azul y el amarillo, a una distancia de cuatro metro se trazó una línea, donde estaban las sombrillas, a la orden la maestra " A desarmar una parte de la misma, los niños salieron corriendo, realizaron la acción y se incorporaron al equipo, así se realizó el juego, hasta que la sombrilla se desarmó completa (se le da tratamiento a la motricidad fina, Conocimiento del Mundo de los Objetos, las capacidades físicas agilidad, adaptación y cambios motrices, orientación espacial y la coordinación).Marcha de recuperación: caminar despacio, lento, respirando se invitó a los niños a estimular los músculos de la cara a realiza, saluda con los ojos la lengua. Se recogieron las **sombrillas** del área.

BIBLIOGRAFÍA

1. ADDINE FERNÁNDEZ, FATIMA. (1996). Alternativa para la práctica laboral, enseñanza investigativa, Tesis en opción al grado científico de doctor en Ciencias Pedagógicas. La Habana.
2. BEQUER DIAS, GLADIS. (1999.) Apunte. – La Habana: Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
3. BLANCO PÉREZ, ANTONIO (2001) Introducción a la Sociología de la Educación. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
4. CASTRO GONZÁLEZ VICENTE (1993). Medios de enseñanza. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
5. CATALINA GONZALEZ RODRÍGUEZ. (1988). Compendio de Temas de Educación Física Preescolar. Ed. Pueblo y Educación. La Habana
6. CATALINA GONZALEZ RODRÍGUEZ (1988) Enfoque Contemporáneo. Ed. Pueblo y Educación. La Habana
7. COLECTIVO DE AUTORES (1990) Antecedentes históricos de la Educación Preescolar en Cuba. El kindergarten. Ed. Pueblo y Educación. La Habana
8. CUBA MINISTERIO DE EDUCACIÓN (2007) Educación Preescolar: Programa Cuarto Ciclo. Primera Parte. Ed. Pueblo y Educación. La Habana
- 9 CUBA MINISTERIO DE EDUCACIÓN (2007) Educación Preescolar: Programa Cuarto Ciclo. Segunda Parte. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
- 10 CUBA MINISTERIO DE EDUCACIÓN (1995) En torno al programa de Educación Preescolar: Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
11. CUBA MINISTERIO DE EDUCACIÓN (2008). Resolución Ministerial 119/ 08. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
12. DOMÍNGUEZ PINO, MARTHA (2001). Principales modelos pedagógicos de la educación preescolar Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
13. ESCOBAR REYES, SOLKIA (2009) Alternativa metodológica para desarrollar las habilidades de análisis fónico en los niños y niñas del grado preescolar. Tesis en opción al Título de Máster en Ciencias de la Educación. La Habana.
14. FRANCO GARCÍA, OLGA (2006) Lecturas para Educadores Preescolares III. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
15. GARCÍA BATISTA, GILBERTO (2002) Compendio de Pedagogía.: Ed. Pueblo y Educación. La Habana.

16. GARCÍA ESPINOZA, VIRGEN TERESITA (2004) Alternativa Metodológica de Superación para favorecer el lenguaje en los niños de edad temprana. Tesis en opción al Título de Máster en Ciencia de la Educación. La Habana.
17. GARCÍA OTERO, JUANA. (2002.) Selección de lectura sobre medios de enseñanza.: Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
18. LIUBLINSKAIA A. (1981) Psicología Infantil. Ed. Libros para la Educación. La Habana.
19. LÓPEZ HURTADO, JOSEFINA (2001) El Nuevo concepto de la educación infantil. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
20. LÓPEZ RODRÍGUEZ, ALEJANDRO. (2006). La Educación Física más Educación que Física: Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
21. MARTÍNEZ MENDOZA, FRANKLIN. 2004. Los procesos evolutivos del niño. d. Pueblo y Educación. La Habana.
22. PETROVSKI, (1982) Psicología Evolutiva y Pedagógica. Ed. Pueblo y Educación. La Habana.
24. RUIZ AGUILERA, ARIEL (1983.) Metodología de la Enseñanza de la Educación Física. Tomo I. y II: Ed. Pueblo y Educación. La Habana.

Síntesis curricular

1. 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. Es profesora de las didácticas particulares en la en la Carrera Licenciatura en Educación Preescolar.

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 CD.