

# 52

## ACTIVIDADES FÍSICAS PARA DESARROLLAR LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS DEL PROGRAMA EDUCA A TU HIJO

### PHYSICAL ACTIVITIES TO DEVELOP THE BASIC MOTIVE SKILLS IN CHILDREN OF THE PROGRAM "EDUCA A TU HIJO"

Silvia Victoria Roa González<sup>1</sup>

E-mail: [sroa@ucf.edu.cu](mailto:sroa@ucf.edu.cu)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7788-3089>

Arays Hernández Garay<sup>1</sup>

E-mail: [ahernandez@ucf.edu.cu](mailto:ahernandez@ucf.edu.cu)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7679-0465>

Alejandro Valero Inerarity<sup>1</sup>

E-mail: [avalero@ucf.edu.cu](mailto:avalero@ucf.edu.cu)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0120-0904>

<sup>1</sup> Universidad de Cienfuegos "Carlos Rafael Rodríguez" Cuba.

#### Cita sugerida (APA, sexta edición)

Roa González, S., Hernández Garay, A., & Valero Inerarity, A. (2019). Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa Educa a tu Hijo. *Revista Conrado*, 15(69), 386-393. Recuperado de <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>

#### RESUMEN

El proceso de desarrollo de habilidades motrices básicas (caminar, correr, saltar, lanzar y atrapar), en niños de 3 a 5 años de edad que no asisten a los círculos infantiles presentan dificultades, otro aspecto que presenta deficiencias es las escasas actividades que se proponen para el desarrollo de las habilidades motrices básicas para los niños que asisten a las vías no institucionales de Educación, por lo que los autores proponen como objetivo general: Aplicar actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas de los niños de 3 a 5 años, perteneciente al Programa Educa a tu Hijo, del Consejo Popular Juanita 2. Para la realización de dicha investigación se utilizó una muestra de 15 niños de una población de 25 niños de 3 a 6 años de edad, que pertenecen al programa Educa a tu hijo, a los cuales se le aplicó la investigación, que arrojó como conclusiones, que, con la aplicación de actividades físicas, se desarrolló las habilidades motrices básicas, en niños de 3 a 5 años pertenecientes al programa Educa a tu Hijo del Consejo Popular Juanita 2.

#### Palabras clave:

Habilidades motrices básicas, Programa Educa a tu hijo.

#### ABSTRACT

The process of development of basic motor skills (walking, running, jumping, throwing and catching), in children from three to five years of age who do not attend children's circles present difficulties. Another aspect that has deficiencies is the scarce activities that are propose for the development of basic motor skills for children who attend the non-institutional pathways of Education, so the authors propose as a general objective: to apply physical activities to develop the basic motor skills of children from three to five years old, belonging to the "Educa a tu Hijo" Program of the Juanita Popular Council 2. To carry out this research, we used a sample of fifteen children from a population of twenty five children aged from three to six years, who belong to the "Educa a tu hijo" program, in which the research was applied. With the application of physical activities, the motor basic skills were developed, in children from three to five years old, belonging to the "Educa a tu Hijo" program of the Juanita 2 Popular Council.

#### Keywords:

Basic motive skills, "Educa a tu Hijo" Program.

## INTRODUCCIÓN

La Declaración Universal de los Derechos Humanos que fue firmada por los países miembros de la Organización de Naciones Unidas (ONU), el 10 de diciembre de 1948, reconoce entre otros aspectos que la infancia tiene derechos a cuidados especiales, posteriormente el 20 de noviembre de 1989 vio la luz la convención de los derechos del niño (Organización de Naciones Unidas, 1998), donde se determinaron los fundamentales agrupados en 4 áreas: *supervivencia, desarrollo, participación y protección*, sin embargo, debemos señalar que no existe un derecho más importante que otro, sino que todos se interrelacionan y se complementan en aras de lograr un enfoque integral de infantes como sujetos de derechos.

Por lo anterior, la escuela tiene la responsabilidad de transmitir de generación en generación la experiencia histórica – social acumulada y preparar a los niños y niñas para su inclusión en la vida activa, para que sean capaces de desempeñar un papel protagónico de forma independiente y a la vez insertarlos a la sociedad.

El Sistema Educativo en Preescolar atiende a todos los niños y las niñas de cero a seis años de edad a través de dos modalidades:

- La vía institucional. (Esta modalidad es realizada en centros de atención círculos infantiles y aulas de preescolar en las escuelas primarias)
- Las vías no institucionales es un programa de atención comunitaria, que se aplica en todo el país desde 1992, avalado por múltiples investigaciones cuyos resultados están encaminados a elevar su calidad y generalizar experiencias. Mediante este programa se le brinda a la familia orientaciones educativas según las diferentes edades que conforman la etapa preescolar lo cual les permitirá estimular el desarrollo de sus hijos tanto en las esferas socio-afectiva, intelectual, del lenguaje y motriz, como en la formación de cualidades morales y hábitos de vida, además se le ofrece la posibilidad de conocer cuestiones relacionadas con el cuidado de la salud, la nutrición y la prevención de accidentes.

Los primeros años de vida son fundamentales para el desarrollo humano y comenzar a educar al pequeño en edades más avanzadas enmarcadas en la edad preescolar (4 – 6 años). La etapa más importante del individuo son sus primeros años, donde la familia y el entorno social cobran un papel preponderante en el desarrollo físico, cognitivo y de personalidad. Un aspecto esencial para garantizar la correcta educación del niño es la estimulación del desarrollo de sus movimientos y de su percepción.

La edad preescolar, es una fase decisiva en la formación del individuo, pues en ella se estructuran las bases

fundamentales del desarrollo de la personalidad del niño - niña, el desarrollo físico crea las condiciones indispensables para la independencia, la asimilación de las nuevas formas de experiencia social en el proceso de educación. La etapa preescolar se caracteriza por grandes cambios en el desarrollo motor. Es la etapa de ejecución de una serie de movimientos comunes tales como: caminar, correr, saltar, escalar, trepar, cuadrúpeda, reptación, lanzar y capturar, a estos movimientos habituales en nuestras vidas cotidianas les llamamos habilidades motrices básicas.

Estas habilidades motrices básicas no solo aparecen por efectos de maduración biológica, sino también por la actividad práctica del niño o la niña en el medio que lo rodea. Desde el primer año de vida el niño – niña comienza a orientarse en el entorno, a conocer su cuerpo y a realizar sus primeras acciones motrices. Partiendo de la organización de su propio cuerpo, el niño – niña progresivamente ampliará su espacio, logrando establecer la relación espacio – temporal.

Algunos niños y niñas de estas edades presentan determinadas dificultades relacionadas con las habilidades motrices básicas como: caminar, correr, lanzar y atrapar. Además de la coordinación, control postural, lateralidad o la estructuración espacio – temporal que afectan de algún modo a su desarrollo. Los autores de esta investigación, confirma la necesidad de resolver esta problemática, por lo que no siempre se sistematizan estas habilidades motrices básicas y los niños y niñas presentan limitaciones en este sentido, así se acrecienta la necesidad de favorecer el desarrollo de habilidades motrices básicas en estas edades. Sin embargo, aún resultan escasas las actividades que se proponen para el desarrollo de las habilidades motrices básicas para los niños y niñas que asisten a las vías no institucionales de Educación.

A nivel internacional son muchos los estudios que se han realizado sobre el tema de la investigación, entre los se encuentra Zapata (1996); Ruiz (2000); y Herrera (2006), los cuales han demostrado que los ejercicios físicos y juegos desarrollan las habilidades motrices básicas.

En Cuba Salas (2002); Mencia (2006); Rodríguez (2009); Ruiz (2010), en su investigación se refieren a actividades físicas, recreativas, educativas dirigidas a enriquecer la participación de la familia de los niños y niñas de tres a cuatro años del programa Educa a tu hijo en aras de un mejor bienestar físico y saludable, potenciando las actividades perceptivas y de las posturas de los niños.

Rolando (2010), realiza un folleto de actividades recreativas para desarrollar las habilidades motrices básicas de los niños pertenecientes al Programa Educa a tu Hijo. Sin

embargo, Figueredo y Tamayo (2010) realizan un folleto de Educación Física en función de lograr una mejor preparación en las ejecutoras que imparten las actividades del programa

Del Sol y Moya (2007), hacen referencia a la gimnasia con el niño del Educa a tu Hijo, en el 3er ciclo (cuarto y quinto año de vida), sus investigaciones se caracterizan por la realización sistemática de acciones motrices variadas y combinadas, en el marco de una situación lúdica según el conocimiento que el niño posee de su cuerpo, del espacio y el tiempo.

Se ha demostrado a través de los años, que en el Programa Educa a tu Hijo, el 4to y 5to año de vida se ha convertido en una gran preocupación, teniendo en cuenta las dificultades que los mismos presentan en las actividades programadas de Educación Física cuando comienzan en el grado preescolar, ya que los niños y las niñas no tienen habilidades adecuadas a las características de su edad, se muestran torpes, no ejecutan las acciones motrices de forma correcta, no tienen conocimiento de los logros de la actividad física que deben poseer en su edad. En la etapa preescolar la actividad física y dentro de esta el juego es la actividad fundamental, el conocimiento de todo lo que le rodea. A pesar que con frecuencia los niños y niñas extraen sus impresiones de las mismas fuentes. Se revelan matices de la personalidad del niño y niña de forma diferente.

En correspondencia con lo anteriormente planteado, se formula como **objetivo** del trabajo: Aplicar actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas de los niños de 3 a 5 años, perteneciente al Programa Educa a tu Hijo, del Consejo Popular Juanita 2.

## DESARROLLO

En Cuba todos los niños constituyen nuestro más preciado tesoro como dijera nuestro comandante en jefe Fidel Castro Ruz: Nada es más importante que un niño. La educación infantil constituye el antecedente de la escuela, entre sus objetivos está la preparación de los niños y las niñas para el ingreso en la misma, y sus planes deben lograr una vertebración natural con la labor educativa que persigue, desarrolla y sistematiza la escuela (Castro, 1960).

Hasta el año 1987, resultaba insuficiente la atención educativa sistemática de una gran parte de la población infantil, debido a que no todos los niños asisten a las instituciones educativas, por lo que se desarrolla el Programa Educa a tu Hijo por vía no institucional. Por tal motivo en el año 1992 se crea el Programa Educa a tu Hijo para

atender a los niños de 0 a 6 años que no asisten a instituciones (Cuba. Ministerio de Educación, 2018).

Esta iniciativa fue extendida en la nación en enero de 1992, la misma tiene un enfoque comunitario e intersectorial pues para su consolidación participan los Ministerios de Salud Pública, Cultura, Deportes, la Federación de Mujeres Cubanas (FMC), los Comités de Defensa de la Revolución (CDR), la Asociación Nacional de Pequeños Agricultores (ANAP), bajo la coordinación del Ministerio de Educación y en específico de la dirección de Educación Preescolar.

Este programa es una vía no institucional que prepara a los niños para enfrentar la conducta a seguir para tratar mejor a su hijo y, así, este pueda iniciar la enseñanza primaria con mayor nivel. En Educa a tu Hijo resulta vital el conocimiento de las acciones que el niño realiza en el hogar desde su nacimiento, teniendo en cuenta que la primera educación que reciben es la de sus padres, así como su relación con la comunidad y el medio que los rodea.

Uno de los ejecutores del Programa Educa a tu Hijo es el profesor de deporte que tienen como función estimular el desarrollo de los niños a través de la práctica del ejercicio físico. La formación integral y holística de los niños a la luz de la Educación Física como disciplina transformadora, que influyen directamente en todas las dimensiones que conforman al ser humano.

## Resultado del diagnóstico o pretest de los indicadores

### Indicador Caminar

En la tabla 1 se puede apreciar los resultados del indicador caminar, mostrándose los siguientes resultados: de 15 niños evaluados, 3 niños alcanzaron evaluación de bien para una representación de un 20 % de la muestra, debido a que los mismos caminan coordinando los movimientos de piernas y brazos; 3 niños alcanzaron evaluación de regular para una representación de un 20 % de la muestra ya que los niños en la medición del indicador caminaron mostrando movimientos descoordinados en ocasiones y 9 niños que representa un 60 % de la muestra fueron evaluados de mal porque los mismos caminan de forma descoordinada.

Tabla 1. Resultado del indicador caminar.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Valido	Porcentaje Acumulado
Valido	Bien	3	20	20	20
	Regular	3	20	20	40
	Mal	9	60	60	100
	Total	15	100	100	

### Indicador carrera

La tabla 2 refleja los resultados de la carrera, los cuáles fueron: de 15 niños evaluados, 2 niños alcanzaron evaluación de bien para una representación de un 13,3 % de la muestra, debido a que los mismos corren con seguridad, moviendo de forma coordinada los brazos y las piernas; 5 niños alcanzaron evaluación de regular para una representación de un 33,3 % de la muestra ya que los niños en ocasiones, muestran inseguridad a la hora de correr y no coordinan bien los movimientos de brazos y piernas y 8 niños que representa un 53,4 % de la muestra fueron evaluados de mal porque los mismos corren de forma insegura y no coordinan bien los movimientos de brazos y piernas.

Después de analizado los resultados alcanzados en el indicador carrera se debe tener presente, que la clase del Programa Educa a tu Hijo debe proyectarse como una forma entretenida y amena para que el estudiante desarrolle eficazmente sus habilidades motrices básicas, objetivo en el cual juega un papel primordial la creatividad del profesor para hacer de la actividad un momento esperado, tratando de lograr con sus clases la motivación de los niños para la ejercitación de las habilidades necesarias. Este mejoramiento es logrado mediante la utilización de actividades físicas para impartir en las clases del Programa Educa a tu Hijo.

Tabla 2. Resultado de la carrera.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Valido	Porcentaje Acumulado
Valido	Bien	2	13,3	13,3
	Regular	5	33,3	46,6
	Mal	8	53,4	100
	Total	15	100	100

### Indicador salto

En la tabla 3 se muestran los resultados del salto, los cuales se comportan: de 25 niños evaluados, 2 niños alcanzaron evaluación de bien para una representación de un 13,3 % de la muestra, debido a que se pudo observar que definen el impulso, el vuelo y la caída en el salto de forma coordinada; 3 niños alcanzaron evaluación de regular para una representación de un 20 % de la muestra ya que los niños en la medición del indicador coordinaron adecuadamente la flexión y extensión de las piernas en el impulso para el despegue pero realizan la caída descoordinada y 10 niños que representa un 66,7 % de la muestra fueron evaluados de mal porque los mismos no saben saltar.

Después de haber analizado el resultado alcanzado por los niños y observar las deficiencias que obtuvieron en las evaluaciones realizadas, se debe tener en cuenta alguna vía o estrategia para poder desarrollar las habilidades motrices básicas, para llevar dicho proceso se analizaron las realizadas por Bandet (1975); Zarco (1992); y Arteaga (2006), los cuales hacen referencia a estrategias para la mejora de la habilidad salto, a través de actividades físicas que contengan un carácter lúdico. Mediante estas estrategias se tiene como ventaja su carácter lúdico, por lo que pueden servir de motivación para iniciar actividades que sirvan de apoyo para despertar en el alumno el interés por erradicar los errores técnicos que se presentan en la ejecución de la habilidad. Sin embargo, son en sí mismo insuficientes por lo que es necesario introducir lo antes posible programas más sistemáticos de mayor validez empírica y sobre todo realizados con materiales curriculares.

Tabla 3. Resultado del Salto.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje valido
Valido	Bien	2	13,3	13,3
	Regular	3	20	33,3
	Mal	10	66,7	100
	Total	15	100	

### Indicador Lanzamiento

La tabla 4 que mostramos a continuación refleja los resultados del lanzamiento, los cuáles fueron: de 15 niños evaluados, 4 niños alcanzaron evaluación de bien para una representación de un 16 % de la muestra, debido a que los mismos lanzan una pelota pequeña a un objeto alto 3 – 4 metros de altura; 10 niños alcanzaron evaluación de regular para una representación de un 40 % de la muestra ya que los niños lograron lanzar la pelota a una altura de 2 metros hasta 3 metros y 11 niños que representan un 44 % de la muestra fueron evaluados de mal porque no lograron lanzar la pelota por encima de una altura de 2 metros.

Teniendo en cuenta los resultados anteriores y la importancia de desarrollar las habilidades motrices básicas en los niños, es necesario utilizar actividades físicas específicas, a la hora de impartir las clases del Programa Educa a tu Hijo aspecto a tener en cuenta en la investigación.

Tabla 4. Resultado del Lanzamiento.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Valido	Porcentaje Acumulado
Valido	Bien	3	20	20	20
	Regular	5	33,3	33,3	53,3
	Mal	7	46,7	46,7	100
	Total	15	100	100	

## PROPUESTA DE ACTIVIDADES FÍSICAS

Educa a tu Hijo es un programa comunitario que se caracteriza por el trabajo conjunto de la familia y la comunidad mediante la aplicación de diferentes variantes que enriquecen la formación y desarrollo de estos niños. En general este programa se propone:

- Propiciar una cobertura mayor de atención a los niños en edad preescolar, favoreciendo el desarrollo psico-social, transfiriendo los conocimientos a su familia y a la comunidad.
- Preparar a la familia y a los padres para que puedan enfrentar la educación de sus hijos con mayor posibilidad lograr que tanto la familia como la comunidad se involucren en la planificación y desarrollo de este programa.
- Propiciar que se exploten al máximo las potencialidades de la comunidad, estableciendo un dispensable equilibrio en la atribución de responsabilidades y el reconocimiento entre las acciones de la familia, los vecinos, los organismos y las organizaciones.

Es muy importante que todas estas actividades sean percibidas por el niño como algo divertido. Ríete y sonríe de manera que pueda sentirse reconfortado, alaba y aplaude todas sus iniciativas. Si ves que en algún momento le da miedo, déjalo para otro momento.

Teniendo en cuenta el propósito del programa y el análisis de los documentos que se tienen en cuenta, se decidió realizar actividades físicas que tengan en cuenta la ejecución conjunta del niño y el familiar en la realización de estos ejercicios.

Objetivo: Desarrollar las habilidades motrices básicas de los niños a través de la aplicación de un plan de actividades físicas.

Estructura organizativa. El plan de actividades físicas está estructurado en tres etapas con una duración de 10 meses con una frecuencia de 2 veces por semana con un tiempo de duración de 30 minutos.

1ra Etapa: Diagnóstico de las habilidades motrices básicas en los niños de 3 a 5 años pertenecientes al programa Educa a tu Hijo. Septiembre del 2016

2da Etapa: Aplicación del Plan de Actividades físicas. De octubre del 2016 a junio del 2017.

3ra Etapa: Evaluación de las habilidades motrices básicas en los niños de 3 a 5 años pertenecientes al programa Educa a tu Hijo, julio del 2017.

## ACTIVIDADES DE CAMINAR

Actividad No 1: Yo paseo con mi abuelito

Actividad: Caminata de 3 minutos por toda el área.

Desarrollo: Se inicia la actividad con un recorrido donde el abuelo lleva al niño de manos, por toda el área de la actividad y por un periodo de 3 minutos donde estos se familiarizarán y solidarizarán con el lugar de la actividad, el público y los demás participantes de su actividad, a través de un amistoso saludo con sus banderitas y tomados de las manos, al público presente. Esta actividad ayuda a la locomoción y el movimiento de las articulaciones.

Materiales: Banderitas y música acompañante.

Nombre 2: Haremos ejercicios

Actividad: Actividad gimnástica recreativa.

Desarrollo: Uno al lado del otro con las banderitas en ambas manos, en compañía del adulto. Comenzarán a realizar movimientos y desplazamientos corporales con el empleo de los brazos, piernas y el tronco, agitando las banderitas organizadamente y en coordinación con el movimiento ejecutado.

Ejemplo: Desde la posición inicial extender los brazos arriba, al frente, abajo y a los lados del cuerpo; posteriormente lo mismo, pero con desplazamientos de las piernas a la derecha, a la izquierda, al frente y atrás, como también si el nivel de aceptación del grupo lo permite se pueden realizar giros desde ambos lados.

Materiales: Banderas, aros gimnásticos y música acompañante.

## ACTIVIDADES DE SALTO

Nombre 1: Marinero quiero ser

Actividad: Juego de mar y tierra (se traza una línea, un lado es mar y el otro es tierra).

Desarrollo: se realizarán dos formaciones en correspondencia con el número de participantes. Se colocarán de frente en formaciones distintas y a una distancia de 3 a 4 metros entre ellos y comenzarán a saltar según las órdenes del profesor/a. Mejora la concentración de la atención, ejercita la memoria, trabaja el tren inferior, se sincroniza el ritmo y el sentido de orientación.

Materiales: Una soga (Mecate) y música acompañante.

Nombre 2: El trampolín

Actividad: Salto

Desarrollo: En grupos de 5 niños frente a una línea tratará de saltar lo más largo posible.

Materiales: tiza y silbato.

## ACTIVIDADES DE LANZAMIENTO

### Nombre 1: Deportista quiero ser

Actividad: Pase del balón en círculo hacia ambos sentidos.

Desarrollo: Realizar dos círculos uno (niños) dentro del otro (familiar) los participantes más pequeños por fuera.

Se ejecutarán pases con las pelotas, primero entre las parejas de diferentes formas y después cruzados entre todos (el niño de la primera pareja le pasaría la pelota al familiar de la segunda) consecutivamente. Después se cambiaría de dirección el pase (la creatividad del profesor le permitirá realizar el pase o entrega de la pelota de diversas formas permitiendo una mayor motivación en este excelente y dinámico ejercicio.

Materiales: Balones o Globos y música acompañante.

### Nombre 2: Traga bola

Actividad: Lanzar

Desarrollo: Se coloca un payaso formado por una caja grande con un hueco en el medio a la distancia de 1 metro, se dividen el grupo en cuatro hileras, los primeros niños de las hileras sostienen una pelota en las manos a la señal del profesor/a lanzan la pelota de tal forma que entre por el hueco que tiene el payaso denominado traga bola. A medida que logren colar la pelota, se debe aumentar la distancia de lanzamiento.

Materiales: Pelotas pequeñas y medianas.

## ACTIVIDADES DE CARRERA

### Nombre 1: Corre que te cojo

Actividad: Carrera.

Desarrollo: El profesor/a estimula a los niños y niñas a desplazarse lo más rápidamente posible por el área, para estimular se le dirá corre que te cojo, por momentos lo alcanza y abraza, diciéndoles te cogí, menciona el nombre del niño o niña durante el juego y luego pregunta ¿a quién cogí?, para estimular el lenguaje receptivo y expresivo.

Materiales: Silbato

### Nombre 2: Salvando espacios

Actividad: Carrera rápida.

Desarrollo: Se formarán los niños en hileras (cada hilera es un equipo), colocándose detrás de la línea de salida, frente a cada equipo se colocarán los objetos en zig-zag, (Cajón, cubos, bolsitas de arena, sillas o banderas) no menos de 1m de separación entre un objeto y otro, al final se trazará una línea de llegada.

A la voz del profesor/a saldrán los primeros niños de cada hilera corriendo con la parte delantera de los pies (punta de pie), corriendo en zig-zag por los objetos hasta llegar a la meta, donde adoptarán la posición de sentados hasta que participen los últimos niños.

Materiales: Cajón, cubos, bolsitas de arena, sillas ó banderas.

## ACTIVIDADES COMBINADAS

### Nombre 1: Mi ejercicio favorito

Actividad: Ejercicios variados de brazos y piernas.

Desarrollo: Se realizarán dos formaciones en filas, donde los niños deben quedar siempre ubicados en la parte exterior de las mismas teniendo en cuenta su pequeño tamaño y de esta forma se facilitaría la visualización de la actividad y la calidad de la misma.

El ejercicio consiste en realizar de conjunto movimientos y desplazamientos rítmicos. El familiar y el niño tomarían los bastones por las puntas con ambas manos y realizarían alternándose desplazamientos de una pierna, la otra, semiflexión, abrir y cerrar los brazos sin soltar los bastones; entre otros ejercicios más. Siempre la calidad de la actividad, dependerá de la creatividad y maestría del profesor/a y de su auto preparación

Materiales: Bastones de madera y música acompañante.

### Nombre 2: La pelota

Actividad: Ejercicios variados.

Desarrollo: El profesor/a sostiene una pelota y mediante la comunicación con los niños y niñas, estimula las acciones para que éstos se expresen corporalmente. Ejemplo: ¡salta la pelota! Y los niños saltan. ¡Rueda la pelota!, ruedan acostados. ¡Se detiene la pelota!, se detienen. ¡Gira la pelota!, de pie o sentados giran. ¡Se cae la pelota!, se agachan agrupados. ¡Se cansa la pelota!, se acuestan agrupados, entre otras variantes que puedan proponerse.

Materiales: Silbato

## Resultado de la evaluación final o postest

### Indicador Caminar

Cuando analizamos los resultados del indicador caminar, que mostramos en la tabla 5 se puede apreciar que: de 15 niños pertenecientes al Programa Educa a tu Hijo 2 de ellos para un 13,3 % de la muestra se encuentran evaluados de mal, 4 de regular para un 26,7 % de la misma y 9 de bien para una representación de un 60 % de la muestra.

Tabla 5. Resultado del indicador Caminar.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Valido	Porcentaje Acumulado
Valido	Bien	9	60	60	60
	Regular	4	26,7	26,7	86,7
	Mal	2	13,3	13,3	100
	Total	15	100	100	

Indicador Carrera

En la habilidad correr se aprecia una mejoría en los resultados de los niños, lo cual se puede apreciar en la tabla 6, observándose que, de 15 niños evaluados, 3 alcanzaron evaluación de mal para un 20 % de la muestra, 5 evaluados de regular para una representación de un 33,3 % y 7 evaluados de bien para un 46,7 % de la muestra.

Tabla 6. Resultado del indicador Carrera.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Valido	Porcentaje Acumulado
Valido	Bien	7	46,7	46,7	46,7
	Regular	5	33,3	33,3	80,0
	Mal	3	20	20	100
	Total	15	100	100	

Indicador Salto

En la tabla 7 se muestran los resultados del indicador salto, los cuales se muestran de la siguiente manera: de 15 niños, 4 que representa el 16 % de la muestra, alcanzaron evaluación de mal, 8 para un 32 % lograron evaluación de regular y 13 evaluados de bien para un 52 % de la muestra.

Tabla 7. Resultado del indicador Salto.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Valido	Porcentaje Acumulado
Valido	Bien	11	73,3	73,3	73,3
	Regular	3	20	20	93,3
	Mal	1	6,7	6,7	100
	Total	15	100	100	

Indicador lanzamiento

En la tabla 8 se muestran los resultados del indicador lanzamiento, donde se puede observar una mejoría con respecto a la prueba de pretest realizada, mostrándose los siguientes resultados: de 15 niños, 2 que representa el 13,3 % de la muestra, alcanzaron evaluación de mal, 1 para un 6,7 % lograron evaluación de regular y 12 evaluados de bien para un 80 % de la muestra.

Tabla 8. Resultado del indicador lanzamiento.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Valido	Porcentaje Acumulado
Valido	Bien	12	80	80	80
	Regular	1	6,7	6,7	86,7
	Mal	2	13,3	13,3	100
	Total	15	100	100	

CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta los objetivos planteados, así como los resultados derivados del proceso investigativo, se considera como conclusiones de este trabajo, las siguientes:

- » Con el resultado de este estudio se corrobora que con la aplicación de actividades físicas, se desarrolló las habilidades motrices básicas, en niños de 3 a 5 años pertenecientes al programa Educa a tu Hijo del Consejo Popular Juanita 2.
- » Los resultados del diagnóstico arrojaron que los niños presentaron dificultad en las habilidades motrices básicas: caminar, correr, saltar y lanzar.
- » Los resultados de los 4 indicadores evaluados en la investigación mejoraron con respecto a la prueba de diagnóstico efectuada en la misma.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Arteaga, J. (2006). El Juego y la Actividad Física. Recuperado de <https://www.monografias.com/trabajos/juegoafisica/juegoafisica.shtml>

Bandet, J. (1975). *Enseñar a través del juego*. Barcelona: Fontanella.

Castro Ruz, F. (1960). *Discurso del Primer Ministro del Gobierno Revolucionario en el acto de entrega del Cuartel Moncada al Ministerio de Educación el 28 de enero de 1960*. Recuperado de [https://www.davidanthembook-seller.com/pages/books/01265/dr-fidel-castro-ruz/nada-hay-mas-importante-que-un-nino-discurso-del-primer-ministro-del-gobierno-revolucionario-en-el&usg=AOvVaw09L9ETuL9XPEwCL4\\_P3R-T](https://www.davidanthembook-seller.com/pages/books/01265/dr-fidel-castro-ruz/nada-hay-mas-importante-que-un-nino-discurso-del-primer-ministro-del-gobierno-revolucionario-en-el&usg=AOvVaw09L9ETuL9XPEwCL4_P3R-T)

Cuba. Ministerio de Educación. (2018). *Programa Educa a tu Hijo*. La Habana: MINED.

Figueredo Muñoz, J. L., & Tamayo García, B. (2010). *Propuesta de juegos para potenciar el deporte participativo en escolares de segundo grado con retardo en el desarrollo psíquico*. EFDeportes.com, Revista Digital, 15(147). Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd147/juegos-para-potenciar-el-deporte-participativo.htm>

- Herrera Abreus, M. (2006). *Propuesta de juegos para el deporte participativo*. EFDdeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, 15(147). Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd147/juegos-para-potenciar-el-deporte-participativo.htm>
- Mencia Ramos, Y. (2006). *Actividades lúdicas para el desarrollo de la creatividad de los niños en las clases de Educación Física*. (Trabajo de Diploma). Cienfuegos: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo.
- Organización de Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de Derechos Humanos*. New York: ONU.
- Organización de Naciones Unidas. (1989). *Convención sobre los derechos del niño*. Recuperado de <https://www.un.org/es/events/childrenday/pdf/derechos.pdf>.
- Rodríguez Márquez, R. (2009). *Juegos predeportivos para el mejoramiento las habilidades motrices deportivas en las clases de atletismo en los alumnos de Tercer grado de la Escuela Corina Rodríguez Morera*. (Trabajo de Diploma). Cienfuegos: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo.
- Rolando Laguna, J. A. (2010). *Actividades físicas para desarrollar habilidades motrices básicas en el programa educa a tu hijo en el municipio Aguada de Pasajero*. (Tesis de Maestría). Cienfuegos: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo.
- Ruiz Damas, A. I. (2010). *Complejo de juegos para mejorar las habilidades motrices básicas en niños de 7 – 8 años de la Escuela Guerrillero Heroico*. (Trabajo de Diploma). Cienfuegos: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo.
- Ruiz Pérez, L. (2000). *Deporte y aprendizaje. Procesos de adquisición y desarrollo de habilidades*. Madrid: Visor Dis.
- Salas Almarales, Y. (2002). *Los Juegos cooperativos en las clases de Educación Física en la enseñanza primaria del primer ciclo*. (Trabajo de Diploma). Holguín: Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.
- Zapata, C. (1996). *El Juego como instrumento metodológico en la enseñanza*. Educación Física y Deporte, 18(1). Recuperado de <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/4582>
- Zarco Resal, J. A (1992). *Desarrollo infantil y Educación Física*. Barcelona: Aljibe.