

**Universidad de Ciencias Pedagógicas**

**Capitán “Silverio Blanco Núñez”**

**Filial Pedagógica Yaguajay**

*Tesis en opción al título académico de Máster  
en Ciencias de la Educación  
Mención Preescolar*

*Título: Actividades de recorrido encaminados al  
desarrollo de la capacidad de regulación  
del movimiento en el grado preescolar*

*Autora: Lic. Arasay Anido Lima*

*Sancti- Spíritus*

*Curso 2010-2011*

*“Año 52 de la Revolución”*

**Universidad de Ciencias Pedagógicas  
Capitán “Silverio Blanco Núñez”  
Filial Pedagógica Yaguajay**

**Mención Preescolar**

**Tesis en opción al título de Máster en Ciencias de la Educación**

**Título:** Actividades de recorrido encaminados al desarrollo de la capacidad de regulación del movimiento en el grado preescolar.

**Autora:** Lic. Arasay Anido Lima.

**Tutora:** *M.s.C. María Dolores Herrera Rojas.*

***Sancti – Spíritus***

***Curso 2010-2011***

## **Pensamiento**

**“La enseñanza ¿quién no lo sabe? es ante todo una obra de infinito amor”.**

**José Martí.**



## **Agradecimientos**

La consolidación de una investigación no es tarea fácil.

Al iniciar se carece de experiencia y de otros materiales necesarios para la ejecución de la misma, la tarea reclama una fuerte convicción sobre el camino elegido, un colectivo solidario, una clara visión colectiva del objetivo que se persigue y, ¿por qué no decirlo? Una dosis de buena suerte.

A lo largo de estos años fueron vividos momentos de alegría, tristeza y de esperanza. Sin embargo, pese a los problemas presentados nunca me dejé abatir por los obstáculos circunstanciales.

Si ello resultó posible fue porque no faltó la mano solidaria y el aliento de quienes confiaron en mí desde el inicio. Ellos son los merecedores del reconocimiento por los frutos de hoy.

Hacia todos los que de un modo u otro me sostuvieron en cada momento de dificultad, vaya mi más profunda gratitud.

A todos,

**GRACIAS.**



## Dedicatoria

- ◆ A mis niñas Lauren Helena Reyes Anido y Mauren Elissa Reyes Anido, mi regalo más lindo y hermoso, ambas son el motor impulsor y fuente de inspiración para llevar a fin este trabajo.
- ◆ A mi esposo Arley y mi familia en general, a mi mamá María Elena en especial por darme todo el apoyo que necesitaba para esta investigación.
- ◆ A todos mis compañeros de trabajo que me apoyaron siempre que los necesité.
- ◆ A mi tutora María Dolores Herrera Rojas, por su dedicación y paciencia.
- ◆ A Octavio Camacho González, por brindarme todo su apoyo.
- ◆ A todos los niños y niñas por ser un bello regalo, por ser la esperanza del mundo.
- ◆ A nuestra Revolución Cubana.



## **Síntesis**

La tesis aborda un importante aspecto para la enseñanza preescolar, donde la Educación Física es una vía fundamental para lograr el desarrollo físico e integral de los niños y niñas y compensar dificultades que reflejan estos en el desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas y las Capacidades Físicas, específicamente los del grado preescolar de la escuela primaria “Mariana Grajales” desde el proceso educativo, teniendo presente los postulados de un enfoque desarrollador. Con la finalidad de garantizar la óptima calidad de la información se seleccionaron diversos métodos del nivel teórico, empírico y matemático-estadístico, entre los que destacan el análisis histórico-lógico, el analítico-sintético, la observación científica, el pre-experimento pedagógico y el cálculo porcentual. La novedad está dada por la elaboración de actividades aplicadas a una muestra de 20 niños y niñas con el fin de mejorar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento, vinculadas al área de Nociones Elementales de Matemática, permitiéndole su fácil introducción y posible generalización. Los principales resultados alcanzados al poner en práctica estas actividades confirman el grado de validez de la misma, así como su factibilidad teórica y metodológica al estar sustentadas sobre bases científicas acordes a las concepciones pedagógicas de la enseñanza preescolar dentro de la escuela cubana actual.

<b>Índice</b>	<b>pág.</b>
<b>Contenidos</b>	
<b>Introducción</b> .....	1
<b>CAPÍTULO I: FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y METODOLÓGICOS</b>	
1.1: Valoraciones sobre las particularidades del desarrollo físico de los niños y niñas de sexto año de vida.....	9
1.2: Consideraciones sobre el proceso educativo de la Educación Física en los preescolares entre cinco y seis años.....	15
1.3: Reflexiones sobre el desarrollo de las habilidades físicas en los niños y niñas de sexto año de vida.....	21
1.4: Valoraciones relacionadas con el desarrollo de la capacidad de regulación del movimiento en los infantes del grado preescolar...26	
1.4.1: Precisiones relacionadas con la vinculación de las habilidades motrices básicas a los contenidos del área de Nociones Elementales de Matemática.....	33
<b>CAPÍTULO II: RESULTADOS DE LA CONSTATAción INICIAL. FUNDAMENTACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA. VALIDACIÓN DE SU EFECTIVIDAD</b>	
2.1 Diagnóstico inicial.....	39
2.2 Fundamentación de la propuesta de actividades. Características y especificidades.....	41
2.3 Análisis de los resultados que permiten comparar el pre-test y post-test.....	56
<b>CONCLUSIONES</b> .....	65
<b>RECOMENDACIONES</b> .....	67
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	68
<b>ANEXOS</b>	

## **INTRODUCCIÓN**

El Partido y el Estado dedican grandes esfuerzos a la educación de los pequeños desde las edades más tempranas para lo cual garantizan las condiciones elementales que permitan dar cumplimiento a los objetivos propuestos por el sistema educacional de nuestro país.

Como dijera el apóstol José Martí (1853-1895): “Educar es depositar en cada hombre toda la obra humana que le ha antecedido: es hacer a cada hombre un resumen del mundo viviente, hasta el día en que vive: es ponerlo a nivel de su tiempo para que flote sobre él, y no dejarlo debajo de su tiempo, con lo que no podrás salir a flote, es decir preparar al hombre para la vida”. J. Martí Pérez: Escritos sobre educación. p. 114

Formar a nuestros pequeños en el orden moral, político e ideológico constituye una tarea esencial en la escuela. Esta tarea la resuelve la didáctica, de modo fundamental, por medio del contenido de la enseñanza, que contribuye poderosamente a la formación de la concepción materialista dialéctica del mundo.

Por la importancia que tiene en las condiciones actuales la búsqueda de métodos más efectivos que permitan la apropiación de los conocimientos, el desarrollo de habilidades, hábitos y capacidades de los infantes, se ha convertido este problema en tarea de primer orden para la didáctica socialista. Incuestionable es el valor didáctico del trabajo que apresa de forma concisa, clara y a la vez profunda las primeras manifestaciones de actividades físicas, indisolublemente unidas al propio desarrollo del hombre como ser social.

Tanto la Educación Física como el deporte son vehículos envidiables para educar, desarrollar hábitos, habilidades, destrezas y capacidades. En dependencia de los fines con que se practiquen estarán determinados sus objetivos sociales. En efecto todo individuo requiere cierta eficiencia física a fin de desarrollar las tareas cotidianas, un equilibrio psíquico estable para adaptarse a las nuevas condiciones del medio donde habita y asimismo, orientarse en el espacio y comunicarse con los demás, con el objetivo de ser consciente de sí mismo.

La Educación Física es una fuente inagotable de experiencias enriquecedoras de salud y de bienestar. Conjuntamente con el deporte en la sociedad actual requiere de un nivel de desarrollo que está muy relacionado con la capacidad para cubrir las



necesidades de los miembros, aparece el concepto de "que" la vida vale la pena vivirla", el trabajo no es esclavitud, y la actividad física y el deporte toman un papel fundamental.

Cuando se habla de duros entrenamientos se está hablando de determinar una condición física en dependencia de la capacidad o fuerza a nivel muscular, de la resistencia para mantener dicha fuerza en el tiempo, tener una adecuada condición física y una buena salud, es impredecible para adaptarnos a la vida cotidiana. De ahí que potenciar un desarrollo eficaz de las capacidades físicas a partir del sexto año de vida es de gran importancia para llegar en un futuro a continuar poniendo el nombre de Cuba en lo más alto de la cima.

Sobre la problemática objeto de estudio varios investigadores, psicólogos y pedagogos han estudiado diferentes aspectos que de una forma u otra aportan elementos sobre el mismo, entre los cuales se destacan Gladis Béquer Díaz, Ariel Ruiz Aguilera, Miriam Valdés García, K.D. Ushinski quién considera que la enseñanza debía no sólo pertrechar a los alumnos de conocimientos, sino también desarrollar sus capacidades. También se refiere V. I. Lenin (1870- 1924) a la educación como " categoría eterna al expresar..." la institución de la herencia es tan eterna como la educación de los niños". V. I. Lenin: ¿Quiénes son los amigos del pueblo y cómo luchan contra lo social demócrata en selección de textos? p. 94.

En los infantes del grado preescolar en la escuela primaria " Mariana Grajales" del Consejo Popular Jarahueca se pudo constatar a través de los diferentes instrumentos aplicados tales como las observaciones sistemáticas a las actividades programadas, gimnasia matutina, y motoras independientes que existe una carencia de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento. Pues los niños y las niñas no ejecutan los movimientos con fluidez y de forma coordinada, por lo que no son capaces de realizar ejercicios variados y las distintas habilidades motrices básicas expresando la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento ya que no comprenden el momento en que debe realizarse el movimiento con más amplitud, energía, rapidez, lentitud, ect.

Es por ello que se escoge esta temática por pertenecer al banco de problemas del centro y ser prioridad de la educación preescolar; además por la importancia que

reviste para el ser vivo, pues tiene que sobrevivir y desarrollarse para satisfacer las necesidades biológicas, como parte del comportamiento.

Es conocido que los niños y niñas de edad preescolar que asisten al programa “Educa a tu Hijo”, no mantienen una sistematicidad para corregir los movimientos por parte de un personal calificado como los niños y niñas que asisten a las instituciones infantiles, lo que demuestra una insuficiencia en el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas, y en especial la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

Esta capacidad tiene gran importancia; pues perfecciona y a la vez forma en los niños hábitos vitales necesarios, influye favorablemente en el desarrollo multilateral, fortaleciendo y desarrollando músculos, mejorando los sistemas cardiovascular y respiratorio, facilitando el enriquecimiento de las experiencias motrices de los niños y niñas, así como la destreza, valor y dinamismo.

Por esta razón se formula el siguiente **problema científico**:

¿Cómo contribuir al desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas de sexto año de vida de la escuela primaria “Mariana Grajales”?

En tal caso se pretende que los educandos logren alcanzar una disposición general en la actividad de Educación Física desde el punto de vista psíquico y físico; de manera que se incorporen alegremente a la misma y así lograr un óptimo aprovechamiento del tiempo, espacio, medios de enseñanza, y a su vez mejorar el desarrollo de las capacidades en general.

Esta investigación tiene como **objeto de estudio** el proceso educativo de la actividad de Educación Física y como **campo de acción** el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas, dando curso al **objetivo** siguiente:

Aplicar actividades de recorrido, encaminados a propiciar el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas de sexto año de vida de la escuela primaria “Mariana Grajales”.

Para proyectar la solución del problema se plantean las siguientes **preguntas científicas**:

1-¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el tema del desarrollo de las capacidades físicas en los preescolares?

2- ¿Cuál es la situación real que presenta el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas del grado preescolar en la escuela primaria “Mariana Grajales”?

3- ¿Qué características deben poseer un conjunto de actividades de recorrido para que contribuyan al desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas del grado preescolar de la escuela primaria “Mariana Grajales”?

4- ¿Qué resultados se pueden obtener al aplicar un conjunto de actividades de recorrido encaminados a desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas del grado preescolar de la escuela primaria “Mariana Grajales”?

El proceso investigativo se orienta a través del cumplimiento de las siguientes **tareas científicas**:

1- Revisión bibliográfica de los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el tema del desarrollo de las capacidades físicas coordinativas en los niños y niñas del grado preescolar y en particular la capacidad de regulación del movimiento.

2- Diagnóstico de la situación real que presenta el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas del grado preescolar en la escuela primaria “Mariana Grajales”.

3- Elaboración de un conjunto de actividades de recorrido para mejorar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas del grado preescolar de la escuela primaria “Mariana Grajales”.

4- Validación de los resultados finales de la aplicación de un conjunto de actividades para mejorar el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas del grado preescolar de la escuela primaria “Mariana Grajales”.

La investigación se sustenta en la concepción dialéctico-materialista, a partir de la utilización de métodos científicos de los niveles teórico, empírico y estadístico-matemático.

### **Métodos del nivel teórico:**

- **Analítico y Sintético:** propició a través de la profundización de los conocimientos que tienen relación con el tema que se investiga la determinación del marco teórico referencial de la investigación, estableciendo los nexos entre los postulados teóricos y metodológicos abordados en la fundamentación teórica de la investigación.
- **Inductivo y Deductivo:** permitió hacer inferencias, que en combinación con el análisis y la síntesis, permitieron determinar el problema de la investigación, definir el objeto de estudio, caracterizar el campo de acción y llegar a conclusiones y generalizaciones que definen la tendencia del objeto.
- **Análisis histórico y lógico:** permitió realizar un análisis del tema y sus antecedentes. Ello permitió establecer regularidades y diferencias en el abordaje teórico del tema y sus particularidades en la muestra que fue seleccionada para la aplicación de las actividades.
- **Tránsito de lo abstracto a lo concreto:** permitió la concreción de los fundamentos teóricos y metodológicos del tema investigado, así como la propuesta de solución y su aplicación práctica.
- **Enfoque de sistema:** permitió la elaboración y aplicación del conjunto de actividades para mejorar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

### **Métodos del nivel empírico:**

- **Análisis de documentos:** para obtener información en documentos que aportan conocimientos sobre la capacidad física de regulación del movimiento.
- **Entrevista:** obtener criterios acerca del conocimiento que poseen las maestras para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en el sexto año de vida.
- **La observación científica:** permitió valorar el grado de interés y motivación en la actividad, así como el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento de los niños y niñas de sexto año de vida antes (pre-test), y después (post-test) de la realización de las actividades propuestas.

- **La prueba pedagógica:** permitió comprobar el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en niños y niñas del sexto año de vida. En un primer momento con el objetivo de diagnosticar el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento, y en un segundo momento con el objetivo de comprobar el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.
- **El pre-experimento pedagógico:** permitió comprobar la efectividad de las actividades propuestas para mejorar el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas que componen la muestra, antes (pre-test), durante y después (post-test) de aplicadas.
- **Análisis del producto de la actividad:** permitió valorar el tratamiento metodológico que brindan las maestras del grado preescolar y las educadoras de los círculos infantiles a la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento, a través de la consulta a la dosificación y planificación de las actividades programadas de Educación Física.

#### **Métodos del nivel matemático – estadístico.**

- **Estadística descriptiva:** permitió procesar y analizar la información obtenida, antes (pre-test) y después (post-test) de la aplicación del conjunto de actividades propuestas, a partir de la utilización de tablas y gráficos.
- **Cálculo porcentual:** se utilizó para el procesamiento cuantitativo del pre-test y el post-test, así como la información de cada actividad elaborada en la propuesta.

**La población** está constituida por 34 niños y niñas del grado preescolar que asisten a la escuela primaria “Mariana Grajales” del Consejo Popular de Jarahueca, y **la muestra** la constituyen 20 niños y niñas del grado preescolar que representan un 58.8 % de la población.

La misma fue seleccionada de forma intencional, y responden a las cantidades compartidas en 9 hembras que representan el 45% y 11 varones que representan un 55%, ellos satisfacen las posibilidades de la investigación pues son cariñosos, alegres, disciplinados, les gusta jugar individual y colectivo. Sus edades están comprendidas entre cinco y seis años, su estado de salud físicamente apto para

realizar ejercicios físicos con un desarrollo normal, el peso y la talla se corresponden con la edad. Proceden de familias cubanas con conductas favorables.

En los infantes de la muestra, es donde precisamente más se evidencia la problemática objeto de estudio, porque les falta motivación e interés durante las actividades físicas, además existen carencias en cuanto al desarrollo de habilidades y destrezas al realizar los ejercicios por lo que no lo ejecutan de forma coordinada, ni son capaces de expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento vinculadas a las habilidades motrices básicas.

Esta investigación reviste gran **importancia** dada la necesidad que tienen los infantes en las edades comprendidas entre cinco y seis años de que sean estimuladas las capacidades físicas, y específicamente la capacidad física coordinativa de regular los movimientos para su desarrollo, al conocer las potencialidades como organismo en constante cambio, crecimiento y transformación, se infiere que las educadoras empleen procedimientos lúdicos o de recorrido para que puedan interactuar de forma acertada en el desarrollo físico de los niños y niñas, por ser esta la actividad fundamental de la etapa preescolar.

La **significación práctica** radica en que las actividades de recorrido contribuyen de manera eficaz, a la estimulación del desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los infantes del grado preescolar en la escuela primaria, así como en la sistematización de los conocimientos teóricos, metodológicos que propiciaron la elaboración y fundamentación de la propuesta de un conjunto de actividades de recorrido, además su carácter interdisciplinario al estar vinculadas con el área de Nociones Elementales de Matemática, que una vez aplicadas, quedará como material de consulta para el personal responsable del desarrollo y formación de los niños y niñas de esta edad.

La **novedad científica** radica en que las propias actividades de recorrido propician vías, alternativas, opciones, que al ser aplicadas en la realidad educativa permiten un intercambio entre el sujeto y el objeto, logrando garantizar la estimulación del desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento y las habilidades motrices básicas en los niños y niñas del grado preescolar.

El texto escrito de la investigación se ha estructurado de la siguiente forma:

En el **capítulo I** se analizan los fundamentos teóricos y metodológicos.

En el epígrafe 1.1 se refleja las valoraciones sobre las particularidades del desarrollo físico de los niños y niñas de sexto año de vida, en el 1.2 se analizan las consideraciones sobre el proceso educativo de la Educación Física en los preescolares entre cinco y seis años, en el epígrafe 1.3 se reflexiona sobre el desarrollo de las habilidades físicas en los niños y niñas de sexto año de vida, en el epígrafe 1.4 se refleja sobre las valoraciones con el desarrollo de la capacidad de regulación del movimiento en los infantes del grado preescolar y el sub epígrafe 1.4.1 se precisan las relaciones con la vinculación de las habilidades motrices básicas a los contenidos del área de Nociones Elementales de Matemática.

En el **capítulo II** se analizan los resultados de la constatación inicial. Fundamentación y descripción de la propuesta. Validación de su efectividad.

En el epígrafe 2.1 diagnóstico inicial, en el epígrafe 2.2 propuesta de solución. Fundamentación y especificidades y en el 2.3 análisis de los resultados que permiten comparar el pre-test y post-test. Se incluyen además las conclusiones, recomendaciones, bibliografía, anexos, tablas y gráficos de barra.

## **CAPÍTULO I**

### **FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y METODOLÓGICOS**

#### **1.1: VALORACIONES SOBRE LAS PARTICULARIDADES DEL DESARROLLO FÍSICO EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE SEXTO AÑO DE VIDA**

Asombra lo grande y hermoso de la obra de Juan Amos Comenius(1592-1670), así como la plena vigencia a pesar del tiempo, que las consideraciones generales acerca de la enseñanza en la educación son perfectamente aplicables en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física, sin ser un dechado de conocimientos ni de grandes aportes a la Educación Física, se puede señalar como el gran pedagogo que abrió las puertas de manera organizada, como nunca antes con la incorporación sistemática de las actividades físicas a la escuela, para la formación del hombre integral de la sociedad en que le tocó vivir y lo que es más significativo aún, trascendió hasta nuestros días, genio de la didáctica y la pedagogía toda.

La Educación Física se compone de una serie de influencias planificadas en el organismo por medios científicamente fundamentados que actúan sobre el desarrollo del niño o niña, y conducen hacia el fortalecimiento y perfeccionamiento de las fuerzas y salud, a la formación de hábitos motores y cualidades físicas tales como: rapidez, resistencia, habilidad y fuerza.

El desarrollo físico del niño o niña es un proceso de cambio de los síntomas morfológicos y funcionales del organismo, en su correlación y dependencia de las condiciones ambientales del medio exterior, bajo la dirección del sistema nervioso central. El desarrollo físico ocurre bajo la influencia de los factores hereditarios y ambientales. El papel decisivo, en este caso, lo desempeñan las condiciones sociales de la vida material, y las relacionadas con la higiene de la educación.

La parte componente más importante de la educación comunista de los niños y niñas de edad preescolar es la Educación Física. Debido al desarrollo intenso y a la especial plasticidad del sistema nervioso, el organismo del niño o niña de estas edades se distingue por una gran fragilidad, y se expone con facilidad a las influencias del medio. Por eso, la Educación Física tiene una importancia primordial.



En estas edades se crean las bases de la salud, y las condiciones para el correcto desarrollo físico del hombre. Los índices fundamentales del desarrollo físico son: el crecimiento, el peso, la circunferencia del tórax, la espirometría, la dinamometría, entre otras.

El desarrollo físico de los niños y niñas cambia bajo las diversas condiciones ambientales y de los medios, influencia que se emplean sistemáticamente. El cambio de las condiciones climáticas, la flora y la fauna de los diferentes lugares, y el auge ininterrumpido del bienestar material y el nivel cultural de la población, ejercen una influencia favorable sobre el crecimiento y desarrollo de los niños y niñas. Los criterios acerca de la valoración del desarrollo físico no se pueden considerar constantes y únicos para todos. Estos son siempre temporales, locales y característicos para una región determinada, y aplicables a determinadas condiciones concretas o índices, o sea, los estándares del mismo revisan y precisan periódicamente.

El organismo infantil se encuentra desde el mismo nacimiento en un constante proceso de maduración. El crecimiento y diferenciación en todos los órganos y sistemas alcanzados en las distintas edades, determinan la interacción con el medio exterior. El crecimiento es el aumento de la masa corporal y se define como el aumento del número de células, del tamaño de estas y el incremento de la sustancia intercelular.

Hay que tener en cuenta que en unos períodos evolutivos el niño crece con más rapidez, y en otros con más lentitud: Al nacer el tamaño del niño o niña es aproximadamente de 50 cm., y al final del año es de 75cm, al segundo año de vida, el niño o niña crece de 10- 15 cm., y aumenta de 2,5 – 3 Kg. de peso, en los años siguientes, hasta el período de maduración total, el aumento anual de su peso es aproximadamente total, es de 1,5 Kg., el crecimiento es de 4 – 5cm. De este modo, se observa el proceso del desarrollo físico de los niños y niñas, que transcurre de un modo oscilatorio, y el cual se expresa en las magnitudes antropométricas correspondiente a cada edad.

Los cambios evolutivos que ocurren en el proceso de crecimiento y desarrollo del niño o niña no transcurren de una forma paralela, uniforme e igual en todos los

órganos y sistemas del organismo. Cada órgano y cada sistema crecen y se desarrollan de acuerdo con las propias leyes. Al mismo tiempo, todo proceso de crecimiento y desarrollo del organismo es un solo proceso íntegro, en el cual se refleja la estrecha relación de todos los órganos y sistemas.

Además cambian otros factores esenciales que caracterizan las particularidades evolutivas como por ejemplo, las dimensiones de la superficie de su cuerpo, la relación del peso con dicha superficie, la cantidad de sangre en un Kg. de peso, las dimensiones y particularidades estructurales del tejido óseo.

Las particularidades evolutivas del crecimiento y desarrollo del niño o niña se diferencian en los varones y las hembras. Los ritmos más elevados del desarrollo se observan en los primeros períodos de vida (lactancia, edad temprana y la preescolar). En este sentido ocurren los cambios más grandes de las formas del cuerpo y las funciones del organismo.

Al mismo tiempo, en estos períodos el organismo tiene una mayor plasticidad, que es más favorable para las influencias dirigidas hacia un objetivo sobre el proceso de desarrollo físico y para la Educación Física. Las glándulas de secreción interna como, por ejemplo, la hipófisis, influyen sobre el crecimiento del organismo del niño o niña en el período preescolar.

El crecimiento y desarrollo físico del organismo infantil se dilatan frecuentemente después de una enfermedad sufrida. Por eso son muy importantes las medidas profilácticas en la institución y en la familia. En el desarrollo físico se notan también diferencias individuales muy considerables. Así, hay niños y niñas con un peso insuficiente, y otros con un desarrollo físico retardado. Jean Jacques Rousseau suizo (1712-1778) hace dos siglos atrás escribió: "Deseo instruir la mente de su alumno, desarrolle su cuerpo constantemente, hágalo fuerte y sano para que sea sabio, juicioso". Rousseau, J.J: Desarrollo físico de los niños y adolescentes, Medguiz, Moscú, 1963. p.57.

Cuando el niño o niña está sano y cuidado y los órganos de los sentidos están en buen estado (oído y vista normales), el desarrollo intelectual transcurre de un modo exitoso. El cerebro, el sistema nervioso y los analizadores son la base material de la mentalidad.

El dominio por parte de los niños y niñas de los hábitos motores contribuye de un modo especialmente exitoso al desarrollo intelectual. Esto requiere atención, esfuerzo de la memoria, observación y comprensibilidad. El pensamiento se expresa no sólo con la palabra, sino también con la acción.

En la edad temprana y preescolar, el niño o niña con la ayuda de los movimientos se familiariza con lo que le rodea. Cada movimiento va acompañado de sensaciones que parten no sólo de los objetos exteriores, sino también de los propios músculos, ligamentos y tendones.

Los problemas fundamentales de la Educación Física (influencia del medio exterior sobre el desarrollo físico, desarrollo de los movimientos, construcción del régimen, organización del sueño y la alimentación de los niños y niñas, fortalecimiento del organismo infantil, unidad de integridad del organismo, papel regulador del sistema nervioso central), se resuelven sobre la base de la teoría de I.P. Pavlov. La unidad del desarrollo físico y psíquico encuentra su fundamentación científica en la teoría de I.P. Pavlov (1712 – 1790) sobre la integridad del organismo y la unidad de todas las partes.

En la creación de la teoría de la Educación Física para los niños o niñas fueron fundamentales las opiniones del pedagogo progresiva ruso P.F. Lesgaft (1787-1852). Él descubrió el papel rector del medio, la educación y el aprendizaje en el desarrollo físico y general del niño o niña, demostró la relación entre ambos, teniendo en cuenta el objetivo final de la Educación Física no sólo como un desarrollo físico, sino también como una educación de carácter moral. En la metodología de Educación Física, demostró la importancia de la conciencia en el dominio de los movimientos por parte del niño o niña, y consideró a la Educación Física como una parte orgánica de la educación general del hombre.

El cerebro del niño despierta a la vida por dos corrientes de excitaciones que van del sistema nervioso central a los músculos y viceversa, de las distintas partes del aparato motor al cerebro.

La Educación Física está indisolublemente relacionada con la formación de los sentimientos estéticos. La sensación de la salud, el hábito de limpieza, la coordinación y la armonía de los movimientos son el inicio del desarrollo estético.

La particularidad fundamental del organismo en desarrollo del niño o niña durante toda la edad preescolar es su crecimiento y desarrollo ininterrumpidos. El organismo del niño o niña, por las propiedades morfológicas y anatomofisiológicas, se diferencia grandemente del organismo del adulto. El sistema nervioso central – regulador fundamental de toda la actividad vital del organismo en la edad preescolar pasa por un cambio en el desarrollo, en cuanto a las funciones y estructuras.

En los niños y niñas de edad preescolar empiezan a desarrollarse los reflejos condicionados de un orden más complejo. En su formación intervienen el segundo sistema de señales. El desarrollo de los analizadores visual y auditivo adquiere una gran importancia.

Al igual que en la edad temprana, en la edad preescolar la particularidad y característica de la actividad nerviosa superior del niño o niña es el predominio de la irradiación de una excitación y la capacidad débilmente manifestada de una inhibición diferenciada. Por eso en la edad preescolar, los niños y niñas también se fatigan rápidamente, sobre todo, si están ocupados en una misma actividad. Para evitar el agotamiento de una u otra parte de la corteza del encéfalo, que se encuentra en estado de excitación prolongada, es necesario cambiar la naturaleza de la actividad infantil, pasándolas de un aspecto a otro; es necesario garantizarles un descanso oportuno.

En el proceso de educación, el niño o niña desarrolla gradualmente la capacidad para una inhibición activa. A esto contribuyen, junto con otros medios, los juegos de movimiento, los ejercicios gimnásticos, en los que los niños y niñas deben mostrar firmeza, paciencia y la habilidad de pasar con rapidez de una acción a otra.

La particularidad esencial del sistema nervioso central del niño o niña es la capacidad de conservar las huellas de los procesos que ocurren en él. Por eso durante toda la edad preescolar, los pequeños son tan sensibles, y todo lo asimilan con facilidad. Más, para fijar las huellas de los estímulos recibidos, hay que repetirlas reiteradamente. Al enseñarles y educar en ellos las habilidades y hábitos motores.

El organismo infantil se encuentra desde el mismo nacimiento en un constante proceso de maduración. El crecimiento es el incremento de la masa corporal y se define como el aumento del número de células, del tamaño de estas y el incremento

de la sustancia intercelular. El desarrollo es la diferenciación celular traducida en el perfeccionamiento de la capacidad funcional.

En el sistema osteomioarticular, los huesos aumentan las dimensiones y modifican la estructura interna. Se van osificando los cartílagos articulares, 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 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. Los músculos aumentan de tamaño, la fuerza y la inervación, pero estas edades son muy irritables y lábiles. Los músculos más pequeños, se desarrollan lentamente en la edad preescolar, las transformaciones del sistema endocrino se desarrollan de forma irregular. La hipófisis, las glándulas suprarrenales y la tiroide alcanzan un alto nivel de diferenciación.

Asociado a todo lo anteriormente expuesto, está el concepto de período crítico o sensitivo. Si bien pudiera definir como un lapso durante el cual se produce una influencia por parte de otra área del organismo en desarrollo o por el medio, imprescindible para la aparición de una cualidad determinada, lo cierto es que cuando esos períodos críticos pasan sin que las condiciones ambientales reinantes hayan propiciado el desarrollo, o no es posible la formación o forman con dificultades, también pueden no alcanzar el nivel de expresión correspondiente a la edad.

Existen factores que influyen directamente en el desarrollo físico que han sido calificados para su estudio de múltiples formas: intrauterinos, postnatales, los genéticos y ambientales. Para caracterizar las diferentes etapas del desarrollo de la vida del niño o niña, es necesario partir de las regularidades con que se van produciendo los procesos de crecimiento y desarrollo, estos se producen de forma continua, gradual y con un orden determinado.

Ambos procesos están estrechamente relacionados y son más intensos mientras más pequeño es el niño o niña. Se producen con distinta velocidad, observándose diferencias entre las diversas partes del cuerpo y entre los niños y niñas de forma individual. Están bajo la influencia de factores endógenos (genéticos) y exógenos

(ambientales) y su mutua relación. Este se produce en sentido céfalo-caudal y próximo-distal.

La evaluación del desarrollo físico puede ser determinada mediante indicadores somatométricos (peso, talla, proporciones del cuerpo, circunferencias, diámetros y pliegues). Existen indicadores que permiten evaluar el crecimiento y desarrollo de los niños y niñas como: peso, talla y relación talla-peso.

El desarrollo físico es considerado como símbolo de fuerza y resistencia del organismo, así como el grado de adaptabilidad al medio. Resulta muy importante durante la etapa preescolar la creación de condiciones necesarias para el desarrollo físico del niño o niña, pues a pesar del rápido crecimiento y desarrollo de los órganos y sistemas, la actividad todavía no se ha perfeccionado y las propiedades de defensa del organismo se manifiestan débilmente.

**Características del desarrollo físico y motor en la edad preescolar:** El ritmo de crecimiento y desarrollo es más lento, el peso, por ejemplo, solo aumentará unas cuatro o cinco lb y la talla unos ocho a seis cm, mayor resistencia física e inmunológica, mejor control muscular, dado por el desarrollo físico alcanzado, las acciones motrices gruesas con participación de la fina (manos, dedos y pies) alcanzan mayor desarrollo (coordinación óculo – manual y óculo – pédica) al lanzar, golpear, rodar y conducir la pelota.

Aumenta la fuerza muscular, mejora la coordinación de los músculos superiores e inferiores, y con ello la estabilidad del cuerpo, al final de la etapa se deben de haber desarrollado las habilidades motoras, la flexibilidad, la fuerza y perfeccionado las funciones de los distintos analizadores.

## **1.2: Consideraciones sobre el proceso educativo de la Educación Física en los preescolares entre cinco y seis años**

El niño o niña es la premisa más importante del desarrollo de la esfera espiritual y práctica de la futura actividad del hombre adulto, del aspecto moral y potencial creador. La educación en el país tiene entre las responsabilidades, la de relacionar a los niños/as con la vida, no sólo instruir, sino también educar multifacéticamente en la práctica de la construcción del socialismo, siendo uno de los aspectos educativos

principales de la razón de ser, para cumplir el encargo social que le ha sido encomendado.

La Educación Física del niño/a preescolar ocupa un lugar especial en el sistema general del desarrollo integral y armónico del individuo. Es precisamente en la infancia preescolar donde se sientan las bases para una buena salud, un desarrollo físico correcto, para una alta eficacia del organismo; y un crecimiento fuerte y resistente física y espiritualmente, brindándole la formación de habilidades motoras, el desarrollo de capacidades físicas, la asimilación de hábitos higiénicos y una educación de costumbres.

El propósito que aspira lograr la Educación Física desde las edades tempranas está dirigido a preparar a niñas/os para la vida; esto significa desarrollar habilidades motrices y capacidades físicas con las que pueda operar en diferentes condiciones por lo que se redimensiona la necesaria preparación del futuro egresado en asumir este reto.

José Martí (1853-1895) en el ideario pedagógico expresa “a los niños, sobre todo, es preciso robustecer el cuerpo a medida que se les robustece el espíritu”. Para los niños trabajamos, porque los niños son los que saben querer, porque los niños son la esperanza del mundo. Y queremos que nos quieran, y nos vean como cosa de su corazón.

En las Tesis y Resoluciones sobre la política Educacional, emanadas del primer congreso del Partido Comunista de Cuba, reestablecen los fines, objetivos y principios básicos de la educación comunista de las nuevas generaciones en la concepción científica del mundo, para que puedan desarrollarse a plenitud las capacidades físicas, intelectuales y espirituales, acompañadas de elevados sentimientos éticos y estéticos; convertir los principios ideológicos, políticos y de moral comunista en convicciones personales y hábitos de conducta diaria; en fin, formar un hombre libre y culto, apto para vivir activa y concientemente en la construcción del socialismo, tal como se plantea que “La Educación Física como parte integrante de los aspectos que contribuyen a la formación multilateral de los individuos”... responde a la necesidad de formar, en su propio beneficio y en el de la

sociedad individuos sanos, fuertes resistentes físico y espiritualmente. En las tesis y resoluciones sobre la política Educacional.

Johann Heinrich Pestalozzi suizo (1746-1827) es considerado uno de los grandes a los que la Educación Física siempre le deberá gratitud, en el sentido de haberla incorporado definitivamente al proceso docente – educativo. Consideraba que el objetivo de la Educación Física del hombre consiste en el desarrollo de todas sus fuerzas y posibilidades físicas, que tiene como base el deseo del niño o niña de moverse, que lo lleva al juego, a la constante actividad para liberar energías. Daba gran importancia para la formación de la personalidad y la conocía como el primer tipo de influencia racional de los adultos en los niños y niñas y no le faltó la razón, pues en la Educación Física se logra el acercamiento envidiable entre el adulto y el pequeño, con la educadora y el educando.

Además le concedió gran importancia a la educación inicial, afirmando que la hora del nacimiento del niño o niña es la primera hora de su enseñanza. Pero a diferencia de Rousseau (1712- 1778), Pestalozzi (1746- 1827) consideraba que el niño o niña no se desarrolla por sí mismo, ni espontáneamente. Solo una educación adecuada hace del hombre un hombre, aplastando sus viles indicaciones animales y desarrollando sus capacidades y altas cualidades morales.

La Educación Física pretende educar utilizando como medio la motricidad, en la medida que se pretende mejorar la disponibilidad motriz del individuo, la Educación Física se propone: aumentar el rendimiento motor, desarrollar las capacidades de percepción, mediante las cuales se podrá identificar, seleccionar y utilizar la información para desarrollar cualquier acción, incrementar el repertorio motor favorece el aprendizaje de nuevas destrezas y habilidades que permitan un mayor grado de integración, favorecer la comunicación mediante el movimiento. La principal tarea es el desarrollo de los movimientos, la formación de hábitos motores, cualidades y destreza física; la rapidez, la fuerza, el vigor y la resistencia.

El movimiento es la base de cualquier actividad infantil, y sobre todo, el juego. La limitación de la actividad motriz del niño o niña se contrapone a las necesidades biológicas del organismo en desarrollo y se proyecta de una forma negativa sobre las condiciones físicas. La Educación Física en la etapa preescolar tiene como objetivo: Lograr en los niños el desarrollo de nuevas experiencias motrices relacionadas con



las habilidades de caminar, correr, saltar, atrapar, cuadrupedia y equilibrio. Lograr en los niños y las niñas el fortalecimiento de los distintos grupos musculares, enseñar a los niños y niñas a caminar, correr y saltar con acompañamiento de sonidos, para contribuir al desarrollo de los movimientos.

Propiciar el desarrollo de hábitos higiénicos y posturales por medio de las diferentes actividades de gimnasia básica y juegos de movimiento que se realicen, contribuir al desarrollo de rasgos volitivos y morales de carácter, tales como el establecimiento de objetivos fijos y el planteamiento de tareas para lograrlos, la voluntad, disciplina y el colectivismo.

No es posible tratar algunas particularidades metodológicas sin que ello abarque el ciclo anterior.

Se debe tener en cuenta que la educadora trabajará para que los pequeños adquieran logros como: 1 año de vida; en el primer ciclo: la educadora trabajará para que ejecuten movimientos fundamentales: giros, gateo, sentarse, pararse y caminar con apoyo hasta caminar independiente, 2. - 3. año de vida; en el segundo ciclo: la educadora trabajará para que: pongan de manifiesto elementos de coordinación y equilibrio al ejecutar distintos tipos de ejercicios, manifiesten agrado y satisfacción al realizar los movimientos, 4. - 5. año de vida; en el tercer ciclo: logren coordinación y flexibilidad en los movimientos, ejecuten ejercicios combinados de equilibrio y diferencien las distintas acciones motrices.

En 6. año de vida; en el cuarto ciclo: deberán demostrar el desarrollo de sus habilidades y capacidades motrices al ser capaz de poner de manifiesto el desarrollo de capacidades coordinativas complejas como la agilidad, ejecutar los movimientos con mayores variaciones por iniciativa propia, participar activamente en la organización de la actividad demostrando mayor independencia, se hace necesario destacar que en el programa de Educación Física de sexto año de vida, aparece textualmente: “la educadora ha de trabajar para que los niños: ejecuten acciones motrices donde demuestren flexibilidad y un desarrollo de las capacidades coordinativas en general, manifiesten buena postura”. Educación Preescolar, segunda parte. Programa Cuarto ciclo, sexto año de vida. Editorial Pueblo y Educación, 1988. p. 150

El programa de Educación Física en el sexto año de vida, se caracteriza por la realización de acciones motrices variadas, enriquecidas por la propia iniciativa, un

mayor nivel de independencia, y la participación activa del niño/a en la organización de la actividad, en armonía con la acción colectiva.

Sobre la base de la acción motriz del ciclo anterior, se continúan adquiriendo conocimientos que permiten la creación de nuevas formas de movimiento en Primer Grado. La Educación Física desarrolla las emociones y sentimientos; las relaciones espaciales; la expresión oral, corporal y el juego.

La Educación Física preescolar comprende diferentes formas o vías para su desarrollo, tales como:

**La gimnasia matutina:** es la primera actividad docente del día, su objetivo es higiénico fisiológico y se desarrolla diariamente. Esta se planifica en complejos de ejercicios que elaborarán las educadoras para cada semana incluye contenido del programa. Comienza a partir del tercer año de vida hasta el sexto y el grado preescolar. En todos los años de vida comienza esta actividad a la misma hora, no termina al mismo tiempo por su duración.

Para la realización se deben tener en cuenta consideraciones metodológicas tales como: los tiempos de duración no son absolutos, los contenidos de los complejos son extraídos del programa, la actividad comienza caminando y termina caminando, la primera para activar junto a los ejercicios de desarrollo físico general y la última en función de la recuperación, no hay doble empuje, ni conteos en los ejercicios.

**La actividad programada:** el recorrido es la realización de diferentes actividades en el área. Puede utilizarse materiales naturales (árboles, banco y otros) y artificiales (banderitas, pelotas, colchones y otros). La educadora debe tener en cuenta estas consideraciones metodológicas: los ejercicios principales (habilidades motrices) responden a lo específico de los objetivos formulados de forma general o abierta, el número de habilidades a trabajar en cada actividad programada lo determina la educadora atendiendo a la etapa de curso y logros del desarrollo, los juegos de movimiento tienen como objetivo la consolidación de habilidades, no para enseñar estas, el trabajo para el desarrollo de la flexibilidad y los hábitos de postura correcta deben hacerse conjuntamente.

La recuperación debe de lograr el restablecimiento de niñas (os) con ejercicios de respiración, de relajación, en el momento que se requiera. Ante síntomas de

cansancio: tos, enrojecimiento de la piel, sudoración, problemas respiratorios y otros, se deben aplicar los mismos, métodos, procedimientos y medios de enseñanza, se seleccionan según las características de las actividades a realizar.

Las preguntas problémicas tienen gran valor en la dirección de las actividades, estas deben ser asequibles, sin doble intención y vocabulario acorde a las edades. No es atiborrar a niñas (os) de preguntas sin dar la oportunidad de dar respuestas motrices, según sus experiencias y vivencias, la Educación Física Preescolar no es tecnicista, pero se deben hacer correcciones en las ejecuciones, además, atender las diferencias individuales, cada parte de la actividad programada tiene sus objetivos. La inicial es activar el organismo, la principal dar cumplimiento a los objetivos planteados y la final la recuperación física y mental de las niñas (os), las actividades de Educación Física pueden vincularse con otras áreas del conocimiento para potenciar la interdisciplinariedad.

En Cuba revolucionaria, un educador de las masas como Fidel Castro Ruz, ha expresado que: “no basta con que se formen mentalmente a los niños, hay que formarlos físicamente”. En las tesis y resoluciones sobre la política Educacional .p 50

**La actividad independiente:** ocupa todo el horario de permanencia de niñas (os) en la institución. Las educadoras podrán aprovechar la diversidad de actividades que preparan con materiales que pondrán a disposición de las niñas (os) para darle salida a las acciones físicas que tributen al desarrollo de habilidades motrices con dificultades en el desarrollo de las actividades programadas. Tiempo aproximado de la misma: sexto año de vida y grado preescolar de 8-10 minutos.

Para su realización se debe tener en cuenta como consideraciones metodológicas: utilizar variados materiales para motivar a niñas (os) a realizar las actividades que se proponen, ejercitar acciones que tributen el desarrollo de habilidades con dificultades en la actividad programada, puede tener carácter individual o colectivo.

### **1.3: Reflexiones sobre el desarrollo de las habilidades físicas en los niños y niñas de sexto año de vida**

Se tienen en cuenta las tendencias pedagógicas actuales que están respaldadas por el modelo pedagógico de la educación preescolar, basado en la teoría socio-histórico-cultural de Vigotski (1896-1934) quien ha tomado todo lo positivo de los

modelos tradicionales de la escuela nueva. Se destaca en esta teoría la necesidad de que la educación vaya delante del desarrollo y no a la zaga, sino conducirlo para lo cual tiene que tomar en cuenta las propias leyes del desarrollo.

La pedagogía y la psicología en el campo de la Educación Física, como en el resto de los programas y disciplinas que se imparten en nuestro país, tienen su base en los postulados fundamentales del enfoque socio-histórico-cultural, los cuales unido a las tradiciones educativas y tomando en cuenta las condiciones históricas concretas de la práctica escolar, han permitido la elaboración de estrategias y tareas para enriquecer la teoría y la práctica educacional cubana. Un componente de partida primordial en el análisis lo constituye la consideración de la enseñanza como guía del desarrollo, teniendo como elemento esencial los niveles que alcanza el escolar en este período de avance.

A la luz de los principales postulados de la teoría socio-histórico-cultural, que tiene como máximo exponente por sus aportes y la calidad de sus investigaciones a Vigotski, el autor de esta investigación se acoge a los principales conceptos de esta teoría.

En consonancia con estos postulados también aparece la teoría de la actividad elaborada por A. N. Leontiev. Según su teoría, la cual articula en este sentido con la de su antecesor Vigotski, la relación que se establece entre el sujeto y el objeto solo puede verse materializada a través de la actividad mediada; y en interacción con su contexto sociocultural, el sujeto construye, internaliza las funciones psicológicas superiores y la conciencia.

El papel fundamental que juegan la actividad y la comunicación en el desarrollo psíquico del niño o niña, en la apropiación de la experiencia histórica social materializada en los objetos de la cultura material espiritual. La ampliación y el enriquecimiento de la enseñanza por ser la vía que permite potenciar el máximo desarrollo de las cualidades y procesos psíquicos que se forman en el niño/a en cada etapa y no la aceleración que tienden a introducir en las edades tempranas dentro de los contenidos y métodos propios en la edad preescolar.

Fomentar en los niños/as valores, habilidades, actitudes, hábitos son propósitos y objetivos que se encuentran inmersos en la materia de la Educación Física, además de desarrollar destrezas, habilidades motrices básicas y capacidades físicas con el

niño, pues las actividades orientadas, planeadas y aplicadas de la mejor manera proporcionan al educando un mejor medio sociabilizador para el individuo.

En la esfera de la Educación Física están determinados los conocimientos acerca de los diferentes movimientos tanto de los principales (carrera, marcha, escalamiento, saltos), como también los distintos grupos de músculos y de requisitos para la realización. El elemento principal del programa de Educación Física es el relacionado con las habilidades motrices y las exigencias que hoy plantean en cuanto a la calidad y la comprensión de la realización.

Los conocimientos y las habilidades enumeradas son formados y consolidados en todas las actividades programadas, garantizando el desarrollo integral del niño y niña del grado preescolar. Ellos adquieren habilidades en el área motora: alcanzan madurez en el control general, se establece la lateralidad, poseen mayor dominio en los gestos finos, así se les puede ver recortando y pegando. Corren con facilidad y pueden alternar ritmos regulares a su paso, pueden realizar saltos a lo largo de la carrera o parados, pueden brincar (saltos con rebote sobre una sola pierna), pueden mantener el equilibrio sobre una sola pierna durante varios segundos.

Le gusta realizar pruebas motrices que no sean difíciles, salir airoso, las nuevas proezas atléticas se basan en la mayor independencia de la musculatura de las piernas, hay menos totalidad en las respuestas corporales, piernas, tronco, hombros y brazos aún presentan dificultad en las respuestas en la totalidad, las articulaciones son más móviles.

Brinca sin dificultad y también salta, puede superar la barra de equilibrio de cuatro cm. de ancho con una altura de 60 cm. o con una pendiente de 30 cm. Puede pararse sobre un solo pie y puede conservar el equilibrio en puntas de pie durante varios segundos.

Las acciones motrices que deben ejecutar los niños y niñas en estas edades para el desarrollo de las habilidades y capacidades son: caminar, correr, saltar, trepar, escalar, reptar, cuadrupedia, golpear, lanzar y capturar. El dominio de nuevas habilidades comienza por la percepción, las habilidades motrices básicas denominadas también en la Educación Física preescolar los “**ejercicios principales**”, no son más que las diversas formas de movimiento que el hombre

emplea en la vida diaria. Se llaman básicas porque desde tiempos remotos el hombre se sirve de ellas como medio de desplazamiento, obtención de alimentos y defensa contra agresiones.

**Las habilidades motrices básicas** tienen gran importancia, pues forman y perfeccionan en los niños/as hábitos vitalmente necesarios, influyen favorablemente en el desarrollo multilateral del organismo, fortalece y desarrolla los músculos, mejora los sistemas cardiovasculares y respiratorios, facilitando enriquecimiento de las experiencias motrices de los niños/as así como la destreza, el valor y dinamismo. Mediante las habilidades motrices básicas, los niños/as aprenden a caminar y a correr de forma correcta y rápida, a realizar saltos con más ligereza, precisión y elasticidad, a lanzar más lejos y atrapar objetos.

Los ejercicios que contemplan las habilidades motrices básicas se pueden desarrollar dentro del aula, en el área, durante actividades programadas, la gimnasia matutina, la actividad independiente, los juegos de movimiento. La realización de habilidades motrices básicas al sol y al aire libre, coadyuvan el robustecimiento del organismo infantil.

La habilidad motriz básica, constituye la capacidad de controlar de manera no autorizada los movimientos, el niño y la niña de la enseñanza preescolar es el clásico ejemplo de esta forma de ejecutar los movimientos. Como resultado de las repeticiones sistemáticas la habilidad de realizar un movimiento se convierte en hábito.

Por ello, para definir el concepto de habilidad motriz, es necesario tratar primeramente el concepto habilidad. Según A. V Petrovsky (1982)) la habilidad es la “manifestación externa de la capacidad de aprovechar los datos, los conocimientos, los hábitos adquiridos, operar con ellos para la aplicación de las propiedades de las cosas y la resolución exitosa de determinadas tareas teóricas y prácticas”. A. V. Petrovsky, Psicología pedagógica y las edades. p.330

El fundamento psicológico de las habilidades lo constituyen la comprensión de la interrelación entre el fin de la actividad y las condiciones y métodos de su puesta en práctica. Se puede expresar que la Educación Física: es un medio que utiliza el cuerpo como “herramienta” para educar en una ciencia de la acción motriz. La

habilidad motriz es la capacidad del individuo para realizar con éxito operaciones de tipo práctico.

Las habilidades motrices se caracterizan por una alta estabilidad en la secuencia de la acción, liberando relativamente “la regulación de las acciones voluntarias conscientes, por cuanto las habilidades siempre parten de los conocimientos y de las experiencias adquiridas las que permiten establecer las relaciones entre el objetivo de la actividad, las condiciones en que debe desarrollarse y la forma de la realización”. Colectivo de Autores. Enciclopedia Autodidáctica Interactiva Océano. Editorial Océano, 2000. p. 50.

A diferencia de las habilidades, las costumbres, como sinónimo de conducta, son modos de conductas dependientes de las convicciones y necesidades con alto grado de automatización.

Los resultados han permitido avanzar, pero en la actualidad, se puede plantear que desde el punto de vista de la psicología, el desarrollo de las capacidades del hombre es un proceso socialmente fundamentado que tiene como base la relación de las condiciones biológicas, internas, y las sociales.

### **CARACTERIZACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS.**

**CUADRUPEDIA:** En el grupo de cinco a seis años, se presenta nuevamente una regresión en la ejecución de esta acción, pues el gateo no se reporta por encima de bancos, sino por la tabla inclinada, que resulta de menor dificultad.

**CAMINAR:** Tanto en este grupo de edad como en el que continúa (cinco a seis años), se aprecia una continuidad en las acciones que ejecuta el niño/a en esta variable, destacándose en este grupo que además de ejecutar este desplazamiento en diferentes direcciones (hacia atrás, lateral), lo realizan llevando objetos en la mano, lo que demuestra un aumento no tanto en cantidad de acciones a ejecutar sino en un mayor nivel de complejidad de las mismas.

**CORRER:** Los resultados obtenidos en el grupo de cinco a seis años muestran nuevas complejidades del salto en esta edad al reportarse los saltos con un pie, saltos de longitud y saltillos hacia atrás.

**LANZAR Y CAPTURAR:** En el grupo de cinco a seis años, se observan nuevas combinaciones en esta variable como: lanzar, rebotar y capturar la pelota y se comienza la captura con ambas manos sin la ayuda del cuerpo.

**TREPAR:** Se avanza en el rango de edad que abarca desde los tres hasta los seis años se observa que los movimientos de brazos y piernas se hacen cada vez más coordinados al realizar el ascenso por el plano vertical. Esta progresión se observa por el cambio de apoyo de las manos en el agarre de la barra sin desplazar las piernas hasta lograr este cambio del apoyo con el correspondiente desplazamiento.

**ESCALAR:** Es a partir del grupo de cuatro a seis años que se produce este movimiento con buena coordinación de brazos y piernas, pues los niños y las niñas escalan con movimientos alternos y de forma continua.

**REPTAR:** Los niños y las niñas se arrastran por el piso, que más que una reptación se asemeja al gateo; el desarrollo de habilidades y capacidades motrices se hacen efectivas mediante la actividad práctica del individuo. Como objetivo general de la Educación Física en la etapa preescolar el desarrollo de habilidades y capacidades motrices está dirigido a lograr mediante la ejecución de las diferentes acciones motrices un mejoramiento de los niveles de salud y un estado emocional positivo que propicie el buen desarrollo de los pequeños.

Junto con las habilidades se desarrollan las capacidades, ejemplo: cuando el niño o la niña corre y salta, alcanza un nivel de habilidad en las mismas, pues la ejercitación es la condición fundamental para lograrlo, al mismo tiempo desarrollan las capacidades de orientación, coordinación y ritmo dentro de otras, pues estas capacidades son exigencias de esta actividad (correr y saltar). Las capacidades motrices son cualidades del hombre y no de la actividad, aunque como ya se ha expresado, dependen de esta para desarrollarse. Por otra parte, las capacidades no son innatas, su desarrollo está determinado por las posibilidades morfo-funcionales del individuo, el cual nace con las potencialidades para desarrollarlas.

Las acciones motrices básicas que deben ejecutar los niños y las niñas en estas edades para el desarrollo de las habilidades y capacidades son: caminar, correr, saltar, trepar, escalar, reptar, cuadrupedia, golpear, lanzar, capturar y combinaciones de cada una.

La etapa preescolar del desarrollo (cero a seis años) se caracteriza por grandes cambios en el desarrollo motor. Es la etapa de la adquisición de las habilidades motrices no solo aparecen por efectos de maduración biológica, sino también de la



actividad práctica del niño o niña en el medio que lo rodea. Desde el primer año de vida el niño o niña comienza a orientarse en el entorno, a conocer el cuerpo y a realizar sus primeras acciones motrices. Se parte de la organización del propio cuerpo, el niño o niña progresivamente ampliará el espacio, al lograr establecer la relación espacio – temporal.

La motricidad del niño o niña, refleja todos los movimientos y determina el comportamiento motor, manifestada por medio de las habilidades motrices básicas señaladas anteriormente. Algunos autores (R. Rigal; Paoletti y Pottman) plantean que la motricidad no es la simple descripción de conductas motrices y la forma en que los movimientos evolucionan, sino también los procesos que sustentan los cambios que se producen en el desarrollo de la conducta.

Muchos autores han comprobado la contribución de los movimientos al desarrollo infantil. Uno de los principales aportes de la obra de Jean Piaget (1896-1980) ha sido la de resaltar el papel que las acciones motrices tienen en el desarrollo cognitivo del pequeño. Por otra parte Henry Wallón, presentó mediante diversos estudios una orientación para la interpretación del desarrollo psicológico del niño o niña, al destacar el papel del comportamiento motor en esta evolución (1974 –1979). Para Wallón la motricidad participa en los primeros años en la elaboración de todas las funciones psicológicas.

#### **1.4: Valoraciones relacionadas con el desarrollo de la capacidad de regulación del movimiento en los infantes del grado preescolar**

El problema acerca de las capacidades y el desarrollo ha sido motivo de gran preocupación y estudio de muchos científicos. El resultado ha permitido avanzar en la actualidad, la edad preescolar constituye una etapa con características propias cuyas problemáticas se analizan vinculadas al desarrollo ulterior del sujeto.

En esta etapa se sientan las bases para el desarrollo físico y espiritual del hombre. Durante los primeros años de vida se analizan conocimientos, habilidades y hábitos, se forman capacidades, cualidades volitivas morales, que en el pasado se consideraban asequibles sólo a los niños de edades mayores así como cualidades y destreza física, la rapidez, la fuerza, el vigor y la resistencia.

Autores como J. Piaget (1896-1980) y L. Vigotski (1896-1934) permitieron comprender la contribución de los movimientos en el desarrollo infantil. El movimiento es la base de cualquier actividad infantil y, sobre todo, del juego la limitación de la actividad motriz del niño o niña que se contrapone a la necesidad biológica del organismo en desarrollo y se proyecta de una forma negativa sobre las condiciones físicas.

La Educación Física como componente de la Educación Integral, asume una importancia vital en el desarrollo general del sujeto. La teoría de L. Vigotski (1896-1934) fundamenta la concepción de que la educación como guía del desarrollo facilita este proceso. En los primeros grados la evaluación de las capacidades físicas se realiza unido a las habilidades motrices en una misma actividad, lo que responde a las características pedagógico – metodológico de la enseñanza en la Educación Física en esas edades; valorándose al mismo tiempo la calidad de la ejecución y los resultados que se obtienen.

La habilidad motriz es la capacidad del individuo para realizar con éxito operaciones de tipo práctico. Las habilidades motrices se caracterizan por una alta estabilidad en la secuencia de la acción, liberando “relativamente” la regulación de las acciones voluntarias conscientes, por cuanto las habilidades siempre parten de los conocimientos y de las experiencias adquiridas las que permiten establecer las relaciones entre el objetivo de la actividad, las condiciones en que debe desarrollarse y la forma de su realización.

A diferencia de las habilidades, las costumbres, como sinónimo de conducta, son modos de conductas dependientes de las convicciones y necesidades con un alto grado de automatización. Desde el punto de vista de la psicología, el desarrollo de las capacidades del hombre es un proceso socialmente fundamentado que tiene como base la relación de las condiciones biológicas, internas, y las sociales. Las capacidades se ponen de manifiesto solo en la actividad y además, se desarrollan no en los conocimientos, habilidades y hábitos como tales, sino en el proceso de adquisición de estos, es decir, en la rapidez, la profundidad, la facilidad y la solidez que tengan en el proceso de adquisición del dominio de los conocimientos y habilidades, son de gran importancia para una actividad determinada.

El grado de desarrollo de una u otra capacidad en las diferentes personas que se ocupan de una misma actividad, es diferente, porque al dominar la actividad, cada individuo descubre en sí mismo las capacidades que oculta. Las mismas se desarrollan en todos, pero las diferencias individuales perduran.

Según criterios, estas se desarrollan sobre las aptitudes del hombre en el proceso de la actividad. Leonid A. Venguer en el libro de Pedagogía de las Capacidades plantea: “las aptitudes son particularidades de la constitución y funcionamiento del sistema nervioso y de los órganos de los sentidos que son de gran importancia para el desarrollo de las capacidades”. También plantea, que: “de las aptitudes no depende si surge o no determinada capacidad en el niño, de ellas depende solo el grado de facilidad y rapidez con el cual él puede dominar diferentes capacidades”. L. A. Venguer, Pedagogía de las Capacidades, 1988. p.47

Tal y como se plantea que las capacidades son particularidades individuales de la personalidad, se observa cómo una misma actividad la efectúan de manera distinta personas diferentes. Es precisamente en esto en lo que se basa el concepto de capacidades como capacidades del individuo. “Vladimir Ilich Ulianov, Lenin (1870 - 1924) también subrayó que “es absurdo esperar que en la sociedad exista una igualdad de fuerzas y capacidades en las personas“. L. A. Venguer, Pedagogía de las Capacidades, 1988. p.65

El desarrollo de las capacidades físicas está determinado tanto por las posibilidades morfo funcionales del individuo, como por factores psicológicos, importante es la edad preescolar en la que deberá prestarse atención predominante al desarrollo de las capacidades físicas ya que son: “Condiciones necesarias para obtener rendimientos en la práctica de una actividad cuyo desarrollo depende de las condiciones sociales”. Valdés García, Miriam: Teoría y Metodología de la Educación Física Preescolar. Editorial de libros para la Educación, Ciudad de la Habana, 1980. p. 25

**Las capacidades físicas** son, ante todo, condiciones para el aprendizaje, el desarrollo y perfeccionamiento de acciones motrices físico – deportivas y, por lo tanto, representa un elemento significativo de la capacidad de rendimiento físico y deportivo del hombre. En la esfera de la Educación Física y dentro del contexto de las capacidades físicas, se destacan las capacidades condicionales, movilidad o flexibilidad y coordinativas así como las habilidades motrices básicas que permiten

en el pequeño un rendimiento motor que dependerá del nivel de desarrollo y adaptación a dichas cualidades.

Es importante considerar que las capacidades motrices, tanto condicionales, coordinativas como la flexibilidad, no se desarrollan independientes. Todas guardan relación, son cualidades del hombre y no de la actividad, el organismo tiene las potencialidades para desarrollarlas y manifestarlas en la ejecución de las acciones.

El niño o la niña que realiza actividades motrices de forma sistemática, dirigidas o no, tiene mayores posibilidades de desarrollar las habilidades y capacidades considerando que las capacidades fundamentales a desarrollar en esta etapa son las coordinativas a diferencia de las condicionales, en estas edades ocupan un rol preferencial.

Las **capacidades coordinativas** dependen del sistema nervioso, y tienen capacidad de organizar, controlar y regular todas las acciones motrices. Las capacidades se desarrollan desde la edad preescolar hasta los doce años, y hacen referencia a la capacidad de aprendizaje de habilidades motrices, el nivel de control de los movimientos y ejercicios, y la capacidad individual de adaptación e improvisación ante una situación presentada determinan: el equilibrio, combinación motora, la orientación y la relación espacio-tiempo.

Las coordinativas; según el libro de Metodología de la Enseñanza (Tomo I), son capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de la personalidad que se aplican conscientemente en la dirección del movimiento componentes de la acción motriz con una finalidad determinada.

Las capacidades coordinativas o perceptivas motrices son aquellas que permiten organizar y regular los movimientos, según (Le Boulch) la coordinación dinámica es la interrelación, el buen funcionamiento del sistema nervioso central y la musculatura física y tónica. Es un dominio global del cuerpo, un ajuste dinámico continuo a lo cercano o al medio. Según K. Meinel, la coordinación dinámica es una buena motricidad general de todo el cuerpo, una buena organización en la ejecución de los gestos motores. Ellas tienen de común con las habilidades, de que son premisas coordinativas del rendimiento las que se desarrollan en la actividad.

Se caracteriza en primer orden por el proceso de regulación y dirección de los movimientos y se dividen en tres grupos: Generales o Básicas, Especiales y Complejas. Ellas se interrelacionan con las habilidades motrices. Son una condición fundamental para realizar todo un grupo de actividades motrices para el desarrollo de esta coordinación en las diferentes formas del movimiento deportivo, ellos no son innatos, sino que se desarrollan sobre la base de propiedades fundamentales que tiene el hombre, en el enfrentamiento diario.

En la psicología se definen las capacidades como "...particularidades psicológico – individuales de la personalidad que son condiciones para realizar con éxito una actividad dada y que revelan las diferencias en el dominio de los conocimientos habilidades y hábitos necesarios para ella". A. V. Petrovsky, Psicología General. p. 470

Las capacidades motrices son cualidades del hombre y no de la actividad, aunque como ya se ha expresado dependen de esta para desarrollarse. Las capacidades motrices básicas pueden subdividirse en: capacidades condicionales, capacidades coordinativas y capacidad de flexibilidad.

Aunque en las edades preescolares no se propicie la ejecución de ejercicios específicos para el desarrollo de las capacidades condicionales, dentro de las que se encuentran la fuerza, rapidez y resistencia alguna de las acciones motrices que se ejecutan por los niños y niñas condicionan el desarrollo. Por esto es recomendable velar detenidamente por la dosificación de los ejercicios que ejecutan los niños o niñas, fundamentalmente aquellos que condicionan el desarrollo de la fuerza, tratando de evitar de esta forma, el agotamiento.

Dentro de las **generales o básicas** se aprecian la **capacidad de regulación de los movimientos y la de adaptación y cambios motrices y la orientación.**

De estas capacidades se plantean algunas consideraciones para tratar de explicar en qué consisten, pero siempre sobre la base de que ellas no se ponen de manifiesto aisladas unas de otras, sino que de acuerdo con las características de la actividad que se realice, una o más de ellas pueden predominar.

**La capacidad de regulación del movimiento** se encuentra entre las generales o básicas porque todas las restantes capacidades coordinativas se encuentran por el

proceso de regulación y control de los movimientos, sino estos no se pudieran realizar, o no se realizarían con la calidad requerida.

En el proceso de aprendizaje, de cualquier actividad física vemos como la educadora ayuda al niño para que desarrolle esta capacidad dándole, en el momento en que esta se pone de manifiesto en una forma más destacada que las otras y de acuerdo con las características de la actividad que se realice, determina indicación, que puede ser mediante palabras, gestos, utilizando algún medio que permita al niño o la niña comprender el momento en que el movimiento debe realizarse con más amplitud de una forma más rápida, es decir, regular la ejecución del movimiento.

La capacidad de regulación se pone de manifiesto siempre que el sujeto regula las acciones para cumplimentar los objetivos propuestos. Por esto:

- ❖ Mientras mayor es la cantidad de elementos que de forma simultánea o sucesiva hay que realizar para dar cumplimiento a una tarea motora, mayor es la complejidad que presenta, y por lo tanto, mayor debe ser también la regulación de cada uno de los movimientos que dan cumplimiento a dicha tarea.
- ❖ Mientras mayor es el grado de libertad de movimiento de las articulaciones, mayor es la complejidad de la coordinación en la tarea motora, y por lo tanto, se hace necesario el desarrollo de la capacidad de regulación del movimiento.
- ❖ Mientras mayor sea el movimiento de todo el cuerpo y mayor la oscilación en el equilibrio, mayor es la dificultad en la coordinación y, por lo tanto, mayor debe ser la regulación del movimiento.
- ❖ Mientras mayor sean las exigencias de las capacidades condicionales, mayor será la complejidad coordinativa y, por lo tanto, será también la necesidad de regular el movimiento.

En tal caso, las tareas deben ir aumentando gradualmente la complejidad para que el pequeño vaya regulando la coordinación que requiere el movimiento. El adulto brinda al niño o la niña en el momento necesario, determinada indicación por medio de la palabra, que se le permite manifestar la capacidad; por ejemplo; al lanzar la pelota hacia un objeto; el niño o la niña regula el movimiento de acuerdo a la distancia que se está colocando el mismo, en este caso el adulto debe dar la indicación de alejarse o acercarse al objeto, de esta forma evitamos mover la importancia de este ejemplo,

es precisamente el niño o niña quien regula la acción y no el adulto también cuando el niño o niña realiza un ejercicio de caminar y correr, este es capaz de realizar el movimiento, más lento o más rápido según se le regula el ritmo por medio de un instrumento, de forma verbal o palmadas.

Esta capacidad se educa y desarrolla, procurando que el niño o niña aprecie las diferencias entre sus esfuerzos musculares, entre el espacio recorrido por él o un medio al cual se aplica su esfuerzo, y relacionando las formas de transcurrir el tiempo respecto a la acción motriz, haciendo más complejo cuando se realiza en conjunto (parejas, tríos, grupos). Ejemplo: hacer un movimiento más – menos: amplio, grande, profundo, fuerte, suave, enérgico; estos son respecto al esfuerzo físico.

Respecto al espacio más - menos: lejos - cerca, alto - bajo, grande - pequeño, largo – corto; estirarse – agruparse. En relación con el tiempo más: rápido –lento, despacio, breve, rítmico, moderado, hacer tantos saltos como sonidos escuche.

Estos tres elementos se relacionan provocando un sistema causa – efecto. Ejemplos: si rebota fuertemente contra el piso (energía) ¿cómo se mueve ésta? rápido (tiempo) y llega muy alto (espacio); pero si la lanzo suave, el recorrido es lento y queda cerca. Los saltos pueden ser largos y cortos en dependencia de nuestro esfuerzo, la carrera rápida o lenta; al lanzar, rodar o golpear podemos acercarnos al objetivo, si calculamos bien la distancia que nos separa de este, su ubicación espacial y nuestro esfuerzo.

Al combinar estos elementos durante la actividad física y con la participación activa y directa de los niños y niñas, se va logrando el desarrollo de esta capacidad.

La **capacidad de adaptación y cambios motores** se manifiesta, cuando durante el juego, el niño o niña logra con la ejecución variada de una acción, adaptarse a una nueva situación; ejemplo: el juego de persecución “el lobo y los conejos”, los niños o niñas que imitan a los conejos (perseguidos), cuando son atrapados son capaces de cambiar el rol (perseguidores). Aquí se observa una adaptación rápida al cambio. Otro ejemplo es apreciado cuando se observa al niño o niña a caminar en cuadrupedia, pararse y continuar la carrera. En este ejemplo que ya ha sido citado al tratar la capacidad condicional rapidez, se aprecia como el mayor desarrollo de la

capacidad no está marcado en la rapidez, sino en la adaptación y regulación del movimiento que son capacidades coordinativas.

La **capacidad de orientación** se logra a través de las sensaciones somáticas que permiten la llegada de la información al organismo. Cuando se realizan las tareas motrices cambiando la dirección, el niño o niña logra la orientación en el espacio.

Los propósitos de la enseñanza está dirigido al desarrollo de capacidades físicas sobre la base de la realización de diferentes actividades y ejercicios, lo más segura y correctamente posible, relacionado con los distintos factores de salud (mortalidad – movilidad), estas capacidades dependen de los procesos energéticos que determina el organismo, así se define en la Enciclopedia Autodidáctica.

#### **1.4.1: Precisiones relacionadas con la vinculación de las habilidades motrices básicas a los contenidos del área de Nociones Elementales de Matemática**

En el momento actual el desarrollo científico exige la formación de hombres y mujeres cada vez más capaces de comprenderlo, aplicarlo y continuarlo. Esta formación se logra más plenamente si el desarrollo de capacidades, habilidades, aptitudes, intereses, etc. se inicia desde las edades más tempranas, por lo que se considera un objetivo educativo esencial desde la etapa preescolar.

En este sentido se trabaja cuando al guiar a los niños/as en los procesos de realizar comparaciones, comprender y tratar de explicar situaciones, plantear posibles hipótesis acerca de por qué ocurre un determinado fenómeno, establecer las más diversas relaciones entre objetos del mundo que les rodea y solucionar problemas sencillos.

Estos procesos se dan en las más diversas y variadas actividades. Unas pueden ser especialmente construidas por los adultos que les educan, pero otras pueden ser las mismas que se presentan en la vida cotidiana tanto en una institución o situación especialmente educativa como en el hogar.

Es importante tener en cuenta que más que asimilar contenidos, la Matemática en la Educación Preescolar pretende que el niño/a se apropie de procedimientos que le permitan dar solución a diferentes tareas y problemas a lo que se enfrente en la vida diaria. Cada actividad que se realice con el niño/a debe estar ligada a la experiencia



y al conocimiento que ya tiene, lo que permite que se familiarice con las nuevas acciones que se pretende que él o ella desarrollen.

En el desarrollo de cada actividad con los niños/as el adulto debe tener siempre presente las particularidades de estas, pues le permiten conocer que se puede hacer con ellos, hasta dónde llegar, cómo motivarlos para realizar las tareas y cómo reaccionar ante estas. Las Nociones Elementales de Matemática constituyen una vía que permite a los preescolares relacionarse con su medio e interesarse por conocerlo, ayudan a los niños y niñas a resolver más fácilmente los problemas y esto debe conocerlo la educadora para poder realizar un trabajo educativo más eficiente.

Pudiera decirse que el programa de Educación Física de sexto año de vida, se caracteriza por la realización sistemática de acciones motrices variadas, un mayor nivel de independencia, y la participación activa del niño en la realización de la actividad, en armonía con la acción colectiva. Los ejercicios físicos contribuyen a mantener estable el estado de ánimo, las relaciones con otros niños y con los adultos, a regular la conducta, a sentirse útiles, a cooperar con los demás; a planificar y organizar sus juegos y a expresar imágenes con movimientos, entre otros.

Los ejercicios principales son los encargados de la enseñanza de las acciones motrices para desarrollar las habilidades, capacidades coordinativas y la flexibilidad. Las acciones son: caminar, correr, saltar, lanzar, rodar, golpear, cuadrupedia, reptar, escalar, trepar y combinaciones, entre otras. Se repetirán atendiendo a sus características y grado de dificultad. Se realizan de tres a cinco acciones motrices, separadas o combinadas; también se pueden realizar varias acciones de una misma habilidad, pero siempre procurando un balance en el trabajo de los diferentes planos musculares. Para el desarrollo de las habilidades pueden utilizarse diferentes formas de trabajo como frontal, en grupos, de recorrido.

Durante la ejecución de estos ejercicios, la maestra mantendrá la motivación que viene logrando desde inicio de la actividad. Es importante la realización de estos ejercicios, siempre que sea posible, combinados, pues elevan a planos superiores el desarrollo de las habilidades y, por ende, de las capacidades coordinativas, además de ser muy estimulantes y variados para los niños y niñas.

En la medida que se trabajen las habilidades motrices básicas se le dará salida al trabajo con las Nociones Elementales de Matemática dentro de la actividad programada, así como, la motora independiente, festivales gimnásticos-deportivos, paseos y excursiones. Los juegos perfeccionan el desarrollo físico de los niños/as y mejoran la salud. A. S. Makarenko (1888-1939), Máximo Gorki y otros liberales amantes de la Educación Física y especialmente de los juegos expresan que lo más importante es que se han creado, desarrollado y formado en relación estrecha con la actividad laboral de la sociedad humana y han reconocido los valores de juego en la educación de la niñez y la juventud.

“El juego es la vía para el conocimiento del mundo en el cual vive el niño y es la vía mediante la cual el niño cambia al mundo”. Gladis Bequer Díaz y otros: Juegos de movimientos. Unidad impresora “José A Huelga”. p. 7

Para autores como M. E. Ramsey (1825-1894) y K. M. Bayles (1840-1895), el juego promueve el desarrollo físico, proporciona sensación de poder, estimula la solución de problemas, fortalece el desarrollo emocional, ofrece una oportunidad de adquirir conceptos y brinda un medio para el desempeño de roles.

En la teoría psicoanalítica de S. Freud (1856-1939), el juego puede vincularse con otras actividades del niño o niña, y más particularmente con el sueño. La teoría psicogenética, del psicólogo Jean Piaget (1896-1980), que ve en el juego la expresión de la condición del desarrollo del niño o niña; constituye un verdadero revelador de la evolución mental de ellos. Roger Callois (1958), lo define como una actividad libre a la que el jugador no puede ser obligado sin que el juego pierda inmediatamente su carácter de diversión atractiva y gozosa.

Las actividades pueden estar encaminadas a solucionar la problemática; a través de la actividad programada de Educación Física que en esta la maestra elabora los objetivos de la actividad a partir de la selección de ejercicios principales que van en función de los niños/as y de las habilidades que va a desarrollar de forma abierta. La maestra debe tener presente las características de coordinación, equilibrio, regulación, adaptación y cambios, orientación, ritmo, anticipación, agilidad, flexibilidad y postura para trabajar en la actividad.

Los contenidos son seleccionados del programa y se divide la misma en tres fases: inicial, principal y final y dentro de ella los ejercicios de desplazamiento, ejercicios

principales y juegos de movimientos incluyendo el trabajo con las habilidades motrices básicas que no son más que diversas formas de movimiento que el hombre emplea en la vida. Son básicas las habilidades porque desde tiempos remotos el hombre se sirve de ellos como medio de desplazamiento y obtención de alimentos en defensa contra el organismo.

Podemos incluir la actividad motriz independiente en la cual se le debe ofrecer al niño o niña variedad de medios de enseñanza para que ellos accionen durante la misma, incluso se pueden realizar juegos de movimientos, juegos de recorrido o el recorrido, que propicien el desarrollo de capacidades, ya que el juego es la actividad fundamental de la etapa preescolar y especialmente darle tratamiento a la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento. Los juegos de recorrido o el recorrido se realizan individualmente, en parejas o pequeños grupos y en cada repetición se les propone a los niños y niñas variar las formas de ubicar los materiales (eliminar o incluir nuevos materiales) a fin de construir siempre un nuevo recorrido.

## **CAPÍTULO II**

### **RESULTADOS DE LA CONSTATAción INICIAL. FUNDAMENTACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA. VALIDACIÓN DE SU EFECTIVIDAD**

En el capítulo se hace un análisis del diagnóstico y se refleja la situación actual del insuficiente desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en los niños y niñas del sexto año de vida. Además se fundamenta teóricamente la propuesta de actividades y se muestran los resultados obtenidos de la evaluación científica.

A partir de la problemática que se investiga se establecieron como variables las siguientes.

**Variable propuesta:** actividades de recorrido.

El conjunto de actividades que se propone ha sido elaborado a partir de los sustentos teóricos y metodológicos que fundamentan la utilización de actividades de recorrido variadas y en correspondencia con los niveles de desarrollo del aprendizaje en la educación preescolar. Sus actividades se elaboraron a partir de la necesidad de elevar el rendimiento físico de los niños y niñas.

**Actividades:** según (González Maura, V. 1995: 91). Las actividades son "... aquellos procesos mediante los cuales el individuo, respondiendo a sus necesidades se relaciona con la realidad, adoptando determinada actitud hacia la misma. (...) la actividad es un proceso en el que ocurren transiciones entre los polos sujeto-objeto en función de las necesidades del primero".

**Recorrido:** orden de ejecución de tareas motoras, acción y efecto de recorrer, espacio que ha recorrido, recorre o ha de recorrer alguien o algo. Ruta, itinerario prefijado.

**Actividades de recorrido:** la autora los conceptualiza como un procedimiento organizativo, dentro del proceso educativo de la Educación Física, es una vía, un proceder que aportan motivación e interés, grado de concentración, habilidad, destreza y regulan sus movimientos al ejecutar las distintas habilidades motrices básicas ya que están indisolublemente unidas al desarrollo de las capacidades físicas en general.

**Variable operacional:** nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

La capacidad física coordinativa de regulación del movimiento mejora en la medida en que los niños y niñas se sientan motivados y atraídos a participar en las actividades físicas y logren un perfeccionamiento en la realización de esta capacidad física a partir de la aplicación del conjunto de actividades propuestas.

**Capacidad física:** condiciones para el aprendizaje, el desarrollo y perfeccionamiento de acciones motrices físico – deportivas, elemento significativo de la capacidad de rendimiento físico y deportivo del hombre.

**Capacidad de regulación del movimiento:** la autora define a la capacidad de regulación del movimiento cuando el sujeto regula sus acciones en el momento en que deben realizarse sus movimientos.

**Definición operacional.**

Se declara la siguiente dimensión; modos de actuación.

Dimensión	Indicadores
Modos de actuación en correspondencia con la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento y la edad.	1.1- Nivel de interés que muestran los niños y las niñas para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento durante las actividades. 1.2-Si manifiestan habilidades y destrezas al realizar ejercicios. 1.3-Si realizan los ejercicios de forma coordinada. 1.4- Si al realizar los ejercicios son capaces de expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Variable ajenas:** Posibles barreras que pueden interferir en cierta medida al desarrollo de la investigación.

- Falta de preparación de los docentes, resistencia al cambio, inseguridad y nivel cultural.

## **2.1 Diagnóstico inicial**

Para conocer la situación real acerca del nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento que poseen los pequeños de sexto año de vida. Se trabajó con una muestra de 20 niños y niñas matriculados en la escuela primaria "Mariana Grajales".

Se aplicó en la primera etapa de investigación un diagnóstico inicial para lo cual fueron significativos algunos métodos empíricos. Análisis de documentos (anexo1) y se realizó una entrevista (anexo 2).

Con la intención de darle respuesta a la primera pregunta científica que se presenta en la introducción de esta tesis, se realizó el análisis de documentos que permitió la revisión de los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el tema del desarrollo de las capacidades físicas que pueden trabajarse en la edad preescolar, así como el de las capacidades físicas coordinativas en general y se obtuvo información acerca de la regulación del movimiento.

Para responder la segunda pregunta científica se aplicó una entrevista a las maestras del grado preescolar con el objetivo de obtener criterios acerca del conocimiento que poseen las maestras para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en el sexto año de vida, la misma transcurrió en un ambiente afectivo de confianza, donde no fueron interrumpidas por nadie para que la información fuera lo más real posible.

Entre los entrevistados están dos maestras del grado preescolar que representan el 100% de la muestra y sus resultados se evidencian a continuación.

El personal entrevistado tiene experiencia en el ciclo, de ellas el 100% poseen conocimientos acerca de las capacidades físicas que se trabajan en el grado preescolar cuando explican cuales son las capacidades que se trabajan pero no hacen énfasis en las condicionales, expresan que las coordinativas y la flexibilidad son un proceso de aprendizaje de cualquier actividad.

Además el 100% de ellas planteó que la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento es importante.

- Porque a través de la misma se contribuye a la ejecución de los movimientos con mayor coordinación.
- Al ejecutarla desarrollan las habilidades motrices básicas indisolublemente unidas al desarrollo de capacidades.
- Porque aprenden a regular los movimientos con mayor concentración al escuchar la tarea dada por el adulto.

Valoran además que no siempre los infantes dominan específicamente la capacidad porque se les dificulta ejecutar la tarea al escuchar la orientación a pesar de que los contenidos y actividades lo permiten.

En la pregunta tres uno, que representa el 50 % expresa que pudiese darle cumplimiento a la capacidad de regulación del movimiento en la parte principal de la actividad programada y en algunos casos en la parte inicial y el resto expresa que se le puede dar cumplimiento al realizar los ejercicios del desarrollo físico general que responden a la parte inicial y en la mayoría de los casos en la parte principal con mayor peso para su desarrollo.

El 100% de las entrevistadas le concede gran importancia a los juegos de movimiento, cuando expresan que su carácter lúdico motiva e incita a los niños y niñas a ejecutar movimientos, pero falta dominio de cómo utilizarlos en función de la capacidad para que realicen los movimientos con amplitud, energía y espacio, de manera que la orden sea escuchada y asimilada, aunque en ninguno de los casos expresan acerca del recorrido como procedimiento metodológico dentro del proceso educativo.

En la pregunta cinco el 50 % expresa que los niños y las niñas no ejecutan ejercicios con habilidad cuando desarrollan la capacidad, ya que sus movimientos carecen de coordinación y fluidez y el resto que representa el 50 % manifiesta que en algunos casos los pequeños ejecutan ejercicios manifestando la capacidad.

El 100% considera que existen en los niños y niñas dificultad al escuchar la orientación del adulto y falta grado de concentración en las actividades que imparten.

Se hace evidente detallar las principales regularidades:

- Las maestras de preescolar le conceden importancia al juego de movimiento.

- No aprovechan las potencialidades del recorrido como procedimiento organizativo para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación.
- Los niños y niñas del grado preescolar no ejecutan ejercicios manifestando el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.
- No existe un consenso entre los infantes en la forma en que deben ejecutar las diferentes habilidades.

## **2.2 Propuesta de solución. Fundamentación y especificidades**

Sin lugar a dudas la educación cubana alcanza significativos logros, pero es indispensable continuar avanzando en aras del mejoramiento, para solucionar los problemas actuales y proyectarse hacia el desarrollo futuro.

No existe un modelo pedagógico único que permita agrupar el conjunto de propuestas que se han nutrido de los avances de la psicología y de las teorías del aprendizaje realizadas durante la segunda mitad del pasado siglo. Estos han permitido explicar las limitaciones de la educación actual y evidencia las potencialidades del futuro.

El papel fundamental que juegan las actividades y la comunicación en el desarrollo psíquico del niño o niña, en la apropiación de la experiencia histórica social materializada en los objetos de la cultura material espiritual. La ampliación y el enriquecimiento de la enseñanza por ser la vía que permite potenciar el máximo desarrollo de las cualidades y procesos psíquicos que se forman en el niño o niña en cada etapa y no la aceleración que tienden a introducir en las edades tempranas dentro de los contenidos y métodos propios en la edad preescolar.

Fomentar en los niños y niñas valores, habilidades, actitudes, hábitos, son propósitos y objetivos que se encuentran inmersos en la materia de la Educación Física, además de desarrollar destrezas, habilidades motrices básicas y capacidades físicas con el niño y niña de edad preescolar, pues las actividades orientadas, planeadas y aplicadas de la mejor manera, proporcionan al educando un mejor medio sociabilizador para el individuo.

Las características de cada ciclo se distinguen principalmente por dos aspectos fundamentales: las edades de los niños y las niñas, los objetivos instructivos – educativos que deben alcanzarse en cada una. Por ello, sobre las bases de las leyes



y los principios pedagógicos y didácticos generales que rigen el proceso educativo y las regularidades metodológicas específicas que se manifiestan en la Educación Física, se hace necesario tratar algunas particularidades metodológicas de la Educación Física, en correspondencia con cada una de las etapas, para de esta forma contribuir a la elevación de la efectividad del tratamiento de dirección del proceso educativo que han desarrollado.

No hay dudas de que el niño o niña debe educarse desde el nacimiento pero esta tarea que es tan compleja como hermosa, requiere que todos estén preparados suficientemente, conocer profundamente las posibilidades y las limitaciones físicas y psíquicas, solo así se podrá realizar con ellos un trabajo educativo efectivo. El juego constituye, como diría Venguer la actividad rectora, de ahí que se exprese con regularidad que el niño vive cuando juega y aprende a vivir jugando.

Por ello el juego constituye una forma organizativa crucial del proceso educativo, pero a su vez, se convierte en un procedimiento fundamental presente en cualquier tipo de actividad.

La propuesta está conformada por actividades de recorrido variados, dirigidos a elevar el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento en el sexto año de vida. Contiene actividades de recorrido suficientes que propician la manifestación de habilidades y destrezas en los niños y niñas.

Para la realización de las actividades se tuvo en cuenta toda una serie de requisitos metodológicos sobre la base de diferentes aspectos psicológicos, pedagógicos y sociológicos relacionados al desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

Las actividades de recorrido se caracterizan por el carácter variado y motivado, ambos están vinculados con el área del desarrollo de Nociones Elementales de Matemática, las habilidades motrices básicas y la capacidad de regulación del movimiento.

Al elaborar la propuesta se tienen en cuenta los siguientes aspectos: dificultades detectadas en la constatación inicial, importancia y necesidad de elevar el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento

alcanzados por los niños y niñas, característica de la muestra a los que está dirigida la propuesta de solución, los intereses y capacidades físicas.

La autora a partir de su experiencia propone actividades que pueden ser llevadas directamente a los infantes dentro del proceso educativo de la Educación Física, la cual está vinculada a un área del desarrollo de suma prioridad como es la de Nociones Elementales de Matemática, utilizadas además no sólo para la actividad programada de Educación Física, sino también para la motora independiente y otras actividades de carácter práctico.

La propuesta está compuesta por ocho actividades de recorrido que van encaminados a elevar el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento las cuales constan de: título, objetivo, forma organizativa, proceder metodológico, desarrollo, etc.

Se tienen en cuenta la dimensión e indicadores para evaluar el nivel de desarrollo de la capacidad alcanzado por nuestros niños y niñas con métodos apropiados donde se ejecutó, controló y evaluó la efectividad de la propuesta.

En la propuesta adquiere un lugar importante el conjunto de actividades de recorrido diseñadas, se incrementa la complejidad de las mismas que deben ejecutarse para alcanzar los objetivos propuestos en cada una.

Las actividades de recorrido gustan mucho a los niños y niñas, en estos, los propios infantes construyen el trayecto a recorrer ubicando ellos mismos los materiales o aprovechando los recursos naturales del área. Estas actividades además de enriquecer los movimientos y desarrollar las capacidades motrices contribuyen al desarrollo sensorial y del lenguaje, activando el vocabulario, desarrollando formas superiores del pensamiento como es la memoria.

Las actividades de recorrido variadas están sujetas a un proceso de retroalimentación y actualización sistemático, a partir de los resultados que se obtengan en los controles que realice la investigadora en cada una de ellas y que permitan comprobar cómo se comporta la muestra durante la aplicación de los mismos.

**Aspectos a tener en cuenta en el recorrido:** Considerar el orden de ejecución de las tareas motoras con relación a los materiales (no ubicar tareas que requieran

equilibrio y concentración después de desplazamientos como carreras y saltos), tener en cuenta los cambios de posición del niño o niña (combinar movimientos en planos altos y bajos), seleccionar materiales que ofrezcan seguridad al niño o niña (altura, texturas), lo más importante del trabajo es reflexionar sobre los ejercicios de recorrido variados que se proponen estimular a los niños y niñas de sexto año para que desarrollen aún más la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Definición de términos:**

**Juego:** es el modo natural de vida del preescolar, por tanto debe ser considerado el método para el jardín de infantes, se basa en intereses y necesidades naturales del niño o niña; la autora de esta investigación se acoge al mismo.

**Habilidad:** es el dominio de un complejo sistema de acciones psíquicas y prácticas necesarias para una regulación racional de la actividad con la ayuda de los conocimientos y hábitos que la persona posee. (A. Petrovski. 1986:159)

**Habilidad motora:** capacidad del individuo para realizar con éxito operaciones de tipo práctica.

**Actividades de recorrido.**

**Actividad No. 1**

**Título:** Los carritos locos.

**Objetivo:** Desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Pomos de arena, cajas, diana.

**Proceder metodológico.**

**Organización:** Los niños/as en dúos y tríos, formados en cuatro hileras, con carritos en el pecho que están adornados con distintos colores, verde, rojo o amarillo, el terreno adornado con semáforos y señales, detrás de una línea de partida. La educadora con claves y la voz realizará la orientación del recorrido, anteriormente explica de forma que todos los niños y niñas comprendan el camino a recorrer.

**Desarrollo:** A la voz de la educadora los niños y niñas en dúos y tríos comienzan el recorrido.

- Caminan en zig - zag, de manera rápida y lenta según se les indique.
- Pero a la orden los carros se separan, deben hacerlo con rapidez y a la orden los carros se unen deben hacerlo de igual forma.
- Golpean pomos de arena para encontrar dentro de una caja carros de igual color al suyo.
- Siguen el recorrido al ritmo de las palmadas en cuadrupedia por debajo de un puente realizado por los propios niños.
- Una vez realizado el lanzamiento a la diana, correrá rápido a colocarse detrás del último niño o niña de la hilera y los dúos y tríos se agrupan nuevamente.

**Aspectos a observar:**

**1-**Una vez que los dúos y tríos ya estén a mediados del recorrido, la maestra dará la orden para que salga el próximo.

**2-**La forma de ser ganador será realizando las acciones correctamente y no de forma rápida.

**3-**Tratar de que cada dúo o trío repita el recorrido la mayor cantidad de veces posible.

**Acción 1:** Orientación y descripción de la actividad.

**Operaciones:**

- Describir la actividad.
- Organizar el grupo.
- Explicación de las reglas.

**Acción 2:** Control durante la ejecución práctica de los alumnos.

**Operaciones:**

- Corregir los posibles errores que se presentan durante la ejecución por parte de los niños y niñas, una vez finalizada la actividad.

**Acción 3:** Evaluación de los resultados.

**Operaciones:**

- Evaluar la calidad de la ejecución de las acciones y estimulación a los ganadores.

## Actividad No. 2

**Título:** El trencito de la fantasía.

**Objetivo:** Desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Mesas, cajas, pelotas, diana, aro.

### **Proceder metodológico.**

**Organización:** Los niños y niñas estarán organizados en dos hileras detrás de una línea de salida. Al frente la maestra con antelación trazó un recorrido, ubicando los materiales en forma de semi-círculo, a través del cual los niños y niñas van a ejercitar distintas habilidades motrices y en especial la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos. Antes de comenzar la actividad la maestra explica y demuestra de forma clara y precisa la forma en que se ejecutarán las distintas acciones.

**Desarrollo:** A una señal de la maestra los 2 primeros niños o niñas de la hilera salen y comienzan el recorrido de la siguiente forma:

- Al sonido del silbato los niños y niñas salen caminando por dentro del aro y realizan con su cuerpo movimientos de forma creadora, con energía y amplitud.
- Agrupan figuras geométricas según el color y la forma que se indica en la tarjeta.
- Hacen la cuadrupedia por debajo de las mesas.
- Agrupan figuras geométricas según el color y forma que se indica en la tarjeta.
- Corren hacia la mesa de manera rápida y lenta por orden verbal.
- Al final lanzan las pelotas a la diana.

### **Aspectos a observar:**

1-Una vez que el niño o niña ya esté a mediados del recorrido, la maestra dará la orden para que salga el próximo.

2-La forma de ser ganador será realizando las acciones correctamente y no de forma rápida.

3-Tratar de que cada niño o niña repita el recorrido la mayor cantidad de veces posible.

**Acción 1:** Orientación y descripción de la actividad.

**Operaciones:**

- Describir la actividad.
- Organizar el grupo.
- Explicación de las reglas.

**Acción 2:** Control durante la ejecución práctica de los alumnos.

**Operaciones:**

- Corregir los posibles errores que se presentan durante la ejecución por parte de los alumnos, una vez finalizada la actividad.

**Acción 3:** Evaluación de los resultados.

**Operaciones:**

- Evaluar la calidad de la ejecución de las acciones y estimulación a los ganadores.

### **Actividad No. 3**

**Título:** Viaje en busca de sorpresas.

**Objetivo:** Desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Cajas, sacos, escalera.

**Proceder metodológico.**

**Organización:**

Los niños y niñas detrás de una línea marcada, en el terreno a cierta separación cajas, bolsas con tarjetas, sacos y escalera. Al frente la maestra con antelación trazó un recorrido, ubicando los materiales en forma de semi-círculo, a través del cual los niños y niñas van a ejercitar distintas habilidades motrices y en especial la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos. Antes de comenzar la actividad la maestra explica y demuestra de forma clara y precisa la forma en que se ejecutarán las distintas acciones.

**Desarrollo:** Se invitan a salir los dos primeros niños y niñas de cada hilera.

- Salen los dos primeros dentro de sacos con movimientos fuertes y lentos según el sonido de las claves, dejando los sacos a 5m de distancia después de caminar.

- Saltar hasta la primera caja de manera que sean largos y cortos, que dentro tendrá una tarjeta con cierta cantidad de objetos pintados, el niño o niña debe contar los objetos.
- Corre en busca de otra sorpresa, escoge la tarjeta y debe realizar la misma tarea.
- Mover todo su cuerpo con movimientos grandes – menos y más amplios.
- Trepa por la escalera y realiza la cuadrupedia de acuerdo a la orientación verbal de la educadora que puede ser lento o lo más rápido posible.

**Aspectos a observar:**

1-Una vez que el niño o niña ya esté a mediados la maestra dará la orden para que salga el próximo.

2-La forma de ser ganador será realizando las acciones correctamente y no de forma rápida.

3-Tratar de que cada niño o niña repita el recorrido la mayor cantidad de veces posible.

**Acción 1:** Orientación y descripción de la actividad.

**Operaciones:**

- Describir la actividad.
- Organizar el grupo.
- Explicación de las reglas.

**Acción 2:** Control durante la ejecución práctica de los alumnos.

**Operaciones:**

- Corregir los posibles errores que se presentan durante la ejecución por parte de los alumnos, una vez finalizada la actividad.

**Acción 3:** Evaluación de los resultados.

**Operaciones:**

- Evaluar la calidad de la ejecución de las acciones y estimulación a los ganadores.

**Actividad No.4**

**Título:** El equilibrista.

**Objetivo:** Desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Pomos, pelotas, obstáculos.

**Proceder metodológico.**

**Organización:**

Los niños y niñas formados en dos equipos detrás de una línea de partida; al frente la maestra con antelación trazó un recorrido, ubicando los materiales en forma de semi-círculo, a través del cual los niños y niñas van a ejercitar distintas habilidades motrices y en especial la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos. Antes de comenzar la actividad la maestra explica y demuestra de forma clara y precisa la forma en que se ejecutarán las distintas acciones.

**Desarrollo:** Los niños y niñas formados en hileras detrás de una línea de partida.

- Al toque de las claves el niño o niña de cada hilera sale corriendo llevando un objeto en cualquier parte de su cuerpo de forma creadora.
- Gira tres veces y camina en punta de pies con brazos estirados por el camino que le guste, diciendo si es más largo o más corto (frente tendrá dos caminos de diferentes largos marcados en el terreno).
- Rueda el objeto que tienen hacia distintas direcciones y regresa en cuadrupedia de forma lenta y rápida.

**Aspectos a observar:**

**1-**Una vez que el niño o niña ya esté a mediados del recorrido, la maestra dará la orden para que salga el próximo.

**2-**La forma de ser ganador será realizando las acciones correctamente y no de forma rápida.

**3-**Tratar de que cada niño o niña repita el recorrido la mayor cantidad de veces posible.

**Acción 1:** Orientación y descripción de la actividad.

**Operaciones:**

- Describir la actividad.
- Organizar el grupo.
- Explicación de las reglas.



**Acción 2:** Control durante la ejecución práctica de los alumnos.

**Operaciones:**

- Corregir los posibles errores que se presentan durante la ejecución por parte de los alumnos, una vez finalizada la actividad.

**Acción 3:** Evaluación de los resultados.

**Operaciones:**

- Evaluar la calidad de la ejecución de las acciones y estimulación a los ganadores.

### **Actividad No. 5**

**Título:** El despertar.

**Objetivo:** Desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Mesas, pelotas de tela o goma.

**Proceder metodológico.**

**Organización:** Los niños/as en posición de sentado detrás de una línea de partida, en una distancia de 10m, la maestra trazó con antelación un recorrido, ubicando los materiales necesarios, a través del cual los niños y niñas van a ejercitar distintas habilidades motrices y en especial la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos. Antes de comenzar la actividad la maestra explica y demuestra de forma clara y precisa la forma en que se ejecutarán las distintas acciones.

**Desarrollo:** A una señal de la maestra los 2 primeros niños o niñas de la hilera salen y comienzan el recorrido de la siguiente forma:

- Caminan en punta de pies, con los brazos estirados, realizando los movimientos por orden verbal de manera rápida o despacio y a partir de sonidos de la clave que serán fuertes o suaves.
- Seleccionan en una mesa objetos del mismo tamaño (grande o pequeño) según el modelo y agrupan en ella.
- Realizan saltos de mayor o menor altura según la orden.
- Llegan en busca de la pelota para lanzarla al niño o niña que está al final tratando de realizar un lanzamiento largo y corto, según se indique.

- Atrapan la pelota los niños que están al final del camino.
- Regresan corriendo de manera rápida y de esta forma termina el camino recorrido.

**Aspectos a observar:**

- 1- Una vez que el niño o niña ya esté a mediados del recorrido, la maestra dará la orden para que salga el próximo.
- 2- La forma de ser ganador será realizando las acciones correctamente y no de forma rápida.
- 3- Tratar de que cada niño o niña repita el recorrido la mayor cantidad de veces posible.

**Acción 1:** Orientación y descripción de la actividad.

**Operaciones:**

- Describir la actividad.
- Organizar el grupo.
- Explicación de las reglas.

**Acción 2:** Control durante la ejecución práctica de los alumnos.

**Operaciones:**

- Corregir los posibles errores que se presentan durante la ejecución por parte de los niños y niñas, una vez finalizada la actividad.

**Acción 3:** Evaluación de los resultados.

**Operaciones:**

- Evaluar la calidad de la ejecución de las acciones y estimulación a los ganadores.

**Actividad No. 6**

**Título:** El camino de las sorpresas.

**Objetivo:** Desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Cajas de cartón, 2 mesas escolares, 3 cubitos de colores, aro, pelotas de tela o goma, bolo, diana, banco gimnástico o viga.

**Proceder metodológico.**

**Organización:** Los niños y niñas estarán organizados en 2 hileras detrás de una línea de salida. Al frente la maestra con antelación trazó un recorrido, ubicando los materiales en forma de semi-círculo, a través del cual los niños y niñas van a ejercitar distintas habilidades motrices y en especial la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos. Antes de comenzar la actividad la maestra explica y demuestra de forma clara y precisa la forma en que se ejecutarán las distintas acciones.

**Desarrollo:** A una señal de la maestra los 2 primeros niños o niñas de la hilera salen y comienzan el recorrido de la siguiente forma:

- Corren rápido hasta la primera caja ubicada a 10 m. de la salida (a 1 m. de la caja estará situada una mesa escolar), dentro de la caja habrá 2 tarjetas que indicarán a través de un dibujo, si deben cruzar por encima o por debajo de la mesa. La pareja elige una tarjeta, ven la orden y la dejan de nuevo en la caja.
- Si la tarjeta indica pasar la mesa por encima lo hacen y a continuación se desplazan saltando con una y otra pierna alternadamente hasta la próxima caja, situada a 10 m. Si la indicación de la tarjeta fuera pasar la mesa por debajo, entonces el desplazamiento posterior hasta la caja es en cuadrupedia.
- Unir objetos por su color.
- Dentro de esta caja habrán 3 cubitos de colores (azul, rojo y verde) y al lado, dentro de un aro varias pelotas pequeñas de tela o goma, sin mirar sacarán un cubito, que indicará la siguiente acción:
  - Cubo rojo: Lanzar la pelota a una diana situada a 10 m.
  - Cubo azul: Lanzar la pelota, tratando de derribar un bolo colocado a 10 m.
  - Cubo verde: Rodar la pelota, también tratando de derribar el bolo.
- El desplazamiento hasta la próxima caja será caminando despacio sobre un banco o viga a 15 ó 20 cm. del piso, donde volverá a unir objetos según se le indica.
- Dentro de esta caja sólo habrá una tarjeta que indicará a la pareja, trasladar una mesa escolar allí situada, hasta una marca a 3 m. de distancia y luego traerla de nuevo al lugar donde se encontraba.
- Seguidamente se desplazan en la punta de los pies hasta el final de su hilera.

**Aspectos a observar:**

- 1- Una vez que el niño o niña ya esté a mediados del recorrido, la maestra dará la orden para que salga el próximo.
- 2- La forma de ser ganador será realizando las acciones correctamente y no de forma rápida.
- 3- Tratar de que cada niño o niña repita el recorrido la mayor cantidad de veces posible.
- 4- Los gráficos de las tarjetas deben estar bien dibujados para que los niños y niñas no se confundan.

**Acción 1:** Orientación y descripción de la actividad.

**Operaciones:**

- Describir la actividad.
- Organizar el grupo.
- Explicación de las reglas.

**Acción 2:** Control durante la ejecución práctica de los alumnos.

**Operaciones:**

- Corregir los posibles errores que se presentan durante la ejecución por parte de los alumnos, una vez finalizada la actividad.

**Acción 3:** Evaluación de los resultados.

**Operaciones:**

- Evaluar la calidad de la ejecución de las acciones y estimulación a los ganadores.

**Actividad No. 7**

**Título:** El silbato saltador.

**Objetivo:** Desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Pelotas medianas de aire, aros y silbato.

**Proceder metodológico.**

**Organización:** Los niños y niñas estarán organizados en 5 hileras detrás de una línea de salida. Al frente a 15 m. de cada hilera se coloca un aro con una pelota

mediana dentro y a 5 m. de este se marca la línea final. La maestra se colocará en un lugar desde donde observe a todos los niños y niñas y estos la observen a ella, esta tendrá un silbato para comenzar la acción. Antes de comenzar la actividad la maestra explica y demuestra de forma clara y precisa la forma en que se ejecutarán las distintas acciones.

**Desarrollo:** La maestra sonará el silbato y los 5 primeros niños o niñas de cada hilera ejecutan la acción que la maestra indique a través del silbato, las cuales serán las siguientes:

- Silbatazos prolongados, saltos grandes al frente con ambas piernas a la mayor distancia posible.
- Comparar con el vocabulario adecuado según más – menos o igual cantidad de forma cualitativa.
- Silbatazos fuertes y cortos, saltos enérgicos con ambas piernas en el lugar buscando altura.
- Comparar con el vocabulario adecuado según le corresponda.
- Silbatazos cortos y dobles, avanzar saltando con una pierna.
- Al llegar al círculo cada niño o niña cogerá la pelota, se la coloca entre las piernas y salta con ambas piernas hasta la línea final. Al regreso coloca de nuevo la pelota en el círculo y corre por fuera a situarse detrás de su hilera.

**Aspectos a observar:**

- 1- La forma de ser ganador será identificando la orden que indica el silbato y realizando las acciones correctamente y no de forma rápida.
- 2- Tratar de que cada niño o niña repita el recorrido la mayor cantidad de veces posible.

**Acción 1:** Orientación y descripción de la actividad.

**Operaciones:**

- Describir la actividad.
- Organizar el grupo.
- Explicación de las reglas.

**Acción 2:** Control durante la ejecución práctica de los alumnos.

**Operaciones:**

- Corregir los posibles errores que se presentan durante la ejecución por parte de los alumnos, una vez finalizada la actividad.

**Acción 3:** Evaluación de los resultados.

**Operaciones:**

- Evaluar la calidad de la ejecución de las acciones y estimulación a los ganadores.

### **Actividad No. 8**

**Título:** Travesía difícil.

**Objetivo:** Desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Banco gimnástico o muro, pelotas pequeñas y una grande de aire, manta o alfombra y aro.

**Proceder metodológico.**

**Organización:** Los niños y niñas estarán organizados en una hilera detrás de una línea de salida. Al frente la maestra con antelación trazó un recorrido, ubicando los materiales en forma de semi-círculo, a través del cual los niños y niñas van a ejercitar distintas habilidades motrices y en especial la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos. Antes de comenzar la actividad la maestra explica y demuestra de forma clara y precisa la forma en que se ejecutarán las distintas acciones.

**Desarrollo:** A una señal de la maestra el primer niño o niña de la hilera sale y comienza el recorrido de la siguiente forma:

- Camina despacio con los brazos laterales por sobre un banco gimnástico o muro a 15 ó 20 cm. del piso.
- Al bajarse del banco habrá un círculo o aro en el piso con una pelota mediana de aire colocada dentro, a la cual rebotará enérgicamente contra el piso, y la atrapará antes de que caiga, dejándola dentro del círculo.
- Agrupa los materiales por su naturaleza y color.
- Se desplazará en cuadrupedia con movimientos amplios de brazos y piernas hasta una manta o alfombra que estará situada a 5 m.

- Sobre el paño, rodará despacio con su cuerpo (3 vueltas).
- Ya de pie, ejecutará 3 saltos enérgicos con ambas piernas, buscando la mayor distancia posible.
- Llegará a una caja que contiene pelotas pequeñas de tela o goma, toma una y la lanza hacia un blanco situado a 10 m. aproximadamente.
- Agrupa por su forma materiales de manera sencilla.

**Aspectos a observar:**

- 1- Una vez que el niño o niña ya esté a mediados del recorrido, la maestra dará la orden para que salga el próximo.
- 2- La forma de ser ganador será realizando las acciones correctamente y no de forma rápida.
- 3- Tratar de que cada niño o niña repita el recorrido la mayor cantidad de veces posible.

**Acción 1:** Orientación y descripción de la actividad.

**Operaciones:**

- Describir la actividad.
- Organizar el grupo.
- Explicación de las reglas.

**Acción 2:** Control durante la ejecución práctica de los alumnos.

**Operaciones:**

- Corregir los posibles errores que se presentan durante la ejecución por parte de los niños y niñas, una vez finalizada la actividad.

**Acción 3:** Evaluación de los resultados.

**Operaciones:**

- Evaluar la calidad de la ejecución de las acciones y estimulación a los ganadores.

**2.3 Análisis de los resultados que permiten comparar el pre-test y el post-test**

**Resultados del pre-test**

Con la intención de profundizar en las particularidades con que se manifiesta el problema en la población determinada para el estudio que se presenta, se aplicó la guía de observación (anexo 3) y la prueba pedagógica inicial (anexo 4).

Los resultados obtenidos con la aplicación de la guía de observación que tuvo como objetivo comprobar el nivel de desarrollo en relación a la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento, se relacionan a continuación de forma cualitativa.

En el aspecto uno que se refiere a la manifestación del interés y la motivación durante las actividades físicas, cinco niños y niñas que representan (25%), se ubican en el nivel alto porque logran comunicarse durante la actividad con la maestra y otros infantes en la realización de la actividad física; se estimulan por realizar ejercicios físicos variados, prestan atención y manifiestan un estado de ánimo favorable; siete (35%) se ubican en el nivel medio porque no logran una comunicación fluida de manera sistemática durante las actividades físicas, ni se estimulan de forma estable para realizar las mismas, desvían su atención y manifiestan un estado de ánimo variable, ocho (40%) se ubican en el nivel bajo porque manifiestan muy poco interés y motivación, la comunicación es pobre, casi no se estimulan, desvían su atención y cambian el estado de ánimo.

En el aspecto dos que se relaciona con el nivel de desarrollo que manifiestan de habilidades y destrezas al realizar ejercicios, cuatro (20%) se ubican en el nivel alto porque logran realizar los ejercicios del desarrollo físico general manifestando la misma, los ejercicios principales y en los juegos de movimiento o de recorrido además durante las actividades motoras e independientes; seis (30%) se ubican en el nivel medio pues se evidencian en ellos un menor desarrollo de las habilidades y destrezas durante los ejercicios principales, juegos de movimiento o de recorrido y la actividad motora; diez (50%) se ubicaron en el nivel bajo porque manifiestan un nivel de desarrollo de las habilidades y destrezas muy bajo durante los ejercicios principales, juegos de movimiento o de recorrido y la actividades motoras.

En el aspecto número tres que hace referencia a la forma en que se evidencia la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento, se ubicaron en el nivel alto dos (10%) porque logran realizar los ejercicios ejecutando los cambios según las orden verbal, de forma coordinada y regulando el movimiento, seis (30%) se ubican en el nivel medio porque al realizar los ejercicios no siempre ejecutan los cambios necesarios según la orden verbal, le falta la coordinación y la regulación del



movimiento, es inestable; 12 (60%) se ubican en el nivel bajo porque al realizar los ejercicios casi no ejecutan los cambios necesarios, ni escuchan la orden, no manifiestan casi coordinación ni logran regular el movimiento.

Se pudo constatar tal como se expresa anteriormente que los resultados son bajos, pues los niños y las niñas demostraron deficiencias en cuanto a:

- Los niños y las niñas no manifiestan el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento y no tienen dominio de la misma.
- Durante las actividades de Educación Física e independiente no se expresa la regulación del movimiento de una manera rápida o lenta ni a través de la orden verbal, por lo que es insuficiente su desarrollo, falta interés y motivación.
- Los niños y las niñas de sexto año de vida no manifiestan habilidades y destrezas al realizar los ejercicios físicos, no logran en su totalidad el grado de concentración necesario para propiciar un mejor desarrollo de la capacidad física coordinativa.
- Se evidencia poca interdisciplinariedad con otras áreas del desarrollo.

La prueba pedagógica inicial se aplicó a los niños y niñas del grado preescolar en el pre-test con el objetivo de obtener información relacionada con los modos de actuación en correspondencia con la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento y la edad la que ha evidenciado que es insuficiente el nivel de desarrollo de la misma, lo que encuentra fundamento en las deficiencias que aún subsisten.

Los resultados obtenidos permitieron ubicar a los niños y las niñas en los niveles alto, medio y bajo en cada uno de los indicadores muestreados, tal como se refiere en la escala valorativa (anexo 6).

A continuación se presenta una descripción de los resultados obtenidos de la medición de los indicadores de la dimensión de la variable operacional.

**Dimensión:** Modos de actuación en correspondencia con la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento y la edad.

**Indicador 1.1** Relacionado con el nivel de interés que muestran los niños y las niñas para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento durante las actividades, cuatro para un (20%) alcanzan un nivel alto, pues los infantes manifiestan con sistematicidad interés por el desarrollo de la capacidad

física coordinativa de regulación del movimiento durante las actividades de Educación Física, seis para un (30%) se ubican en nivel medio, pues solo en algunos momentos manifiestan de forma inestable el interés para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento durante las actividades de Educación Física, diez para un (50%) se ubican en el nivel bajo, pues no muestran interés para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento durante la actividad de Educación Física.

**Indicador 1.2** tres para un (15%) se encuentran en un nivel alto, ya que manifiestan habilidad y destreza al realizar los ejercicios físicos en las distintas partes de la actividad y cuando realizan las habilidades motrices básicas, seis para un (30%) alcanzan el nivel medio ya que solo en ocasiones manifiestan habilidad y destreza en el momento de realizar la actividad porque presentan algunas imprecisiones cuando ejecutan las habilidades y otros ejercicios y se ubican 11 para un (55%) en el nivel bajo, pues manifiestan muy pocas habilidades y destrezas al realizar los ejercicios de saltar y realizar la cuadrupedia.

**Indicador 1.3** Relacionado con la realización de los ejercicios de forma coordinada, cuatro para un (20%) se ubican en el nivel alto, porque durante la actividad y en las diferentes partes de la actividad, lograron sistemáticamente realizar ejercicios de forma coordinada, tres para un (15%) se ubican en el nivel medio, porque los niños y las niñas solo en ocasiones realizan los ejercicios con coordinación, 13 para un (65%) se ubican en el nivel más bajo, pues los niños y las niñas no realizan los ejercicios con coordinación, existen dificultades en las distintas partes de la actividad programada y en especial la parte principal.

**Indicador 1.4** Referente a si los niños y niñas al realizar los ejercicios son capaces de expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento, cinco para un (25%) se ubican en el nivel alto, ya que en los diferentes momentos de la actividad los pequeños realizan los ejercicios expresando la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento, comprenden el momento en que deben realizar su movimiento de una forma más rápida o más lenta, cuando ejecutan los ejercicios por la orden verbal de forma acertada, cuatro para un (20%) se ubican en el nivel medio, ya que los pequeños a la hora de regular los ejercicios en las

diferentes partes de la actividad programada lo expresan en ocasiones cuando comprenden el momento en que deben realizar su movimiento.

Se ubicaron 11 para un (55%) en el nivel bajo, porque los niños y niñas no son capaces de regular a la hora de realizar los ejercicios y se detienen al cambiar de una habilidad para otra constantemente, incluso no comprenden el momento en que el movimiento debe realizarse en correspondencia con la orden dada, o sea, regular la ejecución del movimiento en el momento.

La autora considera a partir de los resultados expuestos anteriormente que se ha comprobado que existe un insuficiente nivel de desarrollo de la capacidad porque nuestros infantes no realizan los ejercicios y habilidades motrices básicas con coordinación, falta habilidad y destreza al ejecutar los movimientos, pero no cambian en el momento indicado según la orden verbal.

### **Post-test**

Las actividades aplicadas para encaminar la solución al problema científico declarado en virtud de cumplir el objetivo propuesto en la presente investigación fueron sometidas a condiciones experimentales de los niños y niñas seleccionados como muestra. Se aplicó la guía de observación que coincidió con la aplicada en la etapa del pre-test.

Los resultados demuestran que en el aspecto uno 13 de los infantes de la muestra se ubican en el nivel alto para un (65%) ya que manifiestan interés y motivación durante las actividades físicas puesto que se establece una comunicación durante la misma, las maestras interactúan con ellos y son capaces de estimular la realización de los ejercicios físicos lo que permite un mejor estado de ánimo, prestan atención y logran realizar la tarea con satisfacción, siete (35%) manifiestan sistemáticamente un interés y motivación durante la actividad, su comunicación es fluida, interactúan con la maestra y otros niños pero dispersan su atención, en ocasiones se estimulan al realizar los ejercicios físicos variados, se evidencia un buen estado de ánimo, y nadie en el nivel bajo.

En el aspecto dos que se refiere al nivel de desarrollo que manifiestan de habilidades y destrezas al realizar los ejercicios físicos 11 (55%) se elevan al nivel alto porque manifiestan habilidades y destrezas cuando realizan los ejercicios del desarrollo

físico general, en los ejercicios principales al realizar las distintas habilidades motrices básicas, en los juegos de movimiento y a su vez cuando realizan el recorrido y también durante las actividades de la motora independiente, ocho que representan un (40%) se ubican en el nivel medio ya que falta habilidad y destreza cuando realizan los ejercicios del desarrollo físico general, en los ejercicios principales cuando deben ejecutar las distintas habilidades motrices básicas y también cuando realizan los juegos de movimiento, el recorrido y en ocasiones durante la motora, y solo uno que representa el (5%) de la muestra se encuentra en el nivel bajo, porque en muy escaso momento manifiesta habilidad y destreza cuando realiza los ejercicios del desarrollo físico general, tampoco lo expresa cuando ejecuta los ejercicios principales al realizar las diferentes habilidades motrices básicas y no se observa además cuando realiza los juegos de movimiento o el recorrido.

En el aspecto tres referido a la forma en que se evidencia la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento, 14 que representan un (70%) realizan los ejercicios ejecutando los cambios necesarios dentro de la actividad según la orden verbal del adulto lo que le permite la realización de los ejercicios de forma coordinada y a su vez regular los movimientos cuando realizan los diferentes ejercicios en combinación con las distintas habilidades, cuatro ( 20%) fueron capaces de ejecutar los cambios necesarios según la orden del adulto lo que posibilitó que en ocasiones realizaran los movimientos con cierta coordinación y a su vez regular los movimientos, y dos (10%) no logran realizar los ejercicios ejecutando los cambios necesarios dentro de la actividad según la orden del adulto, esto infiere en la falta de coordinación y a su vez le dificulta la regulación del movimiento cuando realizan los ejercicios combinados a las distintas habilidades motrices básicas.

Se pudo constatar tal como se refleja que:

- Los niños y las niñas manifiestan el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento y tienen dominio de la misma durante las actividades de Educación Física e independiente.
- Se expresa la regulación del movimiento de una manera rápida, lenta y en diferentes formas a través de la orden verbal, por lo que se evidencia su desarrollo.

- Muestran interés y motivación, manifiestan habilidades y destrezas al realizar los ejercicios físicos, logran en su totalidad el grado de concentración necesario para propiciar un mejor desarrollo de la capacidad física coordinativa.
- Se evidencia interdisciplinariedad con otras áreas del desarrollo.

Al concluir la aplicación de las actividades de recorrido se procedió a comprobar su efectividad en la práctica educativa y el estado de transformación de los sujetos tomados como muestra. Se aplicó una prueba pedagógica final (anexo 5), para evaluar el comportamiento de los indicadores declarados en la variable operacional, a continuación se reflejan los resultados:

Para la constatación final de la **dimensión** que se refiere a modos de actuación en correspondencia con la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento y la edad.

**Indicador 1.1** Relacionado con el nivel de interés que muestran nuestros niños y niñas para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento durante las actividades de Educación Física, 15 para un (75%) se elevan al nivel alto porque manifiestan sistemáticamente con interés el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento durante las actividades de Educación Física, al escuchar la orden de la maestra y ejecutar las habilidades motrices básicas de acuerdo a la orientación con estimulación y al ritmo indicado, cinco para un (25%) se ubican en nivel medio, pues solo en algunos momentos de forma inestable manifiestan interés por el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento durante las actividades de Educación Física, ya que lanzan y atrapan según se indica, aunque en algún momento dispersan su atención, también se interesan por las demás habilidades motrices básicas, y no hubo pequeños en el nivel bajo ya que el 100% de los mismos manifiestan interés.

**Indicador 1.2** Referente a la manifestación de las habilidades y destrezas al realizar los ejercicios físicos, 15 para un (75%) se elevan a un nivel alto porque los niños y las niñas manifiestan habilidades y destrezas al realizar los ejercicios físicos, en la parte principal de la actividad y responden a las habilidades motrices básicas y sus movimientos, cuatro para un (20%) se ubican en el nivel medio pues los niños y niñas presentan imprecisiones al manifestar habilidad y destreza cuando realizan los

ejercicios físicos; uno para un (5%) se ubica en el nivel bajo, pues no manifiesta y a la vez tiene pocas habilidades y destrezas al realizar los ejercicios físicos, durante la actividad programada cuando ejecutan las habilidades de lanzar, atrapar y saltar según la orden dada.

**Indicador 1.3** Que se refiere a la realización de los ejercicios de forma coordinada, 14 para un (70%) se elevan al nivel alto, pues los infantes de manera sistemática realizan los movimientos con coordinación, en las distintas partes de la actividad programada unidas a las habilidades motrices básicas que se desarrollan, cinco para un (25%) se encuentran en el nivel medio porque solo en ocasiones realizan sus movimientos con cierta coordinación durante la ejecución de los ejercicios; pues realizan las habilidades y ejercicios del desarrollo físico general con coordinación, uno para un (5%) se ubica en el nivel bajo pues realiza los ejercicios con poca coordinación durante la actividad específicamente cuando ejecuta la carrera, el lanzamiento y al atrapar.

**Indicador 1.4** El cual hace referencia si al realizar los ejercicios son capaces de expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento, de ellos 13 para un (65%) se encuentran en el nivel alto, ya que son capaces de expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento durante las actividades que se le ofrecen, porque escuchan la orientación del adulto y ejecutan el movimiento en el momento indicado, se ubican cinco para un (25%) en medio, porque en ocasiones los infantes cometen errores al expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento y el resto de los niños y niñas cambian de movimiento con coordinación y regulación.

Se ubican dos para un (10%) en el nivel bajo pues los pequeños no son capaces de expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento al no escuchar la orientación del adulto, lo cual dificulta la regulación de la tarea motora.

Estos resultados permitieron probar la efectividad de la propuesta aplicada a los niños y niñas de sexto año de vida, contribuyendo al desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento de manera significativa ya que los infantes logran escuchar la nueva tarea, lo cual permite regular su movimiento en el momento indicado, realizar las habilidades motrices básicas y ejercicios con coordinación,

manifiestan habilidad y destreza al realizar los mismos; esto facilitó la efectividad de las actividades, elevando la calidad en cada uno de los indicadores y el porcentaje muy por encima del alcanzado en los instrumentos aplicados al inicio de la investigación, se muestran los resultados en la tabla comparativa (anexo 7) y gráficamente se ilustra en el (anexo 8).

A modo de **conclusión del capítulo** tal como lo revelan los resultados comparativos descritos, se aprecian avances significativos en los infantes con respecto a elevar el nivel de desarrollo de dicha capacidad en las actividades de Educación Física, se logró elevar el nivel de interés y motivación en cada una de las actividades de recorrido, y asumen con alegría el recorrido vinculados al área de Nociones Elementales de Matemática, siguiendo su proceder metodológico. Se evidencia la eficiencia para cumplir el objetivo propuesto en el presente trabajo, en virtud de resolver el problema científico declarado.

## **CONCLUSIONES**

Una vez finalizado el proceso investigativo, es posible concluir que:

Se considera de gran importancia que las maestras de preescolar encargadas y responsabilizadas con la educación de los pequeños en las instituciones posean los conocimientos y modos de actuación necesarios para desarrollar las habilidades y destrezas que llevan al desarrollo de la capacidad de regulación del movimiento en los niños y niñas del grado preescolar.

Los resultados obtenidos en el diagnóstico del estado actual de la capacidad física coordinativa de regulación de los movimientos en los niños y niñas del sexto año de vida de la Escuela Primaria "Mariana Grajales" demuestran la necesidad de aplicar propuestas que posibiliten mejorar el desarrollo de esta capacidad.

Esto se sustenta en los siguientes elementos significativos: existe una carencia en cuanto al nivel de desarrollo de la capacidad de regulación del movimiento en los niños y niñas del grado, por lo que resultó imprescindible diseñar actividades de recorrido que posibiliten la eficacia de dicha capacidad.

El insuficiente nivel de desarrollo de los niños y niñas de sexto año de vida para asimilar la capacidad de regulación del movimiento hace evidente la necesidad de implementar actividades de recorrido que propicien la estimulación de sus potencialidades físicas para el logro del objetivo.

Las actividades de recorrido elaborados, se caracterizan por la variedad y novedad, logran estimular la dinámica grupal, propician un mejor control corporal, promueven el desarrollo de los músculos grandes y pequeños, experimentan el éxito, sienten sensación de poder y su iniciativa se fortalecen, adquieren buenas destrezas físicas y parecen mejorar la confianza en sí mismos, lo que propicia una mejor asimilación de la capacidad, esto demuestra que las actividades de recorrido son un medio instructivo y educativo.

Los resultados obtenidos en la aplicación de la propuesta de solución al problema científico determinado demuestran su factibilidad metodológica, siendo posible comprobar que: se logró elevar el nivel de las habilidades que posibilitan la formación para la capacidad de regulación del movimiento, incluso los infantes ya son capaces de proceder de forma correcta al interactuar con las maestras durante las diferentes



actividades físicas; así queda demostrado los resultados favorables obtenidos con la puesta en práctica.

## **Recomendaciones**

Presentadas las conclusiones anteriores, se recomienda:

Extender la propuesta elaborada a través de sesiones de preparación metodológica, talleres, actividades abiertas del municipio, demostrativas y festivales deportivos.

Se pongan las actividades de recorrido en función de las maestras del grado preescolar, como material de estudio para enriquecer el proceso educativo.

Continuar profundizando en el estudio del tema para solucionar aspectos no resueltos con esta propuesta.

## **Bibliografía**

- Bequer Díaz, Gladis: La Educación Física Preescolar “apuntes”. Impreso en la unidad impresora” José A Huelga”, (s,f).
- Bequer Díaz, Gladis y otros: Juegos de movimientos. Unidad impresora” José A. Huelga”, (s,f).
- Boranat Esteva, Mercedes. El juego en la edad preescolar. Editorial Pueblo y Educación, 2001.
- Bozhovich, L. I: La personalidad y su formación en la edad infantil. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1981.
- CD. Universalización de la Cultura Física (ISCF, Manuel Fajardo).
- Colectivo de autores de educación preescolar: En torno al programa de Educación Preescolar. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de Habana, 1995.
- Colectivo de autores: Estudio sobre las particularidades del desarrollo del niño preescolar cubano. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, 1996.
- Colectivo de autores. Pedagogía ICCP.
- Colectivo de autores. Psicología. Editorial Pueblo y Educación, 1988.
- Compendio acerca de la Educación Física en el Nivel Preescolar.
- Compendio de temas sobre la Educación Física preescolar. Folleto tirado por la dirección provincial del INDER.
- Compendio Bibliográfico complementario. Educación Física y su Metodología. CRD (1. Año).
- Compendio Bibliográfico complementario. Educación Física y su Metodología. CRD (3. Año).
- Cruz Ruiz, Elena Mercedes: El porqué de las Nociones Elementales de Matemática en la edad preescolar. Impreso por el Combinado Poligráfico de Guantánamo, 1989.
- Cruz Ruiz, Elena Mercedes: El mundo de las cantidades en las edades preescolares. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana, 2001.
- Encarta 2007.
- Encarta 2009.

Enciclopedia Autodidáctica Interactiva Océano. Editorial Océano, 2000.

Franco García, Olga y coautores: Lectura para educadores III. Editorial Pueblo y Educación, 2006.

García Morey, Aurora: Psicopatología infantil, su evolución y diagnóstico. Editorial Félix Varela, La Habana, 2003.

González, Catalina. "Compendio de temas de Educación Física reescolar". Programas y orientaciones metodológicas de la Educación Preescolar. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana.

González Maura, Viviana. Psicología para educadores. Editorial Pueblo y Educación, 2001.

GV. I. Lenin: ¿Quiénes son los amigos del pueblo y cómo luchan contra lo social demócrata en selección de textos?

I. A. Kirov y otros: Pedagoguisheskaia Enciclopedia.

Pérez, J. Martí: Escritos sobre educación.

Pérez, J. Martí: Ideario Pedagógico. Editorial Pueblo y Educación, 1990.

Koslova, Svetlana: Temas de Pedagogía Preescolar. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana, 1875.

Labarrere Reyes, Guillermina Y Gladis E. Valdivia Pairol: Pedagogía. Editorial Pueblo y Educación, 1988.

Legaspi de Arismendi, Alcira: Pedagogía Preescolar. Editorial Pueblo y Educación, 1999.

López Hurtado, Josefina y otros: Temas de Psicología Pedagogía para Maestros I. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana, 1987.

López Rodríguez, Alejandro: El proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Física, hacia un enfoque integral físico educativo. Editorial Deportes, 2003.

Manual de consulta para estudiantes de la carrera de educación preescolar y educadoras.

Martínez de Osaba y Goenaga, Juan A: Cultura física y Deportes: Génesis, Evolución y desarrollo (Hasta la Inglaterra del siglo XIX). Editorial Deportes.

Martínez de Osaba y Goenaga, Juan A: Evolución y desarrollo del Deporte (del siglo XIX hasta Sydney 2000). Editorial Deportes, Ciudad de la Habana, 2004.

- Martínez Mendoza, Dr. Franklin y coautores: Los procesos evolutivos del niño. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana, 2001
- Mendzherilskaia D. V y Lenin-Schirina F. D: Fundamentos de la educación comunista de los niños de edad preescolar. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana, 1980.
- Petrovsky, A.V. Psicología General. Editorial Pueblo y Educación, 1970.
- Petrovsky, A.V. Psicología pedagógica y de las edades. Editorial Pueblo y Educación, 1977.
- Programa Educación Preescolar. Cuarto Ciclo. Segunda parte. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana, 1998.
- Rousseau, J.J: Desarrollo físico de los niños y adolescentes, Medguiz, Moscú, 1963.
- Ruiz Aguilera, Ariel y otros. "Gimnasia Básica". Editorial Pueblo y educación. Ciudad de la Habana. 1981.
- Ruiz Aguilera, Ariel y otros: Metodología de la Enseñanza de la Educación Física. Tomo I. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana, 1985.
- Ruiz Aguilera, Ariel y otros: Metodología de la Enseñanza de la Educación Física. Tomo II. Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana, 1986.
- Sechenov, I.M: "Reflejos del encéfalo. Elementos del pensamiento", en obras escogidas, Uchpedguiz, Moscú, 1953.
- Tabloide de la Maestría en Ciencias de la Educación. Módulo I. Primera parte.
- Tabloide de la Maestría en Ciencias de la Educación. Módulo III. Primera parte.
- Tabloide de la Maestría en Ciencias de la Educación. Módulo I. Segunda parte.
- Tabloide de la Maestría en Ciencias de la Educación. Módulo III. Segunda parte.
- Tabloide de la Maestría en Ciencias de la Educación. Módulo II. Tercera Parte.
- Temas de Psicología Pedagógica para maestros I. Editorial Pueblo y Educación, 1987.
- Temas de Psicología Pedagógica para maestros II. Editorial Pueblo y Educación, 1989.
- Temas de Psicología Pedagógica para maestros III. Editorial Pueblo y Educación, 1990.
- Valdés García, Miriam y otros: Simiente No 2, Ciudad de la Habana, 1984.

Valdés García, Miriam: Teoría y Metodología de la Educación Física. Preescolar. .  
Editorial Pueblo y Educación, Ciudad de la Habana, 1982.

Venguer, L. A: Pedagogía de las Capacidades. Editorial Orbe. La Habana, 1979.

Venguer, L. A. Temas de Psicología Preescolar. Editorial Pueblo y Educación, La  
Habana, 1981.

## **Anexo 1**

### **Guía documental**

**Objetivo:** obtener información sobre los diferentes documentos utilizados con respecto al trabajo de las capacidades físicas coordinativas.

#### **Documentos revisados.**

- 1-Programa y Orientaciones Metodológicas del Perfeccionamiento. 4. Ciclo grado preescolar.
- 2-Compendio de temas sobre la Educación Física Preescolar.
- 3- Folleto acerca de la Educación Física en el nivel Preescolar.
- 4-Manual de consulta para estudiantes de la carrera de Educación Preescolar y educadoras.

#### **Aspectos a observar.**

- Analizar el tema tratado con respecto a las capacidades físicas.
- Revisión de documentos en correspondencia con las capacidades físicas coordinativas.
- Obtener información acerca de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

## **Anexo 2**

### **Entrevista (maestras del grado preescolar)**

**Objetivo:** obtener criterios acerca del conocimiento que poseen las maestras para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

Cuestionario.

- 1- ¿Qué capacidades físicas se trabajan en el grado preescolar?
- 2- ¿Qué importancia usted le concede a la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento?
- 3- ¿En qué momentos de la actividad programada puede darle cumplimiento a la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento?
- 4- ¿Qué lugar le concede a los juegos de movimiento y al recorrido en el desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento?
- 5- ¿Ejecutan los niños y niñas ejercicios manifestando habilidades cuando desarrollan la capacidad?
- 6- Desarrollan la regulación del movimiento al escuchar la orientación del adulto y adquieren grado de concentración durante las actividades?



## **Anexo 3**

### **Guía de observación durante las actividades físicas**

♠ **Objetivo:** comprobar el nivel de desarrollo en relación a la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

#### **Aspectos a observar.**

1. Manifestación del interés y la motivación durante las actividades físicas.
  - Comunicación que se establece durante las actividades físicas.
  - Si al interactuar con las maestras y los demás niños y niñas se estimulan por realizar ejercicios físicos variados.
  - Atención y estado de ánimo que se evidencia durante las actividades físicas.
2. Nivel de desarrollo que manifiestan de habilidades y destrezas al realizar los ejercicios.
  - En la realización de los ejercicios del desarrollo físico general.
  - Al realizar los ejercicios principales.
  - Durante la participación en los juegos de movimiento o de recorrido.
  - Durante las actividades motoras independientes.
3. Forma en que se evidencia la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.
  - Si realizan los ejercicios ejecutando los cambios necesarios según la orden verbal.
  - Si durante la realización de los ejercicios lo hacen de forma coordinada.
  - Si al realizar los ejercicios logran la regulación del movimiento.

## **Anexo 4**

### **Prueba pedagógica aplicada a los niños y niñas (pre-test)**

**Título:** Recorriendo un hermoso camino.

**Objetivo:** Diagnosticar el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Blanco, mesa, caja, pelotas.

**Proceder metodológico.**

**Organización.**

Se traza una línea de salida en el terreno, a cinco metros y medio aproximadamente de distancia, se marcan tres círculos separados entre sí por 50cm, a dos metros del último círculo se coloca una mesa que tenga 60 cm aproximadamente de altura, a cinco o seis metros de esta, se coloca una caja bajita con pelotas y a tres metros aproximadamente de la caja se ubica un blanco de mediano tamaño.

**Desarrollo.**

A la voz de la educadora el niño o la niña de cada hilera salen corriendo.

- Al llegar a los círculos los salta de forma consecutiva, realizando los saltos largos y cortos según la forma en que están colocados en el terreno, también lo hacen de forma enérgica.
- Seguidamente realiza la cuadrupedia y pasa por debajo de la mesa.
- Corre hasta las pelotas, toma una la lanza por orden verbal, lejos y cerca para darle al blanco.

**Aspectos a observar:**

- 4- La maestra dará la orden para que salga el próximo.
- 5- La forma de ser ganador será realizando las acciones correctamente.
- 6- Tratar de que cada niño o niña repita el recorrido.

## **Anexo 5**

### **Prueba pedagógica aplicada a los niños y niñas (post-test)**

**Título:** La gallina turuleca.

**Objetivo:** Comprobar el nivel de desarrollo de la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Método:** Verbal práctico.

**Forma organizativa:** Grupal, recorrido.

**Medios:** Pelotas, pomos.

**Proceder metodológico.**

**Organización.**

Los niños y niñas detrás de una línea de partida, la educadora se colocará donde pueda observar a todos los pequeños y pequeñas, el área adornada y con los implementos colocados con antelación para propiciar el recorrido.

**Desarrollo.**

- A la voz de la educadora los niños y niñas de cada hilera salen agachados, luego caminan en punta de pies rápido y lento realizando el movimiento de las alas por orden verbal (fuerte- suave) en un espacio largo y corto según la orientación.
- Al ritmo de las claves corren de manera más lenta o rápida en el terreno según se indica hacia el frente.
- Lanzan las pelotas alto y bajo y tratan de atraparlas también lo hacen suave, así el recorrido es más lento.
- Rodar pomos alternando las manos según la orden y detener, lo hacen en distintas direcciones.
- Saltar con ambas piernas y con un solo pies alternando, además lo hacen de forma enérgica de acuerdo a la cantidad de toques de claves que él o ella escuche.
- Regresan para darle la salida al próximo compañero.

**Aspectos a observar:**

- 1- La maestra dará la orden para que salga el próximo.
- 2-La forma de ser ganador será realizando las acciones correctamente.
- 3-Tratar de que cada niño o niña repita el recorrido.

## **Anexo 6**

### **Escala valorativa de la dimensión y sus correspondientes indicadores**

Niveles (alto, medio, bajo).

**Dimensión: Modos de actuación en correspondencia con la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento y la edad.**

**Indicador 1.1-**Nivel de interés que muestran los niños y niñas para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento durante las actividades.

**Alto:** Si los niños y las niñas, manifiestan con sistematicidad interés para desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Medio:** Si los niños y las niñas, manifiestan de forma inestable interés por desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Bajo:** Si los niños y las niñas, no manifiestan interés por desarrollar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Indicador 1.2-** Si manifiestan habilidades y destrezas al realizar los ejercicios.

**Alto:** Si los niños y niñas manifiestan habilidades y destrezas al realizar ejercicios físicos.

**Medio:** Si los niños y niñas presentan imprecisiones al manifestar habilidades y destrezas durante la realización de ejercicios físicos.

**Bajo:** Si los niños y niñas no manifiestan habilidades y destrezas al realizar ejercicios físicos.

**Indicador 1.3-** Si realizan los ejercicios de forma coordinada.

**Alto:** Cuando los niños y niñas sistemáticamente realizan sus ejercicios de forma coordinada.

**Medio:** Cuando los niños y niñas solo en ocasiones realizan los ejercicios con coordinación.

**Bajo:** Cuando los niños y niñas no realizan los ejercicios con coordinación.

**Indicador 1.4-** Si al realizar los ejercicios son capaces de expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Alto:** Si los niños y niñas son capaces de expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Medio:** Si los niños y las niñas cometen errores al expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

**Bajo:** Si los niños y las niñas no son capaces de expresar la capacidad física coordinativa de regulación del movimiento.

## Anexo 7

### Resumen total de la variable operacional en el pre-test y el post-test

		Pre-test				Post-test							
Dimensión Indicadores		A	%	M	%	B	%	A	%	M	%	B	%
Modos de actuación	1.1	4	20	6	30	10	50	15	75	5	25		
	1.2	3	15	6	30	11	55	15	75	4	20	1	5
	1.3	4	20	3	15	13	65	14	70	5	25	1	5
	1.4	5	25	4	20	11	55	13	65	5	25	2	10

## Anexo 8

### Comparación del pre-test y post-test

