

# UNIVERSIDAD DE CUENCA



FACULTAD DE FILOSOFIA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACION.

CARRERA DE CULTURA FISICA

***“PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES MOTORAS PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS EN NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS DEL NIVEL INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTANA”***

Trabajo de Titulación previo a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación, especialización Cultura Física

**AUTORA:**

María Esperanza Peña Brito

**DIRECTOR:**

Dr. Jorge Barreto Andrade

**CUENCA – ECUADOR**

**2015**





## RESUMEN

El trabajo de investigación, trata sobre las habilidades motoras básicas que un niño debe tener y las cuales deben ser desarrolladas en edades comprendidas entre los 3 y 5 años de edad. Estas son la base fundamental del desarrollo motriz del ser humano, en los niños es el factor primordial en su accionar diario. La evaluación y su seguimiento se realizan mediante test designados y acordes para las respectivas edades de los niños.

El movimiento, en sus diferentes formas, como lo señalan varios autores, es la base fundamental del desarrollo del niño, a través de este se inter relacionan en el ámbito educativo y con su formación integral.

A través del juego, podemos evidenciar que el niño disfruta de su accionar motriz, es por ello, que dentro del ámbito escolar es de suma importancia, establecer dinámicas, para que los niños establezcan relaciones positivas.

Para demostrar la importancia y necesidad de contar con un programa de actividades psicomotoras en los niveles iniciales de su formación, se realizó una propuesta a ser aplicada en la Unidad Educativa Santana en niños de 3 a 5 años.

Se puede concluir que, la actividad física y el desarrollo de las habilidades motrices básicas desde tempranas edades, son un factor primordial en la vida de los niños, por ende se debe inculcar y planificar de manera correcta estas actividades, para así lograr su verdadera trascendencia en el desarrollo motriz del niño y coadyuve en su vida futura.

**Palabras clave:** habilidades motrices básicas, niños, movimiento.



## ABSTRACT

This research work, discusses about the basic motor skills a child should have and which ones must be developed between the ages of 3 and 5. The basic motor skills are the foundation of the motor development of a human being, in children those are the primary factors in their daily actions. The evaluation and monitoring are performed by designated and chords for the respective ages of children test.

The movement, in its various forms, as pointed out by several authors, is the foundation of child development, through this is inter related the education and comprehensive training.

Through play, we can show that the child enjoys their motor skills actions, so those children can develop positive relationships, both with peers, their teachers in general.

To demonstrate the importance and need for a program of psychomotor activities in the early stages of their formation, a proposal was conducted to be applied in Unidad Educativa Santana in children 3 to 5 years.

As finding we can say that physical activity and the development of gross motor skills from an early age, are a major factor in the lives of children and their development both personally and school and should be encouraged and plan right to these activities in order to achieve a true significance in the motor development of children and in their future.

**Keywords:** basic motor skills, children, movement.



## INDICE

RESUMEN .....	2
ABSTRACT .....	3
CLAUSULA DE DERECHO DE AUTOR .....	6
CLAUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL .....	7
DEDICATORIA .....	8
AGRADECIMIENTO .....	9
INTRODUCCION .....	10
CAPÍTULO I HABILIDADES MOTRICES BASICAS.....	21
1.1 CONCEPTO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS .....	22
1.2 EVOLUCION DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS .....	22
1.3 CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS:.....	23
1.4 EVALUACION DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS .....	24
CAPÍTULO II PSICOMOTRICIDAD.....	28
2.1 CONCEPTO DE PSICOMOTRICIDAD .....	29
2.2 EVOLUCIÓN HISTÓRICA DE LA PSICOMOTRICIDAD .....	30
2.3 ESQUEMA CORPORAL. CONCEPTO .....	33
2.4 LATERALIDAD. CONCEPTO .....	33
2.5 EQUILIBRIO .....	34
2.6 ESTRUCTURACIÓN ESPACIAL .....	35
CAPITULO III EL JUEGO.....	37
3.1 HISTORIA Y EVOLUCIÓN DEL JUEGO.....	38
3.2 CONCEPTO DE JUEGO .....	41
3.3 CARACTERÍSTICAS Y CLASIFICACIÓN DEL JUEGO .....	42



3.4 EL JUEGO COMO ESTRATEGIA METODOLÓGICA, PARA LA ENSEÑANZA DE LA CULTURA FÍSICA.....	43
CAPÍTULO IV METODOLOGÍA Y RESULTADOS .....	47
4.1. Sujetos.....	47
4.2. Materiales .....	47
4.3. Propuesta .....	48
4.4. Recopilación y procesamiento de datos. ....	51
4.5. Resultados.....	57
4.5.1. Tablas.....	60
4.5.2. Gráficos .....	74
4.6. Discusión de resultados .....	102
CAPITULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	108
5.1. CONCLUSIONES .....	108
5.2. RECOMENDACIONES .....	109
GLOSARIO DE TERMINOS.....	110
BIBLIOGRAFÍA .....	112
LINKOGRAFIA .....	114
ANEXOS.....	116



## CLAUSULA DE DERECHO DE AUTOR

Yo, María Esperanza Peña Brito, autora de la tesis “PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES MOTORAS PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS EN NIÑOS DE 3 A 5AÑOS DEL NIVEL INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTANA”, reconozco y acepto el derecho de Universidad de Cuenca, en base al Art.5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Licenciada en Ciencias de la Educación Especialización Cultura Física. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autora.

Cuenca, Febrero 2015

---

María Esperanza Peña Brito

CI: 0103977013



## CLAUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Yo, María Esperanza Peña Brito, autora de la tesis “PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES MOTORAS PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS EN NIÑOS DE 3 A 5AÑOS DEL NIVEL INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTANA”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, Febrero 2015

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'M. E. Peña Brito', written over a horizontal line.

María Esperanza Peña Brito

CI: 0103977013



## DEDICATORIA

Este trabajo va dedicado a mi madre que siempre confió y creyó en mí, en cada momento de mi vida, gracias por siempre estar a mi lado, en las buenas y en las malas, esto es para usted, a mi hijo que siempre me acompaña en cada instante de mi vida, por soportarme cuando más le necesito, por sus muestras de cariño y amor y simplemente por ser mi vida entera, esperando sea siempre su ejemplo a seguir.

A mi abuelita Esperanza una mujer luchadora y fuerte que siga poniéndole ganas para salir de esta etapa tan dura, que Dios nos tiene preparado algo, para cada uno.

Al amor de mi vida F.M.R.C que a pesar de las circunstancias siempre me ha hecho comprender que la vida se la vive cada instante y que con amor y perseverancia todo se puede.

A mi papi y al negrito, que aunque nos separe una “distancia sentimental” daría mi vida por ustedes.

Gracias a todos ustedes por formar parte de mi vida, por haberme visto crecer, madurar y amar. Y a todas aquellas personas que jamás creyeron que pudiera lograrlo. Gracias una vez más por darme la oportunidad de realizar lo que más amo en la vida.





## AGRADECIMIENTO

Agradezco primero a Dios por siempre estar a mi lado, por guiarme en el camino correcto, pero sobre todo por mantenerme siempre constante y jamás decaer.

A mi tutor de tesis el Dr. Jorge Barreto que me brindó su toda la ayuda y apoyo en la realización de este trabajo, a todos los profesores que formaron parte de toda mi carrera universitaria, aquellos, que ya sea con una palabra de aliento, fueron muy importantes para mí, Julito Abad, que con su gran sabiduría, me inculcó mucha perseverancia, fuerza y que con nuestro propio sudor, podremos salir adelante, siempre le recordaré.

Al Dr. Vicente Brito, tío gracias por siempre ser un ejemplo a seguir, y por enseñarme que las cosas nadie nos regala, sino las conseguimos uno mismo, por nuestro trabajo y valor como personas.

A mis compañeros gracias por compartir esta etapa tan bonita en mi vida.

De manera especial a todos quienes forman parte de la Unidad Educativa Santana, por siempre estar al tanto de mi formación y de mi vida personal, gracias niños y niñas por hacer que cada día en el trabajo sea muy agradable, gracias por su cariño, a los jóvenes por ser parte de mi diario vivir, por enseñarme cada día más y compartir lo más grande que existe, que es el deporte.



## INTRODUCCION

La actividad física se remonta a los albores mismos del hombre, el cual, la utilizaba con fines de sobrevivencia. De ahí, que se diga que el movimiento es inherente al ser humano, es decir, no puede ser separado del hombre, por otra parte, en el caso del niño, éste se encuentra en pleno movimiento en el vientre materno, es decir, el niño está moviéndose antes de su nacimiento, es algo natural que forma parte de su naturaleza. Por lo tanto, es necesario y fundamental que el niño cree y desarrolle las bases de su motricidad, desde las edades más tempranas, las mismas que contribuirán al desarrollo de las otras capacidades que forman parte de la personalidad del infante.

Las Habilidades motrices básicas, son parte fundamental del desarrollo del niño, debido, a que es aquí en donde se desarrollan su relación entre el cuerpo y su entorno, a conocer el mismo, su funcionalidad y su papel dentro de la vida cotidiana, ya que no solamente se trata de saber cómo funciona y que se puede realizar con el mismo, sino a su vez, saberle dar el fin necesario, para que todo lo realicen, ser parte primordial de su formación integral. A estas edades es aún más importante la necesidad de inculcar todo tipo de ejercicios motores y la relación que puedan tener con su cuerpo y su entorno, para que de esta manera su crecimiento vaya siendo progresivo y correcto.

La Educación Física es la ciencia de la educación que educa al hombre a través del movimiento, desde y en lo psicomotor, hacia lo cognitivo y socio-afectivo, por ello, se busca a través del desarrollo de sus habilidades motrices básicas, formar seres capaces de conocerse a sí mismos, respetando a los demás y a su entorno.

Las habilidades motrices básicas son aquellas que asientan las actividades motoras específicas, con las cuales se implementaran ejercicios acorde a las edades a trabajar en el nivel inicial, en nuestro caso, en niños/as de la Unidad Educativa Santana.



Fue ejecutada en un lapso de 3 meses, en los cuales se aplicaron test para comprobar la formación y desarrollo alcanzado en los niños y para evaluar su desempeño motriz, se fue verificando el avance de las actividades realizadas y sus respectivas mejoras de desarrollo.

El presente estudio estuvo basado y enfocado al movimiento del niño en general, su acción motriz, el desempeño individual y grupal, es por ello, la necesidad de comprender todo lo que la psicomotricidad abarca, por ende, el propósito de este proyecto, va encaminado a la realización de actividades motrices, acordes a sus edades, las cuales contribuirán al desarrollo psicomotor de los niños y niñas del nivel inicial.

Castañer y Camerino (1991) definen la actividad el hombre desde una triple dimensión: introyectiva, que posibilita el reconocerse a través de la motricidad; extensiva, que nos permite interactuar con el entorno; y proyectiva, que nos facilita la relación con el medio social.

De la misma forma Arriba y Sánchez (1999), nos hablan sobre que el punto de partida radica en facilitar la participación en la cultura del movimiento, fomentar hábitos saludables de convivencia sana. Proporcionar un marco adaptado a los individuos y al grupo, la oferta no ha de basarse en la rutina, ni en la demanda de un colectivo, sino que debe posibilitar un tejido social donde la práctica del deporte y la actividad física esté abierta a necesidades tanto personales como comunitarias.



## 1. ANTECEDENTES

Existen estudios publicados por Blázquez Sánchez (1995) en los cuales, se sugieren cómo se pueden tratar las habilidades motrices desde distintas perspectivas, en donde “la motricidad es el común denominador y el niño el protagonista del proceso educativo”. Las habilidades motrices básicas en el ser humano comienzan a desarrollarse, desde el momento mismo del nacimiento, es por ello, la necesidad de encaminarlas de forma positiva, para poder mejorarlas de manera progresiva.

Así podríamos decir, que el deporte está constituido por varios aspectos, entre los cuales podemos destacar, su importancia en el campo educativo ecuatoriano, como lo establece la Constitución de la República en su Art. 381 que dice: *“El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas;... El Estado garantizará los recursos y la infraestructura necesaria para estas actividades...”* y la Ley del Deporte que en su Art. 81 dice: *“La Educación Física comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Pre-básico, básico, bachillerato y superior, considerándola como una área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los mecanismos apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz. Busca formar de una manera integral y armónica al ser humano, estimulando positivamente sus capacidades físicas, psicológicas, éticas e intelectuales, con la finalidad de conseguir una mejor calidad de vida y coadyuvar al desarrollo familiar, social y productivo”*. Como se aprecia, se otorga legalmente, el apoyo necesario para el desarrollo y formación de sus habilidades motrices básicas en los niños desde temprana edad.

En la provincia del Azuay, el deporte es parte fundamental de las instituciones y clubes, según los respectivos códigos de convivencia de las distintas entidades



educativas y según el capítulo I del deporte formativo de la Ley del Deporte vigente, en donde se resalta la práctica del deporte y actividad física, como un medio para el mejoramiento de la calidad de vida.

En los niños, el juego cumple una función vital en su motricidad, ya que a través de él, desarrolla sus habilidades motrices y puede compartir con los demás. En estudios realizados sobre el desarrollo humano y concretamente sobre diferentes ámbitos de la conducta infantil, por autores como Piaget (1968, 1969), Wallon (1980), Gesell (1958), Freud (1968), Bruner (1979), Guilmain (1981), Ajuriaguerra (1978), Le Boulch (1981), Vayer (1973), Da Fonseca (1984, 1988 y 1996), Cratty (1990) y Gallahue (1985), muestran cómo la motricidad ha contribuido a la conformación de la personalidad y los modos de conducta del niño <sup>(1)</sup>.

Estos mismos autores (P. Gil Madrona, O.R Contreras, A. Díaz, A. Lera, 2006), indican que estos estudios también evidencian, que la conducta humana está constituida por varios dominios, que están en continua interacción, siendo estos: el dominio afectivo (afectos, sentimientos y emociones); el dominio social (efecto de la sociedad, relación con el ambiente, los compañeros y los adultos, las instituciones y los grupos); el dominio cognoscitivo (procesos del pensamiento y el lenguaje); y, el dominio psicomotor (movimientos corporales, su concienciación y control). Así mismo, Piaget (1936) sostiene que el niño piensa, aprende, crea y afronta sus problemas mediante la actividad corporal, lo que lleva a Arnaiz (1994, pp. 43- 62) a aseverar que esta etapa, es un período de globalidad irrepetible y que debe ser aprovechada por planteamientos educativos de tipo psicomotor.

En el Siglo XXI, en América Latina, la educación pre-básica juega un papel fundamental cuando pensamos en el desarrollo socioeconómico de nuestros países, por eso se dice “En la educación nos jugamos el futuro”, (Euceda Amaya, 2007), ya que de acuerdo al sistema educativo que se adopte, éste permitirá formar personas creativas, emprendedoras, productivas, capaces y con conciencia



social mediante las diversas actividades deportivas de carácter lúdico a partir de edades tempranas.

## **2. DELIMITACIÓN DEL TEMA**

Partiendo de la necesidad, que los niños tienen de comunicarse a través del movimiento, y fundamentalmente del juego, se entiende que en la primera etapa infantil, se encuentran en un período de adquisición de habilidades motrices básicas. De ahí que, se aprecie la inexistencia de un programa de actividades motrices enfocadas hacia el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños de 3 a 5 años de edad, debido a que en esta etapa, es donde los educandos van a crear las bases fundamentales de su motricidad, comenzarán a conocer su cuerpo, a formar y construir sus movimientos, a interrelacionarse e interactuar con el entorno, utilizando sus sentidos y contribuyendo al desarrollo de otras cualidades de la personalidad del niño, como son las cognitivas, las psicológicas, las sociales, etc.

Por lo expresado, se plantea una propuesta de actividades motrices, que se ha aplicado en la Unidad Educativa Santana de la Ciudad de Cuenca, a un grupo de 37 niños y niñas, de los niveles inicial 1 (3 a 4 años) e inicial 2 (4 a 5 años).

## **3. JUSTIFICACIÓN**

La actividad física en el ser humano es un factor fundamental en su diario vivir, ya que, es inherente a él, en cualquiera de sus manifestaciones como recreación, salud, etc. Además, es un medio a través del cual se fomentan lazos de amistad, solidaridad, colaboración, etc., que integra a niños con distintas capacidades motrices y contribuye a la formación de seres humanos capaces de aceptarse a sí mismos y a los demás, desde las edades más tempranas.

Considerando estas situaciones, y de acuerdo a lo que establece la Constitución del 2008 en su Art. 381 que dice: *“El Estado protegerá, promoverá y coordinará la*



*cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas;...*” y la Ley del Deporte que en su Art. 81 dice: *“La Educación Física comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Pre-básico, básico, bachillerato y superior, considerándola como una área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los mecanismos apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz. Busca formar de una manera integral y armónica al ser humano, estimulando positivamente sus capacidades físicas, psicológicas, éticas e intelectuales, con la finalidad de conseguir una mejor calidad de vida y coadyuvar al desarrollo familiar, social y productivo”*. No obstante, se ha apreciado que en las diferentes instituciones educativas del país, si bien es cierto, tienen una guía metodológica establecida en el documento Actualización y Fortalecimiento de la Reforma Curricular en la Enseñanza General Básica y Bachillerato, área Educación Física (2012) y en Currículo de Educación Inicial (2014), su aplicación no está generalizada y manejada por todos los docentes del área, además, es una guía que da orientaciones metodológicas, a partir del primero año de EGB, olvidando que las habilidades motrices básicas, se desarrollan desde el nacimiento mismo del individuo, es decir, en la primera infancia, etapa en la cual se crean las bases fundamentales de la motricidad. De ahí que no se encuentra socializado por completo, y de manera general, las personas que imparten estas clases, no poseen una formación dentro del campo de la Cultura Física. Este planteamiento, es corroborado por Blázquez y Sánchez (1995) quienes hacen referencia a las distintas perspectivas desde las cuales se pueden tratar las habilidades motrices, en donde “la motricidad es el común denominador y el niño el protagonista del proceso educativo”.

También es importante resaltar, que en el país, es casi inexistente la realización de estudios investigativos sobre habilidades motrices básicas en niños en etapa de educación inicial.



Por lo expuesto, y conocedores de que en la Unidad Educativa Santana de la ciudad de Cuenca, no se desarrolla un programa de actividades motoras en niños y niñas de entre 3 a 5 años de educación inicial, hemos llevado a cabo la aplicación de un programa de actividades motrices como reptar, caminar, correr, saltar, escalar, trepar, repletar, lanzar, receptar, rodar, giros, etc., que contribuyan a la creación de unas bases sólidas de la motricidad en los niños/as, y además, al desarrollo de otras cualidades de la personalidad (cognitivo, psicológico, social, etc.).

#### **4. OBJETIVOS**

##### Objetivo General

Aplicar un programa de actividades psicomotoras en niños y niñas de nivel inicial entre 3 y 5 años de la Unidad Educativa Santana, que contribuya al desarrollo de sus habilidades motrices como parte de su formación integral.

##### Objetivos Específicos

- Identificar y tener conciencia del esquema corporal, sus partes y su utilización en los diferentes movimientos.
- Realizar actividades motrices que permitan el desarrollo de la locomoción, la lateralidad, la coordinación, el equilibrio y la manipulación.
- Ejecutar actividades de expresión corporal como forma de comunicación no verbal.
- Emplear el juego como método y medio de desarrollo de las habilidades motrices básicas.

#### **OBJETIVOS ESPECIFICOS PARA NIÑOS DE 3 A 4 AÑOS DE EDAD**

- Adquirir la coordinación dinámica global en las diferentes formas de locomoción para desplazarse con seguridad.





- Desarrollar el control postural en actividades de equilibrio estático y dinámico afianzando el dominio de los movimientos de su cuerpo.
- Lograr la coordinación en la realización de movimientos segmentarios identificando la disociación entre las partes gruesas y finas del cuerpo.
- Desarrollar la estructuración temporo espacial a través del manejo de nociones básicas para una mejor orientación de sí mismo en relación al tiempo y al espacio.

### **OBJETIVOS ESPECIFICOS PARA NIÑOS DE 5 AÑOS DE EDAD**

- Controlar la fuerza y tono muscular en la ejecución de actividades que le permitan la realización de movimientos coordinados
- Desarrollar el control postural en actividades de equilibrio estático y dinámico afianzando el dominio de los movimientos de su cuerpo
- Desarrollar la habilidad de coordinación viso motriz de ojo-mano y pie para tener respuesta motora adecuada en sus movimientos y en su motricidad fina
- Interiorizar la propia simetría corporal tomando conciencia de la igualdad de ambos lados y coordinando la movilidad de las dos áreas longitudinales (izquierda, derecha)

## **5. MARCO TEÓRICO**

El concepto de habilidad motriz básica en Educación Física considera una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio.

Las habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del



nacimiento, al mismo tiempo que evolucionan conjuntamente. Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son:

- ✓ Ser comunes a todos los individuos.
- ✓ Haber permitido la supervivencia.
- ✓ Ser fundamento de aprendizajes motrices.

Susana Zevi (2000) clasifica las habilidades motoras, en cuatro grandes grupos con una relación interdependiente entre ellas, pero con un enfoque particular en cuanto al tipo de habilidades o de conductas motoras que pertenecen a cada grupo. Así tenemos: a) habilidades motoras rudimentarias, b) habilidades motoras básicas y generales, c) habilidades motoras específicas y compuestas y d) habilidades motoras especializadas y complejas <sup>(2)</sup>.

Dentro de las características y desarrollo del niño, también se puede analizar la evolución que ha tenido la psicomotricidad, en donde a continuación mencionaremos brevemente la misma: se dio en la antigüedad. En Grecia y en Esparta al niño se le daba una educación por movimientos, a través de la música, la danza, el ejercicio físico, etc.; y al mismo tiempo se trabajaba con el “saber ser” del niño. En la Roma clásica la educación se resumía en la frase: “Mens sana in corpore sano”, lo cual quiere decir “mente sana en cuerpo sano”. Por su parte en la cultura oriental se le daba gran importancia al control del cuerpo como medio para un fin místico y trascendente.

“Por medio del desarrollo de la psicomotricidad se pretende conseguir:

- ✓ La conciencia del propio cuerpo en todo los momentos y situaciones
- ✓ El dominio del equilibrio
- ✓ El control y la eficacia de las diversas coordinaciones globales y segmentarias
- ✓ El control de la inhibición voluntaria de la respiración
- ✓ La organización del esquema corporal y la orientación en el espacio



- ✓ Una correcta estructuración espacio-temporal
- ✓ Las mejores posibilidades de adaptación a los demás y al mundo exterior
- ✓ Crear una puerta abierta a la creatividad, a la libre expresión de las pulsiones en el ámbito imaginario y simbólico y al desarrollo libre de la comunicación

Es por eso, que al momento en que los niños realizan actividades basadas en las habilidades motrices, existe la necesidad de que puedan descubrir su cuerpo mediante el movimiento, las sensaciones y sobre todo la imitación, es por ello que la educación infantil se ordena en 2 ciclos en los que se atiende progresivamente al desarrollo afectivo, al movimiento y a los hábitos de control corporal, a las manifestaciones de la comunicación y del lenguaje, a las pautas elementales de convivencia y relación social, así como al descubrimiento de las características físicas y sociales del medio. Además se propicia que niñas y niños logren una imagen positiva y equilibrada de sí mismos y adquieran autonomía personal (Ministerio de Educación, 2006).

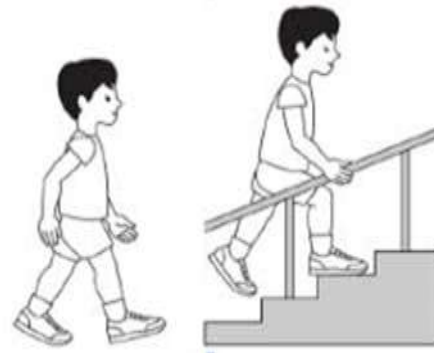
El desarrollo del niño está diferenciado también por etapas y si no se respetan esas etapas se pueden generar problemas en el niño, no hay que pretender que cada una de esas etapas pase lo más rápido posible sino que hay que respetar los tiempos y el orden de estas eligiendo bien las tareas y por supuesto la forma de realizarlas (Zampa, 2007). Es por esto que se ve la necesidad de incluir un programa de ejercicios de habilidades motoras básicas para que de esta manera progresiva se pueda conseguir un desarrollo motor del niño adecuado a su edad.

Según Gutiérrez (2009), la psicomotricidad es fundamental en el desarrollo de los aspectos que influyen en la personalidad del niño como son el cognitivo, el afectivo, el social y el motor. Además va ayudar a conseguir aprendizajes como lectoescritura, nociones topológicas o grafo motricidad entre otros. Mediante ésta herramienta el niño va a conocer su cuerpo y a través de su cuerpo conocerá el mundo que le rodea. De ahí la importancia de realizar juegos, canciones y cuentos en edades tempranas, ya que desarrolla el intelecto y la socialización además de



las facultades psíquicas y físicas que permiten conocerse cada uno a sí mismo. Además conectan al niño con la sociedad ya que ésta se refleja al igual que la cultura en los juegos. Al mismo tiempo, el niño disfruta jugando. Y como es el medio natural de expresión infantil sirve además como única forma de expresar sentimientos, problemas, deseos y aliviar tensiones emocionales (Valdés, 2002). El juego es la forma en la que el niño se divierte y aprende a la vez, experimenta sensaciones y es en lo que quiere invertir la mayor parte de su tiempo, por lo que es una herramienta básica para tratar con él. Además se conseguirá que el niño vea la actividad como algo divertido y en un futuro cuando piense en deporte lo relacionará también con placer y diversión, minimizando la probabilidad de sedentarismo en la adolescencia.

## CAPÍTULO I HABILIDADES MOTRICES BASICAS





## 1.1 CONCEPTO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

Para Guthrie (1997) la habilidad motriz es definida como “la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas”

La habilidad motriz básica es la capacidad, adquirida por aprendizaje, de realizar uno o más patrones motores fundamentales a partir de los cuales el individuo podrá realizar habilidades más complejas.

Según Castañer (2001:128), nos habla sobre habilidades motrices de locomoción “se considera movimiento locomotor el realizado por el cuerpo que se desplaza de un punto a otro del espacio, conjugando los diferentes elementos espaciales: direcciones, planos y ejes.”

Según Castañer (2001:130) concluye que “las habilidades de tipo locomotriz no se desarrollan de forma automática, puesto que existen una base de dotación heredada sobre la que se puede iniciar un buen número de habilidades fundamentales que irán madurando y derivando en uno u otro sentido en función de los factores externos que conforma la especialización motriz de cada niño.”

## 1.2 EVOLUCION DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS

En términos más específicos, conforme a los planteamientos de David Gallahue, podemos distinguir las siguientes etapas en la evolución de las habilidades motoras:

Según este autor Gallahue, la primera etapa del desarrollo motor corresponde al movimiento reflejo, posteriormente, entre el primer y segundo año de vida, el niño presenta movimientos rudimentarios, en la siguiente etapa, que va aproximadamente entre los dos y siete años, el niño adquiere las habilidades motoras fundamentales o básicas. Stewart y De Ore (1980) identificaron tres niveles en el período de adquisición de estas formas fundamentales de movimiento:



- a) Nivel 1 o Inicial, de las primeras tentativas en la ejecución del patrón de movimiento.
- b) Nivel 2 o Transición, de performance inmadura, donde falta consistencia en la organización del patrón de movimiento.
- c) Nivel 3 o de performance madura, donde la mejoría del patrón de movimiento indica pasar al período de refinamiento.

Muchas personas no alcanzan el patrón maduro en las habilidades motrices básicas, llegando en muchos casos hasta el nivel rudimentario, lo que perjudicará el desarrollo posterior. Más adelante, entre los siete y doce años aproximadamente, los movimientos fundamentales se combinan: etapa de combinación de habilidades motrices básicas. La última etapa se extiende a partir de los doce años aproximadamente, hacia adelante, y está referida a movimientos organizados con propósitos más específicos, que corresponden a las habilidades determinadas por la cultura, como lo son las habilidades deportivas.

### 1.3 CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS:

Las habilidades motrices básicas se pueden clasificar en: locomotrices, no locomotrices y de proyección/recepción.

- ✓ **Locomotrices:** Andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, esquivar, caer, trepar, subir, bajar...
- ✓ **No locomotrices:** Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio, pero no se realiza ninguna locomoción: balancearse, inclinarse, estirarse doblarse, girar, retorcerse, empujar, levantar, tracciones, colgarse, equilibrarse,...
- ✓ **De manipulación y contacto de móviles y objetos:** recepcionar, lanzar, golpear, atrapar, rodar, driblar, etc.

De ahí que, sea necesario el saber reconocer las distintas habilidades motrices básicas, para de esta forma, guiar a los niños de acuerdo a sus necesidades, intereses y edades.



## 1.4 EVALUACION DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS

### Los test de evaluación de las habilidades motrices básicas

Los test son aquellas pruebas que evalúan las distintas capacidades y cualidades del ser humano, y en este caso específico, de los niños comprendidos entre los 3 y 5 años de edad, pretendiendo observar el nivel de conocimiento de su propio cuerpo, así como su capacidad para realizar diferentes habilidades motrices.

Los test deben tener los siguientes criterios:

- ✓ *Confiabilidad*, valora la estabilidad de los resultados, es decir, es la expresión de la constancia de los resultados obtenidos, cuando el test es aplicado en distintas ocasiones, es decir que con la repetición del test, deberá alcanzar un idéntico resultado.
- ✓ *Objetividad*, expresa el grado de independencia de los resultados respecto al evaluador. Para ello, deben evaluar varios especialistas (independencia uno del otro) con un mismo criterio o escala de valoración.
- ✓ *Validez*, mide lo que quiere medir, es decir, expresa el contenido de verdad del test. Da muestras del grado con que un test valora o mide, lo que de acuerdo a su selección debe medir (Herzberg/Bluma, 1979).

Desde sus inicios, los estudios sobre la motricidad infantil se realizaron con la intención de conocer mejor a los sujetos y de poder establecer instrumentos para valorar, analizar y estudiar el status motor de estos (Ruíz, 1991). Entre los autores más conocidos (Ruíz, 1991) encontramos a Gessell y sus escalas para valorar los diferentes aspectos del desarrollo del niño; Bayley, Shirley y McCarthy en cuyos exámenes psicológicos introducen el estudio de la motricidad infantil. Otra valoración importante fue la Escala de Desarrollo de Denver donde existe un apartado específico relacionado con la motricidad infantil.

Si seguimos a Ruiz (2005), la aplicación del test puede ayudarnos:





- ✓ A conocer la situación del escolar en un momento dado y su evolución en el tiempo.
- ✓ Conocer los procesos que actúan en los escolares y determinar sus respuestas para poder obrar en esas situaciones.
- ✓ Determinar que hacer a través de una retroalimentación de carácter informativo.
- ✓ Conocer el efecto de la actuación pedagógica que se esté llevando a cabo, sobre los escolares en cuestión.

Dentro de la literatura revisada, entre los principales test para la valoración de las habilidades motoras básicas, entre otros se encuentran:

***Prueba KTK adaptada.***

Prueba validada en Costa Rica para niños de 5 1/2 a 8 1/2 años.

Se desarrolla a partir de la versión alemana, se cambia la manera de clasificar la ejecución del niño.

Tiempo de aplicación es de 10 a 15 minutos, valorando los aspectos:

- viga equilibrio,
- brincar obstáculos,-salto lateral,- desplazamiento lateral,- coordinación corporal.

***Test de desarrollo motor para niños preescolares de Clark.***

Evalúa niños y niñas entre 4 y 6 años pudiéndose aplicar también en primer grado.

Los ítems propuestos para la aplicación son:

- equilibrio
- coordinación general fino/grueso
- espacio
- flexibilidad. (Richardson, 1986).



### ***Prueba para determinar la lateralidad.***

Antonio Alayón, neurólogo, propone esta prueba para determinar la lateralidad física y sensorial de los niños y las niñas como base de una “estimulación precoz”. Tomando en cuenta los períodos sensitivos de los infantes de 0 a 6 años y la lateralidad como la última de las etapas del desarrollo psicomotor. (Alayón, 2001).

### ***Escala Gessell de desarrollo infantil.***

Esta escala fue elaborada por Gessell tras el estudio minucioso de la conducta del niño y abarca 4 áreas: adaptiva, verbal, motriz y social. Está elaborada para estudiar a los niños hasta los 6 años. Esta escala ha sido muy utilizada por diversos especialistas del desarrollo infantil aunque ha sido criticada de excesivamente normalizante. (Gessell8, 1980; Gessell9 y Amatruda, 1981).

### ***Prueba patrones básicos de movimiento.***

Se aplica para edades entre los 3 y 6 años, determina la ejecución correcta de los patrones caminar, correr, saltar, brincar, patear, apañar, lanzar. Está estandarizado para ser aplicado en forma individual y en pequeños grupos. (Arce y Rivera, 1988; Cordero, 1988).

### ***Test de imitación de gestos de Berges-Lezine.***

El Test de Imitación de Gestos de Berges-Lezine, tiene como objetivo evaluar la capacidad del niño para imitar gestos de brazos y manos, tal como los realiza el examinador.



**Desarrollo:**

Esta prueba está destinada a niños entre tres y seis años de edad, quienes situados frente al examinador, deben imitar los gestos que éste realiza con sus manos y sus dedos, así como, ejecutar el gesto contrario al que éste realiza.

El Test de Imitación de Gestos consta de dos partes:

- ✓ Imitación de Gestos Simples.
- ✓ Imitación de Gestos Complejos.

## CAPÍTULO II PSICOMOTRICIDAD

# PSICOMOTRICIDAD





## 2.1 CONCEPTO DE PSICOMOTRICIDAD

La psicomotricidad es el estudio del movimiento de los seres humanos, a través de los cuales pueden realizar o ejecutar ciertos movimientos, es por ello que como lo señalan ciertos autores, es la base fundamental del desarrollo del niño, con el mismo, con su entorno y con los demás. Hablar de la psicomotricidad es conocer de cerca su génesis y su aplicación en el ámbito educativo. La psicomotricidad, según E. y G. Guilman se inició a principios del siglo XX, en relación a la debilidad motriz. Ernest Dupré fue quien impulso las investigaciones y definió como "síndrome de debilidad motriz". (Jiménez, J. 1998) Para año 1907 y 1911 la psicomotricidad ya va adquiriendo su identidad a través de investigaciones realizadas por Dupré afirmando una relación entre debilidad mental y debilidad motriz.

En la intervención psicomotora es necesario seleccionar la situación - problema y la aplicación de estrategias adecuadas a su mediación, ya sea profiláctica, preventiva, educativa, reeducativa, y terapéutica, obteniendo de esta manera su modificación psicomotora. (Fonseca, 1998) Las teorías de Wallon (1998), Bruner (1988), Piaget (1999) entre otros, refieren la importancia del movimiento en el desarrollo psíquico del niño y de la niña. Piaget (1988) por su parte, considera que el movimiento está en la base de las representaciones mentales del niño o de la niña, el cual le permite el paso de la acción a la operación.

Para Bruner (1988) el movimiento interviene en el desarrollo psíquico del niño y de la niña, en los orígenes de su carácter, en la relación con los demás y en la adquisición de los aprendizajes escolares.

El desarrollo psicomotor según Piaget (1973) es entendido como el proceso ontogenético del ser hasta su longevidad, pasando por todas las etapas de su desarrollo. Este autor en su definición aborda al desarrollo psicomotor a partir de los cambios de la motricidad y su significación durante la ontogénesis tomando en



cuenta la incidencia del medio en los cambios que se originan en las conductas motrices.

## **2.2 EVOLUCIÓN HISTÓRICA DE LA PSICOMOTRICIDAD**

El origen de la Psicomotricidad (con base a ejercicios de fortaleza) se dio en la antigüedad. En Grecia y en Esparta al niño se le daba una educación por movimientos, a través de la música, la danza, el ejercicio físico, etc.; y al mismo tiempo se trabajaba con el “saber ser” del niño. En la Roma clásica la educación se resumía en la frase: “Mens sana in corpore sano”, lo cual quiere decir “mente sana en cuerpo sano”. Por su parte en la cultura oriental se le daba gran importancia al control del cuerpo como medio para un fin místico y trascendente.

En la Edad Media predominó la concepción del ser, en el que la vida humana, sólo era un paso para la otra vida; así que a la educación física no se le daba ningún valor; esto fue reforzado con la visión dualista de Cuerpo - Mente.

Con el Renacimiento y etapas siguientes se empezaron a dar concepciones diferentes; por ejemplo Descartes consideró al cuerpo como un mecanismo que era movido por el espíritu. Por su parte Montaigne daba a entender que no era un alma, ni era un cuerpo lo que se desarrolla, sino que era un hombre, por lo anterior se le ha considerado como precursor de la Psicomotricidad pues empieza a dar una visión integral del individuo en desarrollo. Ya en el siglo XIX grandes figuras aportan una nueva visión del hombre con repercusiones inmediatas, entre ellos se puede mencionar a Rousseau, que entre sus preceptos para la educación proponía una que tomara en cuenta las características del niño en cada edad, y que así el desarrollo motor era de vital importancia para conocer y mejorar las capacidades de éste según la edad en la que se encuentre. Decroly describe sus “centros de interés” a base de amplios movimientos didácticos en la educación preescolar, que tienen sus fundamentos en la motricidad del niño.



En el siglo XX surgen diversos movimientos, como el de la Escuela Nueva; y es en este siglo cuando se emplea por primera vez el término de Psicomotricidad, para el ámbito educativo, pues antes solo se hacía referencia a este para el campo terapéutico. Por ejemplo: Preyer (1888) y Shin (1900), realizaron descripciones del desarrollo motor y en 1907 Dupré formuló el concepto de la Psicomotricidad como resultado de sus trabajos sobre la debilidad mental y la debilidad motriz. Ya más adelante Wallon habló del diálogo tónico-emocional y, con el mismo enfoque, se encuentra a Vial para quien el tono muscular y la movilidad no se dan en forma aislada en el curso del desarrollo del niño. Para él, su construcción se realiza por relaciones múltiples con los aferentes sensitivos, sensoriales y afectivos: la toma de contacto y la conquista del espacio se hacen mediante múltiples factores, entre los cuales participa la motricidad, encontrando que ella enriquece estas relaciones múltiples, y éstas a la vez la constituyen.

De igual forma, para Vial el comportamiento motor por el hecho de estar relacionado con la vida psíquica implica tres dimensiones, cada una de las cuales puede ser fuente de perturbaciones o trastornos del desarrollo.

Entre los precursores modernos de la Psicomotricidad se encuentra Julián de Ajuriaguerra, quien desarrolla un método de relajamiento, en el que los factores de relación del niño con los demás analizados desde el punto de vista psicoanalítico permiten elaborar una importante terapia. Al respecto Ajuriaguerra y Suzanne Naville propusieron una educación de los movimientos del cuerpo para entender los problemas psicológicos y físicos del niño considerando que el cuerpo, como la presencia del niño en el mundo, es el agente que establece la relación, la primera comunicación y que integra la relación de los otros, de los objetos, del espacio y del tiempo. Para ellos, desde los orígenes, la presencia del otro contribuye a moldear el mundo motor e inversamente, el tono y la motricidad participan en la organización relacional. La visión del desarrollo humano de Ajuriaguerra, se relaciona con los estudios de Piaget, Wallon y Gesell. Mostrando la importancia



del desarrollo Psicomotriz en la construcción de los conceptos lógicos necesarios en el aprendizaje.

Dentro de ésta línea de trabajo se inscriben las investigaciones realizadas por Picq y Vayer, así como de Jean Le Boulch y Romain. Estos dos últimos se interesaron por darle un enfoque más concreto en el campo del movimiento propiamente dicho, mostrando que es ilusorio educar al niño sin tener en cuenta el comportamiento motor. Para Romain: “El movimiento sea cual fuese la intencionalidad que lo anima y la conciencia que lo ilumina, es siempre y en primer lugar la manifestación de un organismo, con una carga de magnitud equivalente a su dimensión total, una proyección en el mundo de la estructura del ser”.

Las palabras Psicomotor, Psicomotricidad y Psicomotriz, han variado su significación a lo largo del presente siglo. Sus diferentes alcances conceptuales han estado determinados por los diversos contextos teóricos bajo los cuales se han utilizado. Mayor complicación se encuentra en el análisis cuando a los conceptos en mención se le agregan algunos como: Desarrollo, disturbio, alteración, reeducación, práctica educación, terapia.

Así mismo, todos estos conceptos y en especial la noción de Psicomotricidad, son espacios de reencuentro entre diferentes profesionales, Psicomotricista, Psiquiatras, neuropediatras, Psicólogos, Psicoanalistas, maestros.

Si bien es siguiendo el modelo francés que surge la Psicomotricidad, hay que subrayar que esta disciplina atravesó, en diferentes realidades continentales y regionales, por etapas evolutivas muy similares determinadas, en líneas generales, por: La postura frente a problemas filosóficos que le atañen entre ellas las concepciones de Hombre, Cuerpo, Educación etc. Los avances, en cada etapa de las disciplinas con las que interactúa la Psicomotricidad <sup>(38)</sup>.





### 2.3 ESQUEMA CORPORAL. CONCEPTO

Según Le Boulch, el esquema corporal, “es el conocimiento inmediato y continuo que tenemos de nuestro cuerpo, en estático o en movimiento, en relación con el espacio y los objetos que lo rodean”. Por ende, se puede decir, que el esquema corporal es cuando el niño tiene idea de su cuerpo, de lo que puede hacer, teniendo referencia con su entorno y los demás.

Existen elementos del esquema corporal los cuales son los más aceptados, según varios autores:

- ✓ conocimiento del propio cuerpo
- ✓ educación de la actitud
- ✓ equilibrio
- ✓ respiración
- ✓ relajación
- ✓ lateralidad

### 2.4 LATERALIDAD. CONCEPTO

La lateralidad es la preferencia que muestran la mayoría de los seres humanos por un lado de su propio cuerpo.

La lateralidad podemos definirla como el predominio de una parte del cuerpo. Tener bien desarrollada la lateralidad no significa saber dónde está la mano derecha o izquierda, sino que significa poseer toda una mecánica de coordinación psicomotriz. La preferencia de la utilización de un lado u otro del cuerpo está estrechamente relacionada con la lateralización cortical y la maduración del sistema nervioso.

Tipos de lateralidad: Diestro cuyo predominio cerebral es del hemisferio izquierdo, y realizaciones motrices de derecha. Zurdo, al contrario que diestro. Ambidiestro,



zurdo para algunas actividades y diestro para otras. Lateralidad cruzada la mano, ojo, oído y el pie predominante no son del mismo lado <sup>(39)</sup>.

Según Le Boulch (1987), es “la expresión de un predominio motor realizado con las partes del cuerpo que integran sus mitades derecha e izquierda”

De acuerdo a Castañier y Camerino (1991), los seres humanos pueden ser diestros o zurdos, en los seres humanos diestros, el predominio cerebral corresponde a la izquierda. Todas las realizaciones motrices están orientadas hacia la derecha, y los zurdos, son aquellos en donde el predominio cerebral corresponde a la derecha <sup>(40)</sup>.

## 2.5 EQUILIBRIO

Es el estado de un cuerpo cuando la suma de todas las fuerzas y momentos que actúan en él se contrarrestan. Proviene del latín *aequibrūm*, que se compone de “*aequus*”, que significa ‘igual’, y “*libra*”, ‘balanza’.

En Educación Física, conocemos como sentido del equilibrio la facultad fisiológica por la percibimos nuestra posición en el espacio y somos capaces de mantenernos en pie <sup>(41)</sup>.

Diversos autores han definido el concepto de Equilibrio, entre ellos destacamos:

- ✓ *Contreras (1998)*: mantenimiento de la postura mediante correcciones que anulen las variaciones de carácter exógeno o endógeno.
- ✓ *García y Fernández (2002)*: el equilibrio corporal consiste en las modificaciones tónicas que los músculos y articulaciones elaboran a fin de garantizar la relación estable entre el eje corporal y eje de gravedad.

### Tipos de equilibrio. Clasificación

*García y Fernández (2002)*, *Contreras (1998)*, *Escobar (2004)* y otros autores, afirman que existen dos tipos de equilibrio:



- ✓ *Equilibrio Estático*: control de la postura sin desplazamiento.
- ✓ *Equilibrio Dinámico*: reacción de un sujeto en desplazamiento contra la acción de la gravedad.

### **Factores que intervienen en el equilibrio**

El equilibrio corporal se construye y desarrolla en base a las informaciones visoespacial y vestibular. Un trastorno en el control del equilibrio, no sólo va a producir dificultades para la integración espacial, sino que va a condicionar en control postural. A continuación, vamos a distinguir tres grupos de factores:

- ✓ *Factores Sensoriales*: Órganos sensoriomotores, sistema laberíntico, sistema plantar y sensaciones cenestésicas.
- ✓ *Factores Mecánicos*: Fuerza de la gravedad, centro de gravedad, base de sustentación, peso corporal.

*Otros Factores*: Motivación, capacidad de concentración, inteligencia motriz, autoconfianza<sup>(42)</sup>.

## **2.6 ESTRUCTURACIÓN ESPACIAL**

La estructuración espacial, es aquella en donde el niño/a es y será capaz de orientarse y saber diferenciar el lugar en donde se localiza y lo que se encuentra a su alrededor.

Según Wallon (1998), la espacialidad es “ la toma de conciencia del sujeto, de su situación y de sus posibles situaciones en el espacio que le rodea, su entorno y los objetos que en él se sitúan”. Así, para que el niño/a reconozca su orientación espacial, deberá conocer:

- ✓ El espacio en el que se desenvuelve, es decir su propio espacio.
- ✓ El espacio por donde se mueve el niño/a.
- ✓ El espacio que tiene a su entorno, lo que alcanza su vista.



Según Castañer y Camerino (1991), la orientación espacial es “la aptitud para mantener constante la localización del propio cuerpo tanto en función de la posición de los objetos en el espacio como para posicionar esos objetos en función de la propia posición”.

## CAPITULO III EL JUEGO





### 3.1 HISTORIA Y EVOLUCIÓN DEL JUEGO

El juego es una de las manifestaciones más habituales en el ser humano desde su nacimiento. El niño, antes incluso de dar sus primeros pasos, tiende a buscar juegos rudimentarios que le producen una sensación de bienestar interno <sup>(3)</sup>. Es por ello que desde edades tempranas el niño busca la manera de ser parte del grupo a través de cualquier juego que le vincule con sus semejantes.

En el paleolítico, la presencia del juego se da por descontada por los antropólogos, ya que su naturaleza es inherente a los primates <sup>(4)</sup>. El hombre del paleolítico empieza a crear, a través del juego, una serie de manifestaciones culturales cada vez más complejas, como el derecho, la moral, etc. De este modo, el juego se convierte en una faceta muy importante no sólo por lo que conlleva de beneficio psíquico y físico para el ser humano sino también por los cambios que, poco a poco y casi de una forma inconsciente, va generando en la sociedad. En esta etapa, sin embargo, algunos autores ponen en duda la existencia de un verdadero deporte, que entienden que es más propio del hombre evolucionado, como recoge Carl Diem en algunas de sus teorías <sup>(5)</sup>.

De la información conservada de estas épocas prehistóricas se puede extraer la conclusión de que el juego está muy relacionado con la esfera de lo mágico y lo divino. Casi todas las manifestaciones lúdicas de esta etapa de la humanidad eran parte integrante de algún ritual religioso. Por su lado, la actividad física se relacionaba más con cuestiones de supervivencia, dada la necesidad de mantenerse en forma para cazar, huir de las fieras o de los enemigos o atacarles.

Se podría decir que el hombre primitivo jugaba por placer y por un sentimiento mágico-religioso, pero que realizaba actividad física por necesidad <sup>(6)</sup>.

Los juegos de gran simplicidad y equipamiento escaso del paleolítico inferior van dando paso lentamente a otros de mayor complejidad y estructuración, como los juegos de pelota (aún sin reglas fijas), los juegos de lucha con lanzas, las carreras



a pie o de renos de Siberia, los saltos, levantamientos de rocas y troncos y otros muchos. Aunque la finalidad básica sigue siendo la supervivencia y el adiestramiento, en ciertos casos se empieza a tomar el juego como un medio de exhibir la fortaleza física, es decir, un antecedente de lo que posteriormente será la utilización propagandística del deporte en la cultura babilónica.

Al final de esta etapa, aproximadamente 4.000 años a. C., surgen los primeros juegos de estrategia con tableros, juegos de pelota más evolucionados (como los de los mayas prehistóricos), la jabalina (con un carácter mixto de juego, entrenamiento, deporte y trabajo), la equitación y un juego similar al bádminton.

En Babilonia aparece un juego parecido al actual boxeo (cuyo nacimiento en época contemporánea se encuentra, sin embargo, en la Inglaterra de los siglos XVII-XVIII) <sup>(7)</sup>, y se establecen diversos juegos en fiestas populares. El juego es en esta época un indicador de poder económico y disuasorio para los enemigos.

Poco después, en Egipto, se practican juegos de nueve bolos y, de nuevo, juegos de pelota. Esto ocurre hacia el año 3.000 a. C. Una novedad importante en esta etapa es que se comienza a practicar el juego en terrenos específicamente destinados a este fin, en contraposición a la situación de otras culturas que los practicaban en cualquier espacio por lo general al aire libre. En Egipto, además, los juegos malabares y de otros tipos comparten su lugar con algunos deportes, que alcanzan también gran desarrollo.

La civilización cretense supone, en cambio, un paso atrás en lo que al desarrollo del juego respecta, ya que en su cultura se extiende el profesionalismo deportivo, cediendo terreno la idea del juego como mero ocio o recreación.

Hacia el año 2.000 a. C., en la India, tienen su auge ciertos juegos de canicas, que más tarde tendrán su complemento con otros de reglas desconocidas, y cuyos dispositivos han llegado hasta la actualidad.



Ya hacia el año 1.000 a. C., merece la pena destacar los juegos de pelota con un alto grado de especialización de los mayas, de los aztecas, de los etruscos y de los indios (con reglas y terrenos de juego diferentes en cada caso), y algunos juegos de raqueta posteriores en América del Norte. Estos juegos han sido los que más interés han suscitado en los investigadores, hasta el punto de que muchos de ellos los señalan como el origen del deporte actual. De lo que no cabe duda alguna es de que son los mejor estudiados de todos cuantos han existido a lo largo de la Historia de la humanidad, y en este interés sin duda ha influido el buen grado de conservación de los espacios de juego y de ciertos vestigios con ellos relacionados. Si bien el sentimiento mágico-religioso permanece, va cediendo a favor del simple componente lúdico.

Los juegos más característicos de la época (excluyendo los que tienen un carácter netamente deportivo) son las luchas a empujones, salto de comba, tirar de la cuerda, danzas acrobáticas y juegos de pelota.

En Roma, por el contrario, la visión griega del ocio no tuvo continuidad, pues se entiende el trabajo como parte importante de la vida del ciudadano. A pesar de ello, el juego sigue teniendo un papel importante en la sociedad como liberador de la mente, pues es precisamente una recompensa o medio de descanso psicológico tras el cansancio generado por ese trabajo. Es por ello que el propio Estado comienza a impulsar una serie de juegos –no es necesario citar el impresionante desarrollo de los circos, no igualado por ninguna otra cultura a lo largo de la Historia- como medio de dominación social.

De este modo, y quizá de una forma casi involuntaria en una cultura que en principio estaba más orientada al trabajo que al ocio, el elemento lúdico adquiere aquí su máximo esplendor, tanto en el simple juego como en el deporte más profesionalizado, que también en cierto modo se entiende como juego. Los juegos caracterizan la vida cotidiana de los ciudadanos, llegándose a desarrollar durante la mitad de los días del año en ciertas épocas del Imperio. El elemento religioso y el político siguen también muy presentes en la evolución del juego. De hecho, el





centro de la actividad política se desplaza del foro al circo, al teatro o al anfiteatro, lo que da idea de su importancia.

Los juegos de esta etapa incluyen los columpios, balanzas, juegos circenses y de gladiadores, naumaquias (batallas navales simuladas) y, cómo no, los juegos de pelota, constantes a través de todas las culturas.

Así termina la evolución del juego en las primeras civilizaciones humanas. Se podría continuar con dicha evolución en la Edad Media y en la Edad Moderna, pero ése estudio, dada la multitud de datos existentes por la cercanía temporal, debe ser objeto de un análisis más extenso que el de este artículo. La base del juego queda establecida con las culturas señaladas, y lo que viene después no es más que un lógico desarrollo marcado por la constante evolución de los pueblos.

### **3.2 CONCEPTO DE JUEGO**

Un juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes; en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa. Los juegos normalmente se diferencian del trabajo, pero en muchos casos estos no tienen una diferencia demasiado clara. También un juego es considerado un ejercicio recreativo sometido a reglas.

La primera referencia sobre juegos que existe es del año 3000 a. C. Los juegos son considerados como parte de una experiencia humana y están presentes en todas las culturas. Probablemente, las cosquillas, combinadas con la risa, sean una de las primeras actividades lúdicas del ser humano, al tiempo que una de las primeras actividades comunicativas previas a la aparición del lenguaje.

El juego es una actividad inherente al ser humano. Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural a través del juego. Se trata de un concepto muy rico, amplio, versátil y ambivalente que implica una difícil categorización.



Etimológicamente, los investigadores refieren que la palabra juego procede de dos vocablos en latín: "iocum y ludus-ludere" ambos hacen referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usar indistintamente junto con la expresión actividad lúdica.

Se han enunciado innumerables definiciones sobre el juego, así, el diccionario de la Real Academia lo contempla como un ejercicio recreativo sometido a reglas en el cual se gana o se pierde. Sin embargo la propia polisemia de éste y la subjetividad de los diferentes autores implican que cualquier definición no sea más que un acercamiento parcial al fenómeno lúdico. Se puede afirmar que el juego, como cualquier realidad sociocultural, es imposible de definir en términos absolutos, y por ello las definiciones describen algunas de sus características. Destacamos algunas conceptualizaciones de diferentes autores:

- ✓ Huizinga (1938): «El juego es una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de –ser de otro modo– que en la vida corriente».
- ✓ Gutton, P (1982): Es una forma privilegiada de expresión infantil.
- ✓ Cagigal, J.M (1996): «Acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente que se efectúa en una limitación temporal y espacial de la vida habitual, conforme a determinadas reglas, establecidas o improvisadas y cuyo elemento informativo es la tensión.»

### **3.3 CARACTERÍSTICAS Y CLASIFICACIÓN DEL JUEGO**

- ✓ Es libre.
- ✓ Organiza las acciones de un modo propio y específico.
- ✓ Ayuda a conocer la realidad.
- ✓ Permite al niño afirmarse.
- ✓ Favorece el proceso socializador.
- ✓ Cumple una función de desigualdades, integradora y rehabilitadora.



- ✓ En el juego el material no es indispensable.
- ✓ Tiene unas reglas que los jugadores aceptan.
- ✓ Se realiza en cualquier ambiente.
- ✓ Ayuda a la educación en niños.
- ✓ Relaja el estrés, etc.

### **Clasificación de los juegos**

- ✓ Juegos con algo( juegos con objetos)
- ✓ Juegos con algo o alguien (imitación, roles, etc.)
- ✓ Juegos sobre algo ( juegos con ideas, reglas )
  - Juegos pequeños.- persecución, lucha, colaboración, precisión, habilidad, saltar, buscar, lanzar, pensar, adivinar, relevos.
  - Juegos grandes.- con normas y reglas, en parejas, en grupos y en equipos.

También existe una clasificación de los juegos para niños del nivel pre-primario según la Guía Didáctica del área de Cultura Física 1996 y son los siguientes:

- ✓ Juegos de ambientación
- ✓ Juegos de desarrollo del control reflejo
- ✓ Juegos para el desarrollo de la imagen mental del cuerpo
- ✓ Juegos para el desarrollo del espacio total y parcial
- ✓ Juegos para coordinar los ejes corporales
- ✓ Juegos para el desarrollo del equilibrio
- ✓ Juegos para el desarrollo de la lateralidad
- ✓ Juegos de acción coordinada

### **3.4 EL JUEGO COMO ESTRATEGIA METODOLÓGICA, PARA LA ENSEÑANZA DE LA CULTURA FÍSICA**

El juego es un factor principal en el desarrollo del niño, por ello que es uno de los métodos empleados en el aprendizaje de los mismos, y que se deberá tener en



cuenta al momento de realizar el mismo, ya que el protagonista de su propio aprendizaje, siempre será el niño. El adulto brindará pautas a seguir para la realización de los mismos.

El juego es útil y es necesario para el desarrollo del niño en la medida en que éste es el protagonista.

La importancia de la utilidad del juego puede llevar a los adultos a robar el protagonismo al niño, a querer dirigir el juego. La intervención del adulto en los juegos infantiles debe consistir en:

- ✓ Facilitar las condiciones que permitan el juego.
- ✓ Estar a disposición del niño
- ✓ No dirigir ni imponer el juego. El juego impuesto puede cambiar la actitud del niño. El juego dirigido no cumple con las características de juego, aunque el niño puede acabar haciéndolo suyo.

El juego permite al niño:

- ✓ Que se mantenga diferenciado de las exigencias y limitaciones de la realidad externa.
- ✓ Explorar el mundo de los mayores sin estar ellos presentes.
- ✓ Interactuar con sus iguales.
- ✓ Funcionar de forma autónoma.

El juego siempre hace referencia implícita o explícita a las relaciones entre infancia, diversión y educación.

### **Funciones del juego infantil:**

#### ***El juego sobre el cuerpo y los sentidos***

- ✓ Descubrir nuevas sensaciones.
- ✓ Coordinar los movimientos de su cuerpo de forma dinámica, global, etc.



- ✓ Desarrollar su capacidad sensorial y perceptiva.
- ✓ Organizar su estructura corporal.
- ✓ Ampliar y explorar sus capacidades motoras y sensoriales.
- ✓ Descubrirse en los cambios materiales que se derivan de la exploración.

### ***El juego y las capacidades de pensamiento y creatividad***

- ✓ Estimular la capacidad para razonar, estimular el pensamiento reflexivo y el representativo.
- ✓ Crear fuentes de desarrollo potencial, es decir, aquello que puede llegar a ser.
- ✓ Ampliar la memoria y la atención gracias a los estímulos que se generan.
- ✓ Fomentar el descentramiento del pensamiento.
- ✓ Desarrollar la imaginación y la creatividad y la distinción entre fantasía-realidad.
- ✓ Potenciar el desarrollo del lenguaje y del pensamiento abstracto.

### ***El juego sobre la comunicación y la socialización***

- ✓ Los juegos de representación (simbólicos, rol, dramáticos, ficción).
- ✓ Acercarse al conocimiento del mundo real y preparar al niño para la vida adulta.
- ✓ Favorecer la comunicación y la interacción, sobre todo con los iguales.
- ✓ Fomentar y promover el desarrollo moral en los niños.
- ✓ Potenciar la adaptación social y la cooperación.
- ✓ Juego de reglas.
- ✓ Aprender a seguir unas normas impuestas.
- ✓ Facilitar el autocontrol.
- ✓ Desarrollar la responsabilidad y la democracia.
- ✓ Juego cooperativos.
- ✓ Potenciar la cooperación y la participación.



- ✓ Mejorar la cohesión social del grupo.
- ✓ Mejorar el auto concepto y el concepto del grupo.
- ✓ Promover la comunicación positiva y disminuir la negativa.
- ✓ Incrementar las conductas asertivas con sus iguales.

***El juego como instrumento de expresión y control emocional***

- ✓ Proporcionar diversión, entretenimiento, alegría y placer.
- ✓ Expresarse libremente y descargar tensiones.
- ✓ Desarrollar y aumentar la autoestima y el auto concepto.
- ✓ Vivir sus propias experiencias acomodándolas a sus necesidades.
- ✓ Desarrollar la personalidad <sup>(43)</sup>.



## CAPÍTULO IV METODOLOGÍA Y RESULTADOS

### 4.1. Sujetos

El presente estudio, está basado en una propuesta de actividades motrices, que se aplicaron en la Unidad Educativa Santana, la muestra estuvo conformada por 37 niños y niñas en edades comprendidas entre los 3 a 5 años de edad, de los cuales 20 son niñas y 17 niños, quienes asisten a clases diariamente, en el horario establecido para el efecto, tienen clases de psicomotricidad 3 veces por semana, con una duración de 40 minutos cada una, se trabajó en distintos espacios de la Unidad Educativa, dependiendo la actividad, para su desarrollo contamos con canchas en el Nivel Inicial, cancha de césped grande, coliseo, cancha sintética y cancha de arena.

### 4.2. Materiales

Los materiales con los cuales se trabajó, fueron acorde a la actividad que se ejecutó; balones, cajonetas, cuerdas, colchonetas, aros, vallas, conos, viga, cintas, globos, pelotas de plástico.

Teniendo en cuenta la realidad de los niños de la Unidad Educativa Santana, se vio la necesidad de realizar una valoración del desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños, mediante la aplicación de un test, mismo que nos brindó información suficiente y necesaria, para la puesta en marcha de la propuesta de actividades motrices.



### 4.3. Propuesta

La propuesta que aplicaremos consistió en:

1. Recopilar información de las actividades realizadas anteriormente con los niños.
2. Observación, evaluación diagnóstica general de los niños del nivel inicial
3. Analizar los resultados obtenidos.
4. Desarrollar un programa de actividades motrices para desarrollar las habilidades motrices de los niños del Nivel Inicial de la Unidad Educativa Santana.

PROPUESTA	OBJETIVOS	COMO SE LLEVARA A CABO	TIEMPO/ FRECUENCIA
Aplicación de un programa de actividades motrices para niños de Educación Inicial de la Unidad Educativa Santana.	Desarrollar las habilidades motoras básicas en niños de educación inicial, mediante juegos y actividades motrices que utilizan y forman parte de su vida cotidiana.	Las actividades, se realizarán en las diferentes áreas de la institución y especialmente en la sala de psicomotricidad, con la participación de los niños y profesoras de los grados respectivos, Se realizará por paralelo y por nivel; según horario de clase establecidos.	Las sesiones tendrán una frecuencia de tres días por semana, con una duración de cuarenta minutos cada una.

A continuación se describe la propuesta para la valoración de las diferentes habilidades motoras en los niños de 3 a 5 años, con la ayuda de test, y partiendo de la necesidad de los mismos.

### TEST PARA EVALUAR LA HABILIDADES MOTRICES BASICAS.

#### CAMINAR

- ✓ ----- Camina con los brazos extendidos al frente del cuerpo
- ✓ ----- Camina por la línea sin salirse





- ✓ ----- Camina llevando los brazos hacia los lados
- ✓ ----- Camina con movimientos coordinados de brazos y piernas

## **CORRER**

- ✓ ----- Corre de manera seguida durante el tiempo establecido
- ✓ ----- Corre de manera lenta de forma individual y en pareja
- ✓ ----- Corre siguiendo las señales

## **LANZAR**

- ✓ ----- Lanza la pelota con dos manos de arriba hacia abajo
- ✓ ----- Lanza la pelota hacia el frente
- ✓ ----- Hace rodar la pelota con una mano
- ✓ ----- Atrapa la pelota con ambas manos

## **EQUILIBRIO**

- ✓ ----- Camina sobre la viga sin desequilibrarse
- ✓ ----- Camina sobre la viga hacia atrás
- ✓ ----- Mantiene el equilibrio sobre la viga con un objeto en las manos

## **TREPAR**

- ✓ ----- Sube y desciende las escaleras coordinadamente alternando los pies
- ✓ ----- Sube y desciende de la Cajoneta con el apoyo de piernas y brazos

## **REPTAR**

- ✓ ----- Se desplaza en el piso, por debajo de la valla con la ayuda de sus brazos y piernas coordinadamente
- ✓ ----- Se desplaza separando completamente el cuerpo del piso (gatea)



## SALTAR

- ✓ ----- Realiza saltos hacia adelante con los pies juntos
- ✓ ----- Realiza saltos hacia atrás con pies juntos
- ✓ ----- Realiza saltos laterales, de un lado a otro

### La escala de valoración será la siguiente:

- ✓ 5= EXCELENTE (Alcanza la habilidad)
- ✓ 4= MUY BUENA (A punto de alcanzar la habilidad)
- ✓ 3= BUENA (Progresando adecuadamente)
- ✓ 2= REGULAR (Poco progreso de la habilidad)
- ✓ 1= INSUFICIENTE (No alcanza la habilidad)

## APLICACIÓN DE LOS TESTS.

Los test para la valoración de las habilidades motrices básicas, están basadas en los estudios que realizan autores como Berges-Lezine, (1975) Ruiz, (1991), Brunett (1980) Arce y Rivera, Cordero, (1988), los mismos que han sido adaptados de acuerdo a las necesidades que requiere la institución. La aplicación de los test se realizaron en 3 etapas: al inicio (septiembre 22 del 2014) con el propósito de realizar un diagnóstico de las habilidades motrices (HMB), en la mitad de la propuesta (noviembre 10 del 2014) cuyo propósito es valorar el desarrollo de las HMB, y al final (diciembre 15 del 2014) con el propósito de valorar el nivel alcanzado de las HMB.

Las actividades motrices que se realizaron durante el presente trabajo investigativo, se llevaron a cabo de la siguiente forma:

FRECUENCIA	DURACION	LUGAR	RECURSOS
3 veces por semana	40 minutos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aula de psicomotricidad</li><li>• Canchas de la institución</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Colchonetas</li><li>• Aros</li><li>• Barra de equilibrio</li><li>• Balones</li><li>• Cajoneta</li><li>• Cojines,</li><li>• etc.</li></ul>



#### **4.4. Recopilación y procesamiento de datos.**

##### **1. Determinación de los test**

La determinación de los test que se utilizaron con los niños, se lo realizó, conociendo la situación actual de los niños, y viendo la necesidad de la institución de requerir un proyecto para los mismos.

##### **2. Determinar que niños y los días para la realización de los test**

La determinación de los niños que va a ser testeados, se lo realizó calculando el total de los niños y niñas existentes, obteniendo como resultado la muestra de 37 niños a ser evaluados, los días para la ejecución de los test, se determinó realizarlos en un lapso de tres meses, aplicando un test por mes, al mismo grupo de niños y niñas.

##### **3. Aplicación de los test con los niños**

La aplicación de los test, se los llevo a cabo en días y horas establecidas, con la ayuda de la profesora de aula.

##### **4. Obtención de los datos y resultados de los test**

A medida que se fueron aplicando los test con los niños y niñas, se realizaba los apuntes necesarios de cada uno y de cada habilidad evaluada, transcribiendo los resultados obtenidos por cada niño y habilidad.

##### **5. Ingreso de los datos**

Con los datos y resultados obtenidos de los niños y niñas evaluados, se procedió al ingreso de los mismos, en una base de datos, elaborada en el programa de Excel.

##### **6. Análisis de los datos obtenidos**

El análisis final de los datos obtenidos, se realizó mediante la elaboración de tablas y gráficos, mismos que nos ayudaron a la interpretación, y análisis



de los resultados y corroborar o no si el programa de actividades explicado, contribuyó al desarrollo de las habilidades motrices básicas.

## **ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS EN NIÑOS DEL NIVEL INICAL DE 3 - 4 Años.**

### **Objetivo general de las actividades a realizar**

**Según el Currículo Educación Inicial 2014** plantea los siguientes objetivos y Habilidades Motoras Básicas, que deberán ser trabajadas en el nivel inicial.

- ✓ Desarrollar la capacidad motriz a través de procesos senso-perceptivos que permitan una adecuada estructuración de su esquema corporal y coordinación en la ejecución de movimientos y desplazamientos.

Para el desarrollo de las actividades los niños deberán ejecutar ejercicios de habilidades motoras básicas, de una forma sistemática, es decir de lo más sencillo hacia lo más complejo, explicando a continuación ejercicios básicos para trabajar las habilidades motoras básicas de caminar, correr, saltar, lanzar trepar y reptar.

Las Habilidades Motoras Básicas que se desarrollarán en los niños de 3 a 4 años, se han seleccionado, considerando las necesidades de la institución, y se basan en diferentes estudios científicos realizados por Blázquez, Domingo y Ortega (1984), quienes dan una amplia gama de ejercicios para trabajar. Algunas de estas actividades serán modificadas, de acuerdo a las necesidades de los niños de la institución, siendo estos:

- ✓ Saltar en dos pies en diferentes sentidos y alturas.
- ✓ Caminar y correr con soltura y seguridad manteniendo el equilibrio a diferentes distancias orientaciones y ritmos en espacios parciales.
- ✓ Subir y bajar escaleras alternando los pies.



- ✓ Ejecutar actividades coordinadamente y con un control adecuado de fuerza y tonicidad muscular
- ✓ Trepar y reptar a diferentes ritmos y en posiciones corporales diversas (cúbito ventral y cúbito dorsal).
- ✓ Mantener el equilibrio al caminar sobre líneas rectas, curvas, quebradas, logrando un adecuado control postural.
- ✓ Realizar ejercicios de simetría corporal como identificar las partes del lado derecho e izquierdo del cuerpo.
- ✓ Realizar ejercicios que involucran movimientos segmentados de partes gruesas y finas del cuerpo (cuello, hombro, codo, muñeca, dedos, cadera, rodilla, tobillo, pie).
- ✓ Galopar y saltar coordinadamente con obstáculos y ejecutando circuitos.

**a) Actividades para ejercitar la habilidad de caminar:**

- ✓ **Ejercicio Nº 1:** se le pide a los niños que deben caminar por toda el área “caminar dispersos”, lentamente y más rápidos hasta correr. Alternar caminar y correr.
- ✓ **Ejercicio Nº 2:** Se invita a los niños a caminar dispersos cada uno al compás del sonido de las claves, se le orienta caminar de formas diferentes (en puntas de pie, “como un gigante”
  - Talones “como con tacones”, elevando rodilla “como los caballitos”, con pasos laterales, “como los carritos locos”, como diferentes animales.
- ✓ **Ejercicio Nº 3:** se invita a jugar “las estatuas”. Caminan dispersos cada uno de la forma que desee y a una señal se paran quedando como “estatuas”.
  - Continúa repitiendo el movimiento deseado y se vuelve a parar. Se repite varias veces.
- ✓ **Ejercicio Nº 4:** Se invita a los niños a caminar como perros (cuadrupedia), Hacia delante y hacia atrás, hacia un lado y otro, llevando o empujando objetos con el cuerpo, por el piso, por arriba de muros, bancos, etc.
- ✓ **Ejercicio Nº 5:** Se les propone jugar a los automóviles, cada niño con un aro imita que maneja, caminado más lento, más rápido, hacia diferentes lugares,



pasando por arriba de tablas, bancos, cuerdas (que forman caminos), por debajo de objetos (aros, cuerdas). Finalizar el juego caminando cada vez más lentos.

## **b) Actividades para ejercitar la habilidad de saltar:**

### ✓ **Ejercicio 1.** Saltar con los 2 pies, al frente.

El niño debe realizar los saltos sobre la parte anterior de los pies y las caídas con semiflexión de las piernas, inicialmente harán un salto al frente, paulatinamente aumentarán y ejecutarán dos o tres saltos continuos; para ello las promotoras pueden utilizar periódicos aros, trazar líneas en el piso y otros medios. Lo mismo pero desde diferentes direcciones, imitando el salto de la rana, el conejo, el canguro y la pelota.

La promotora orientará el tipo de salto que se ejecutará, donde los niños imitarán al animal indicado, puede auxiliarse de láminas. De esta forma se contribuye, a elevar el nivel de creatividad, coordinación orientación y diferenciación, se repetirán de 4 a 6 veces.

### ✓ **Ejercicio 2.** Saltar con una pierna avanzando al frente.

Los niños realizarán el salto con un pie sobre una línea trazada en el piso, sobre periódicos u otros objetos, pueden ejecutar dos o tres saltos en parejas con una mano en el hombro del compañero y deben alternar el trabajo de pies en los saltos.

## **c) Ejercicios para desarrollar la Habilidad de Tregar:**

### ✓ **Ejercicio 1.** Tregar sobre un objeto.

Subir sobre objetos más altos, tales como vallas pequeñas y bancos y cruzar por encima de otro compañero cuando este se encuentre en cuadrupedia. Los



ejercicios de trepar, mejoran la coordinación de los movimientos. Se repetirá de 4 a 6 veces.

### **ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS EN NIÑOS DEL NIVEL INICAL DE 5 Años.**

- ✓ Identificar las distintas posturas que adopta el cuerpo: postura de pie, sentado, acostado, de rodillas, en un pie, en cuclillas a través de ritmos y canciones.
- ✓ Distinguir las principales nociones y relaciones espaciales con referencia a sí mismo (arriba-abajo; encima-debajo).
- ✓ Identificar las posibilidades de movimiento de las distintas articulaciones para conocer su función y cuidar el esquema corporal.
- ✓ Distinguir las principales nociones y relaciones espaciales con referencia a sí mismo (entre/alrededor; a un lado/a otro lado; dentro/fuera).
- ✓ Diferenciar las nociones: mucha velocidad/poca velocidad; de prisa/ despacio; rápido/lento, en situaciones cotidianas.
- ✓ Distinguir las principales nociones y relaciones espaciales con referencia a sí mismo (entre/alrededor; a un lado/a otro lado; dentro/fuera).
- ✓ Identificar los distintos tonos musculares: movilidad/inmovilidad; flexión/contracción; flexión/extensión.
- ✓ Imitar movimientos de animales con las diferentes partes del cuerpo, demostrando creatividad e imaginación.
- ✓ Distinguir las principales nociones y relaciones espaciales con referencia a sí mismo (izquierda/derecha).
- ✓ Reconocer e interpretar sencillos trazos e itinerarios y efectuar los recorridos siguiéndolos adecuadamente.
- ✓ Realizar ejercicios de respiración en diferentes posiciones para aprender a relajarse.
- ✓ Controlar los componentes básicos del equilibrio corporal: posición erguida, apoyos y desplazamientos.
- ✓ Dominar los desplazamientos en inestabilidad/equilibrio.



- ✓ Controlar movimientos ojo - mano, ojo - pie en relación a los objetos y a las características del espacio.
- ✓ Practicar rondas y juegos tradicionales para demostrar coordinación y equilibrio corporal.
- ✓ Reconocer las nociones básicas de orden espacial: primero/último; principio/final; anterior/medio/posterior.

### **Ejercicios para desarrollar las diferentes habilidades motrices básicas:**

Según la Guía de psicomotricidad y educación física en la educación primaria <sup>8</sup> nos indica ciertas actividades que se pueden realizar:

#### **Propósito**

Introducir al niño a la actividad psicomotriz a través de una breve revisión de su cuerpo en relación con el espacio.

#### **Desarrollo**

- ✓ Los niños caminarán de manera libre por todo el espacio; sin ninguna dirección, de manera suave y con pasos lentos. Al cabo de unos minutos se les indicará que:
- ✓ Respiren profundo, retengan el aire y lo suelten suavemente (tres veces).
- ✓ Sientan su pies, la planta de sus pies, los dedos de los pies, talones, tobillos, piernas, rodillas, muslos, cadera, tronco, espalda, pecho, hombros, brazos, antebrazos, muñecas, manos, dedos, cuello y cabeza.
- ✓ Hagan pequeños movimientos con cada parte del cuerpo que les vayas nombrando.
- ✓ Aumenten paulatinamente la velocidad, desde caminar hasta trotar.
- ✓ Hagan pequeños juegos de calentamiento con pelotas o canten una canción con movimientos.

**Propósito.-** Favorecer el tono muscular





**Desarrollo.-** Explicar a los niños que ellos serán unas estatuas, y como tales no pueden moverse. Pero su misión es llegar al otro extremo del área donde se realiza el juego, para lo cual tienen la oportunidad de moverse cuando tú estés de espaldas y no puedas verlos. Si los observas al momento en que se están moviendo, todos los integrantes del grupo deben regresar a donde iniciaron. Gana el equipo que llegue primero

**Propósito.-** Ejercitar el patrón de salto.

**Desarrollo.-** Hablar con los niños sobre las diferentes formas en que podemos saltar; que practiquen algunos saltos en su lugar. Verifica si en la región en la que estás hay algún animal que brinque para poder sustituirlo por el canguro. En caso contrario, dar una breve explicación de este animal y de su hábitat. Distribuir las cuerdas en el piso de manera que queden paralelas una de otra, como formando una torre plana. Después indicarles que son unos canguros y que deben saltar entre las cuerdas sin tocarlas. Cuando el niño domine el salto, es momento de aumentar la distancia entre las cuerdas; así se verá obligado a planear su salto. Otras variantes son: cambiar el espacio entre las cuerdas para que el niño adapte su salto al cambio de distancias, saltar con los brazos en diferentes posiciones, saltar hacia atrás, saltar y al momento de caer tratar de hacerlo en puntas, en los talones y apoyando todo el pie.

#### 4.5. Resultados

Para una mejor comprensión de los resultados obtenidos, los describiremos mediante tablas y gráficos, explicando cada habilidad en los distintos grupos de edades.

En la tabla A, se describen las características generales de los participantes en el estudio.



En las tablas 1, 8, 15, 22, 29, 36, 43, 50 y gráficos 1, 8, 15, 22, 29, 36, 43, 85, 92, 99, 106, 113, y 120 se describen los resultados de la habilidad de caminar en diferentes formas, tanto en número, porcentajes y por sexo, los cuales se evidencian en los tres momentos que se aplicaron los test: al inicio, durante y al final.

- Camina con los brazos extendidos hacia el frente
- camina por la línea sin salirse,
- camina llevando los brazos hacia los lados,
- camina con movimientos coordinados de brazos y piernas.

En las tablas 2, 9, 16, 23, 30, 37, 44, 51 y gráficos 2, 9, 16, 23, 30, 37, 47, 48, 49, 86, 93, 100, 107, 114, y 121, se describen los resultados de la habilidad de correr en diferentes formas, en número, porcentaje y por sexo, los cuales se evidencian en los tres momentos que se aplicaron los test: al inicio, durante y al final.

- Corre de manera seguido en un tiempo establecido
- Corre de manera lenta, individual y en pareja
- Corre siguiendo las señales

En las tablas 3, 10, 17, 24, 31, 38, 45, 52 y gráficos 3, 10, 17, 24, 31, 38, 50, 51, 52, 53, 87, 94, 101, 108, 115 y 122 se describen los resultados alcanzados de la habilidad de lanzar con pelota en distintas formas, en número, porcentaje y por sexo, los cuales se evidencian en los tres momentos que se aplicaron los test: al inicio, durante y al final

- Lanza la pelota con dos manos de arriba hacia abajo
- Lanza la pelota hacia el frente
- Hace rodar la pelota con una mano
- Atrapa la pelota con ambas manos

En las tablas 4, 11, 18, 25, 32, 39, 46, 53 y gráficos 4, 11, 18, 25, 32, 39, 54, 55, 56, 88, 95, 102, 109, 116, y 123 se describen los resultados alcanzados en la



habilidad de equilibrio en la viga, de diferentes formas, en número, porcentaje y por sexo, los cuales se evidencian en los tres momentos que se aplicaron los test: al inicio, durante y al final.

- Camina sobre la viga sin desequilibrarse
- Camina sobre la viga hacia atrás
- Mantiene el equilibrio sobre la viga con un objeto en las manos

En las tablas 5, 12, 19, 26, 33, 40, 47, 54 y gráficos 5, 12, 19, 26, 33, 40, 57, 58, 89, 96, 103, 110, 117 y 124 se describen los resultados obtenidos en la habilidad de trepar en diferentes formas, en número, porcentaje y por sexo, los cuales se evidencian en los tres momentos que se aplicaron los test: al inicio, durante y al final.

- Sube y baja las escaleras coordinadamente alternando los pies
- Sube y desciende de la cajoneta con el apoyo de piernas y brazos

En las tablas 6, 13, 20, 27, 34, 41, 48, 55 y gráficos 6, 13, 20, 27, 34, 41, 80, 81, 90, 97, 104, 111, 118, y 125 se describen los resultados logrados en la habilidad de reptar en diferentes formas, en número, porcentaje y por sexo, los cuales se evidencian en los tres momentos que se aplicaron los test: al inicio, durante y al final.

- Se desplaza en el piso, por debajo de la valla con ayuda de sus brazos y piernas coordinadamente.
- Se desplaza separando completamente el cuerpo del piso ( gatea )

En las tablas y gráficos 7, 14, 21, 28, 35, 42, 49, 56 y gráficos 7, 14, 21, 28, 35, 42, 82, 83, 91, 98, 105, 112, 119 y 126 se describe los resultados alcanzados en la habilidad de saltar en diferentes formas, en número, porcentaje y por sexo, los cuales se evidencian en los tres momentos que se aplicaron los test: al inicio, durante y al final.

- Realiza saltos hacia adelante con los pies juntos
- Realiza saltos hacia atrás con los pies juntos
- Realiza saltos laterales de un lado a otro

#### 4.5.1. Tablas

	NIÑOS	NIÑAS	TOTAL
<b>Media</b>	4,50	3,79	3,81
<b>DS</b>	0,53	0,85	0,84

Tabla A. Características Generales de la muestra.

#### TEST # 1

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
5	3	3	6	0	0	0	0	0	0	8	9
6	4	2	1	0	4	0	0	0	0	8	9
3	2	5	6	0	1	0	0	0	0	8	9
6	4	2	3	0	2	0	0	0	0	8	9

Tabla 1. Habilidad de caminar en distintas formas (hombres, mujeres -3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
1	1	5	5	2	3	0	0	0	0	8	9
2	1	6	7	0	1	0	0	0	0	8	9
1	0	6	4	1	5	0	0	0	0	8	9

Tabla 2. Habilidad de correr con diferentes variantes (hombres, mujeres -3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
1	1	7	8	0	0	0	0	0	0	8	9
5	2	3	6	0	1	0	0	0	0	8	9
3	3	5	4	0	2	0	0	0	0	8	9
0	0	5	3	3	5	0	1	0	0	8	9

Tabla 3. Habilidad de lanzar con pelota en distintas formas (hombres, mujeres -3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
3	0	5	7	0	2	0	0	0	0	8	9
0	0	3	3	4	5	1	1	0	0	8	9
3	0	5	7	0	2	0	0	0	0	8	9

Tabla 4. Habilidad de equilibrio sobre una viga (hombres, mujeres -3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
8	5	0	4	0	0	0	0	0	0	8	9
1	1	5	6	2	2	0	0	0	0	8	9

Tabla 5. Habilidad de trepar en diferentes situaciones (hombres, mujeres -3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
2	1	6	5	0	3	0	0	0	0	8	9
4	4	3	5	1	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 6. Habilidad de reptar con y sin implemento (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
5	1	3	8	0	0	0	0	0	0	8	9
0	1	7	3	1	3	0	2	0	0	8	9
5	1	3	7	0	1	0	0	0	0	8	9

Tabla 7. Habilidad de saltar en diferentes formas (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
1	6	6	3	2	1	1	0	0	0	10	10
3	7	5	3	2	0	0	0	0	0	10	10
1	4	6	6	3	0	0	0	0	0	10	10
5	7	5	3	0	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 8. Habilidad de caminar en distintas formas (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
2	3	5	4	3	3	0	0	0	0	10	10
2	3	6	6	2	1	0	0	0	0	10	10
2	4	5	4	2	2	1	0	0	0	10	10

Tabla 9. Habilidad de correr con diferentes variantes (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
2	2	6	7	2	1	0	0	0	0	10	10
4	5	3	5	3	0	0	0	0	0	10	10
2	2	6	8	2	0	0	0	0	0	10	10
1	1	4	4	3	4	2	1	0	0	10	10

Tabla 10. Habilidad de lanzar con pelota en distintas formas (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
3	4	4	5	3	1	0	0	0	0	10	10
1	2	3	3	5	3	1	2	0	0	10	10
3	5	5	4	2	1	0	0	0	0	10	10

Tabla 11. Habilidad de equilibrio sobre una viga (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
5	8	5	1	0	1	0	0	0	0	10	10
3	5	3	5	3	0	1	0	0	0	10	10

Tabla 12. Habilidad de trepar en diferentes situaciones (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
2	6	3	3	2	1	3	0	0	0	10	10
3	6	2	4	5	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 13. Habilidad de reptar con y sin implemento (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
2	6	5	2	2	2	1	0	0	0	10	10
2	0	2	5	4	4	2	1	0	0	10	10
2	3	5	6	2	1	1	0	0	0	10	10

Tabla 14. Habilidad de saltar en diferentes formas (Hombres, mujeres - 4/5 años).

### TEST # 2

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
6	5	2	4	0	0	0	0	0	0	8	9
6	4	2	3	0	2	0	0	0	0	8	9
3	2	5	6	0	1	0	0	0	0	8	9
7	7	1	2	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 15. Habilidad de caminar en distintas formas (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
3	1	4	8	1	0	0	0	0	0	8	9
4	6	4	3	0	0	0	0	0	0	8	9
1	0	7	6	0	3	0	0	0	0	8	9

Tabla 16. Habilidad de correr con diferentes variantes (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
2	3	6	6	0	0	0	0	0	0	8	9
8	6	0	3	0	0	0	0	0	0	8	9
5	4	3	5	0	0	0	0	0	0	8	9
0	0	6	5	2	4	0	0	0	0	8	9

Tabla 17. Habilidad de lanzar con pelota en distintas formas (hombres, mujeres - 3 años).



E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
6	5	2	4	0	0	0	0	0	0	8	9
0	0	4	4	4	4	0	1	0	0	8	9
3	0	5	8	0	0	0	0	0	0	8	8

Tabla 18. Habilidad de equilibrio sobre una viga (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
8	7	0	2	0	0	0	0	0	0	8	9
1	2	6	7	1	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 19. Habilidad de trepar en diferentes situaciones (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
4	2	4	7	0	0	0	0	0	0	8	9
4	5	3	4	1	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 20. Habilidad de reptar con y sin implemento (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
6	7	2	2	0	0	0	0	0	0	8	9
0	1	7	5	1	2	0	1	0	0	8	9
6	3	2	6	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 21. Habilidad de saltar en diferentes formas (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
1	6	8	3	1	1	0	0	0	0	10	10
4	7	6	3	0	0	0	0	0	0	10	10
1	4	6	6	3	0	0	0	0	0	10	10
5	7	5	3	0	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 22. Habilidad de caminar en distintas formas (hombres, mujeres - 4/5 años).



E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
2	4	5	4	3	2	0	0	0	0	10	10
3	6	6	4	1	0	0	0	0	0	10	10
2	4	5	4	3	2	0	0	0	0	10	10

Tabla 23. Habilidad de correr con diferentes variantes (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
2	3	7	7	1	0	0	0	0	0	10	10
6	8	4	2	0	0	0	0	0	0	10	10
3	2	5	8	2	0	0	0	0	0	10	10
1	1	4	5	4	4	1	0	0	0	10	10

Tabla 24. Habilidad de lanzar con pelota en distintas formas (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
6	5	4	5	0	0	0	0	0	0	10	10
1	2	3	4	6	4	0	0	0	0	10	10
3	5	5	4	2	1	0	0	0	0	10	10

Tabla 25. Habilidad de equilibrio sobre una viga (hombres, mujeres-4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
6	8	4	2	0	0	0	0	0	0	10	10
3	5	3	5	4	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 26. Habilidad de trepar en diferentes situaciones (hombres, mujeres-4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
3	6	3	4	4	0	0	0	0	0	10	10
3	6	4	4	3	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 27. Habilidad de reptar con y sin implemento (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
4	7	5	2	1	1	0	0	0	0	10	10
2	0	2	5	6	5	0	0	0	0	10	10
3	3	5	7	2	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 28. Habilidad de saltar en diferentes formas (hombres, mujeres - 4/5 años).

### TEST # 3

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
7	7	1	2	0	0	0	0	0	0	8	9
8	6	0	3	0	0	0	0	0	0	8	9
5	6	3	3	0	0	0	0	0	0	8	9
8	8	0	1	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 29. Habilidad de caminar en distintas formas (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
5	3	3	6	0	0	0	0	0	0	8	9
6	7	2	2	0	0	0	0	0	0	8	9
4	2	4	7	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 30. Habilidad de correr con diferentes variantes (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
5	5	3	4	0	0	0	0	0	0	8	9
8	9	0	0	0	0	0	0	0	0	8	9
6	7	2	2	0	0	0	0	0	0	8	9
3	0	5	6	0	3	0	0	0	0	8	9

Tabla 31. Habilidad de lanzar con pelota en distintas formas (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
6	7	2	2	0	0	0	0	0	0	8	9
0	0	5	7	3	2	0	0	0	0	8	9
5	7	3	2	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 32. Habilidad de equilibrio sobre una viga (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
8	9	0	0	0	0	0	0	0	0	8	9
3	5	5	4	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 33. Habilidad de trepar en diferentes situaciones (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
7	5	1	4	0	0	0	0	0	0	8	9
4	8	4	1	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 34. Habilidad de reptar con y sin implemento (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
7	8	1	1	0	0	0	0	0	0	8	9
2	2	5	5	1	2	0	0	0	0	8	9
6	5	2	4	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 35. Habilidad de saltar en diferentes formas (hombres, mujeres - 3 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
4	7	5	3	1	0	0	0	0	0	10	10
4	7	6	3	0	0	0	0	0	0	10	10
3	5	4	5	3	0	0	0	0	0	10	10
6	9	4	1	0	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 36. Habilidad de caminar en distintas formas (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
3	5	5	4	2	1	0	0	0	0	10	10
4	7	5	3	1	0	0	0	0	0	10	10
3	4	5	5	2	1	0	0	0	0	10	10

Tabla 37. Habilidad de correr con diferentes variantes (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
5	4	5	6	0	0	0	0	0	0	10	10
7	9	3	1	0	0	0	0	0	0	10	10
5	4	3	6	2	0	0	0	0	0	10	10
1	1	6	6	2	3	1	0	0	0	10	10

Tabla 38. Habilidad de lanzar con pelota en distintas formas (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
6	7	4	3	0	0	0	0	0	0	10	10
1	3	6	3	3	4	0	0	0	0	10	10
3	7	6	2	1	1	0	0	0	0	10	10

Tabla 39. Habilidad de equilibrio sobre una viga (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
8	10	2	0	0	0	0	0	0	0	10	10
4	5	2	5	4	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 40. Habilidad de trepar en diferentes situaciones (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
3	8	4	2	3	0	0	0	0	0	10	10
3	8	5	2	2	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 41. Habilidad de reptar con y sin implemento (hombres, mujeres - 4/5 años).

E		MB		B		R		I		TOTAL	
H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
4	8	6	2	0	0	0	0	0	0	10	10
3	2	3	7	4	1	0	0	0	0	10	10
4	4	5	6	1	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 42. Habilidad de saltar en diferentes formas (hombres, mujeres - 4/5años).

**TEST # 1, 2, Y 3 POR HABILIDAD Y SEXO (3 años)**

CAMINAR	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Camina con los brazos extendidos al frente del cuerpo	1	5	3	3	6	0	0	0	0	0	0	8	9
	2	6	5	2	4	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	7	7	1	2	0	0	0	0	0	0	8	9
Camina por la línea sin salirse	1	6	4	2	1	0	4	0	0	0	0	8	9
	2	6	4	2	3	0	2	0	0	0	0	8	9
	3	8	6	0	3	0	0	0	0	0	0	8	9
Camina llevando los brazos hacia los lados	1	3	2	5	6	0	1	0	0	0	0	8	9
	2	3	2	5	6	0	1	0	0	0	0	8	9
	3	5	6	3	3	0	0	0	0	0	0	8	9
Camina con movimientos coordinados de brazos y piernas	1	6	4	2	3	0	2	0	0	0	0	8	9
	2	7	7	1	2	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	8	8	0	1	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 43. Comparación de la habilidad caminar durante los tres tests por sexo.

CORRER	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Corre de manera seguida durante un tiempo establecido	1	1	1	5	5	2	3	0	0	0	0	8	9
	2	3	1	4	8	1	0	0	0	0	0	8	9
	3	5	3	3	6	0	0	0	0	0	0	8	9
Corre de manera lenta de forma individual y en pareja	1	2	1	6	7	0	1	0	0	0	0	8	9
	2	4	6	4	3	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	6	7	2	2	0	0	0	0	0	0	8	9
Corre siguiendo las señales	1	1	0	6	4	1	5	0	0	0	0	8	9
	2	1	0	7	6	0	3	0	0	0	0	8	9
	3	4	2	4	7	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 44. Comparación de la habilidad correr durante los tres tests por sexo.

LANZAR		E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Lanza la pelota con dos manos de arriba abajo	1	1	1	7	8	0	0	0	0	0	0	8	9
	2	2	3	6	6	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	5	5	3	4	0	0	0	0	0	0	8	9
Lanza la pelota hacia el frente	1	5	2	3	6	0	1	0	0	0	0	8	9
	2	8	6	0	3	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	8	9	0	0	0	0	0	0	0	0	8	9
Hace rodar la pelota con una mano	1	3	3	5	4	0	2	0	0	0	0	8	9
	2	5	4	3	5	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	6	7	2	2	0	0	0	0	0	0	8	9
Atrapa la pelota con ambas manos	1	0	0	5	3	3	5	0	1	0	0	8	9
	2	0	0	6	5	2	4	0	0	0	0	8	9
	3	3	0	5	6	0	3	0	0	0	0	8	9

Tabla 45. Comparación de la habilidad lanzar durante los tres tests por sexo.

EQUILIBRIO		E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Camina sobre la viga sin desequilibrarse	1	3	0	5	7	0	2	0	0	0	0	8	9
	2	6	5	2	4	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	6	7	2	2	0	0	0	0	0	0	8	9
Camina sobre la viga hacia atrás	1	0	0	3	3	4	5	1	1	0	0	8	9
	2	0	0	4	4	4	4	0	1	0	0	8	9
	3	0	0	5	7	3	2	0	0	0	0	8	9
Mantiene el equilibrio sobre la viga con un objeto en las manos	1	3	0	5	7	0	2	0	0	0	0	8	9
	2	3	0	5	8	0	1	0	0	0	0	8	9
	3	5	7	3	2	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 46. Comparación de la habilidad equilibrio durante los tres tests por sexo.

TREPAR		E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Sube y baja las escaleras coordinadamente alternando los pies	1	8	5	0	4	0	0	0	0	0	0	8	9
	2	8	7	0	2	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	8	9	0	0	0	0	0	0	0	0	8	9
Sube y desciende la cajoneta con el apoyo de brazos y piernas	1	1	1	5	6	2	2	0	0	0	0	8	9
	2	1	2	6	7	1	0	0	0	0	0	8	9
	3	3	5	5	4	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 47. Comparación de la habilidad trepar durante los tres tests por sexo.

REPTAR	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Se desplaza en el piso, por debajo de la valla con la ayuda de sus brazos y piernas coordinadamente	1	2	1	6	5	0	3	0	0	0	0	8	9
	2	4	2	4	7	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	7	5	1	4	0	0	0	0	0	0	8	9
Se desplaza separando completamente el cuerpo del piso (gatea)	1	4	4	3	5	1	0	0	0	0	0	8	9
	2	4	5	3	4	1	0	0	0	0	0	8	9
	3	4	8	4	1	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 48. Comparación de la habilidad reptar durante los tres tests por sexo.

SALTAR	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Realiza saltos hacia adelante con pies juntos	1	5	1	3	8	0	0	0	0	0	0	8	9
	2	6	7	2	2	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	7	8	1	1	0	0	0	0	0	0	8	9
Realiza saltos hacia atrás con pies juntos	1	0	1	7	3	1	3	0	2	0	0	8	9
	2	0	1	7	5	1	2	0	1	0	0	8	9
	3	2	2	5	5	1	2	0	0	0	0	8	9
Realiza saltos laterales, de un lado a otro	1	5	1	3	7	0	1	0	0	0	0	8	9
	2	6	3	2	6	0	0	0	0	0	0	8	9
	3	6	5	2	4	0	0	0	0	0	0	8	9

Tabla 49. Comparación de la habilidad saltar durante los tres tests por sexo.

### TEST # 1, 2, y 3 POR HABILIDAD y SEXO (4/5 años)

HABILIDAD CAMINAR	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Camina con los brazos extendidos al frente del cuerpo	1	1	6	6	3	2	1	1	0	0	0	10	10
	2	1	6	8	3	1	1	0	0	0	0	10	10
	3	4	7	5	3	1	0	0	0	0	0	10	10
Camina por la línea sin salirse	1	3	7	5	3	2	0	0	0	0	0	10	10
	2	4	7	6	3	0	0	0	0	0	0	10	10
	3	4	7	6	3	0	0	0	0	0	0	10	10
Camina llevando los brazos hacia los lados	1	1	4	6	6	3	0	0	0	0	0	10	10
	2	1	4	6	6	3	0	0	0	0	0	10	10
	3	3	5	4	5	3	0	0	0	0	0	10	10
Camina con movimientos coordinados de brazos y piernas	1	5	7	5	3	0	0	0	0	0	0	10	10
	2	5	7	5	3	0	0	0	0	0	0	10	10
	3	6	9	4	1	0	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 50. Comparación de la habilidad caminar durante los tres tests por sexo.

CORRER	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Corre de manera seguida durante un tiempo establecido	1	2	3	5	4	3	3	0	0	0	0	10	10
	2	2	4	5	4	3	2	0	0	0	0	10	10
	3	3	5	5	4	2	1	0	0	0	0	10	10
Corre de manera lenta de forma individual y en pareja	1	2	3	6	6	2	1	0	0	0	0	10	10
	2	3	6	6	4	1	0	0	0	0	0	10	10
	3	4	7	5	3	1	0	0	0	0	0	10	10
Corre siguiendo las señales	1	2	4	5	4	2	2	1	0	0	0	10	10
	2	2	4	5	4	3	2	0	0	0	0	10	10
	3	3	4	5	5	2	1	0	0	0	0	10	10

Tabla 51. Comparación de la habilidad correr durante los tres tests por sexo.

LANZAR	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Lanza la pelota con dos manos de arriba abajo	1	2	2	6	7	2	1	0	0	0	0	10	10
	2	2	3	7	7	1	0	0	0	0	0	10	10
	3	5	4	5	6	0	0	0	0	0	0	10	10
Lanza la pelota hacia el frente	1	4	5	3	5	3	0	0	0	0	0	10	10
	2	6	8	4	2	0	0	0	0	0	0	10	10
	3	7	9	3	1	0	0	0	0	0	0	10	10
Hace rodar la pelota con una mano	1	2	2	6	8	2	0	0	0	0	0	10	10
	2	3	2	5	8	2	0	0	0	0	0	10	10
	3	5	4	3	6	2	0	0	0	0	0	10	10
Atrapa la pelota con ambas manos	1	1	1	4	4	3	4	2	1	0	0	10	10
	2	1	1	4	5	4	4	1	0	0	0	10	10
	3	1	1	6	6	2	3	1	0	0	0	10	10

Tabla 52. Comparación de la habilidad lanzar durante los tres tests por sexo.

EQUILIBRIO	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Camina sobre la viga sin desequilibrarse	1	3	4	4	5	3	1	0	0	0	0	10	10
	2	6	5	4	5	0	0	0	0	0	0	10	10
	3	6	7	4	3	0	0	0	0	0	0	10	10
Camina sobre la viga hacia atrás	1	1	2	3	3	5	3	1	2	0	0	10	10
	2	1	2	3	4	6	4	0	0	0	0	10	10
	3	1	3	6	3	3	4	0	0	0	0	10	10
Mantiene el equilibrio sobre la viga con un objeto en las manos	1	3	5	5	4	2	1	0	0	0	0	10	10
	2	3	5	5	4	2	1	0	0	0	0	10	10
	3	3	7	6	2	1	1	0	0	0	0	10	10

Tabla 53. Comparación de la habilidad equilibrio durante los tres tests por sexo.



TREPAR	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
		Sube y baja las escaleras coordinadamente alternando los pies	1	5	8	5	1	0	1	0	0	0	0
	2	6	8	4	2	0	0	0	0	0	0	10	10
	3	8	10	2	0	0	0	0	0	0	0	10	10
Sube y desciende la cajoneta con el apoyo de brazos y piernas	1	3	5	3	5	3	0	1	0	0	0	10	10
	2	3	5	3	5	4	0	0	0	0	0	10	10
	3	4	5	2	5	4	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 54. Comparación de la habilidad trepar durante los tres tests por sexo.

REPTAR	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
		Se desplaza en el piso, por debajo de la valla con la ayuda de sus brazos y piernas coordinadamente	1	2	6	3	3	2	1	3	0	0	0
	2	3	6	3	4	4	0	0	0	0	0	10	10
	3	3	8	4	2	3	0	0	0	0	0	10	10
Se desplaza separando completamente el cuerpo del piso (gatea)	1	3	6	2	4	5	0	0	0	0	0	10	10
	2	3	6	4	4	3	0	0	0	0	0	10	10
	3	3	8	5	2	2	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 55. Comparación de la habilidad reptar durante los tres tests por sexo.

SALTAR	test	E		MB		B		R		I		TOTAL	
		H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
		Realiza saltos hacia adelante con pies juntos	1	2	6	5	2	2	2	1	0	0	0
2	4		7	5	2	1	1	0	0	0	0	10	10
3	4		8	6	2	0	0	0	0	0	0	10	10
Realiza saltos hacia atrás con pies juntos	1	2	0	2	5	4	4	2	1	0	0	10	10
	2	2	0	2	5	6	5	0	0	0	0	10	10
	3	3	2	3	7	4	1	0	0	0	0	10	10
Realiza saltos laterales, de un lado a otro	1	2	3	5	6	2	1	1	0	0	0	10	10
	2	3	3	5	7	2	0	0	0	0	0	10	10
	3	4	4	5	6	1	0	0	0	0	0	10	10

Tabla 56. Comparación de la habilidad saltar durante los tres tests por sexo.

### 4.5.2. Gráficos

#### TEST # 1 EN NIÑOS Y NIÑAS (3 años)

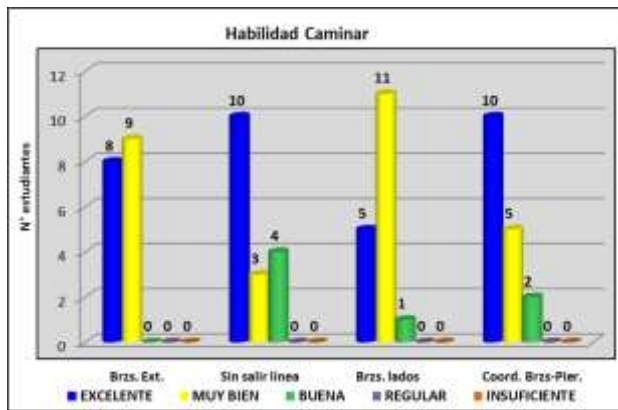


Gráfico 1

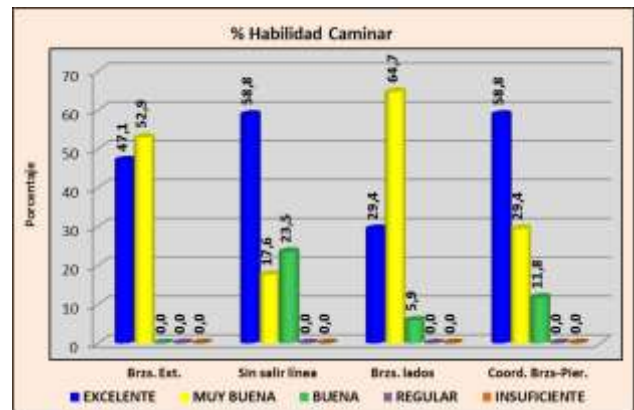


Gráfico 85

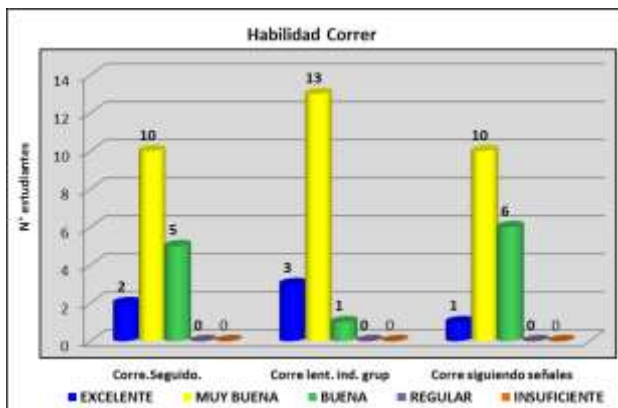


Gráfico 2

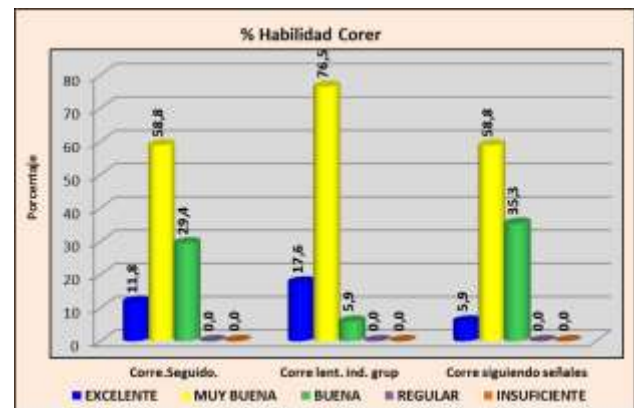


Gráfico 86

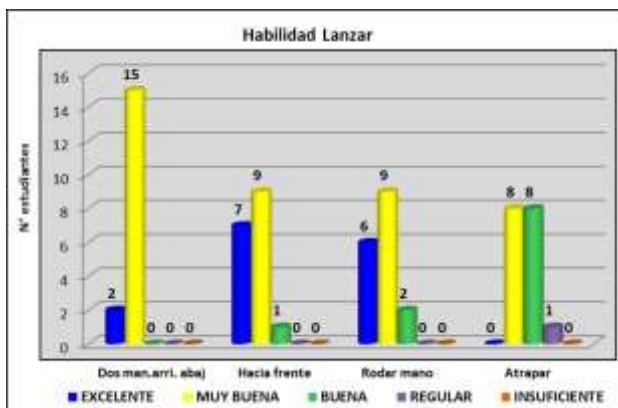


Gráfico 3

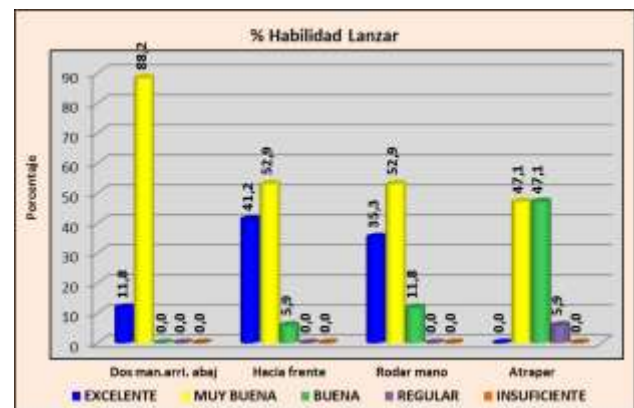


Gráfico 87

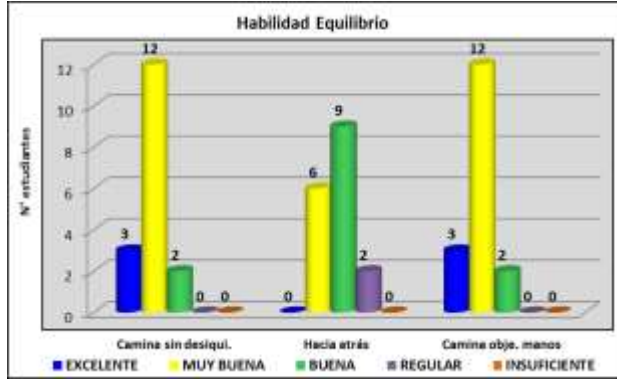


Gráfico 4



Gráfico 88

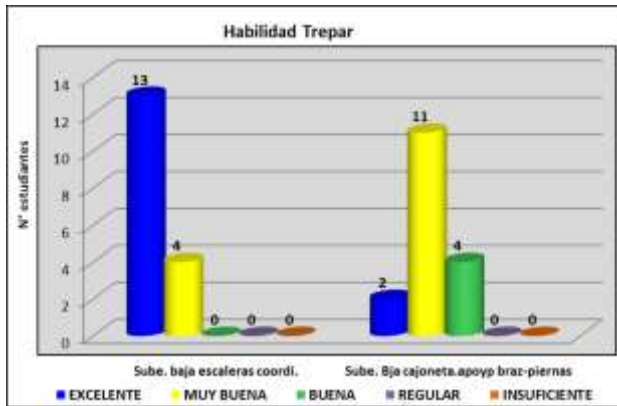


Gráfico 5



Gráfico 89

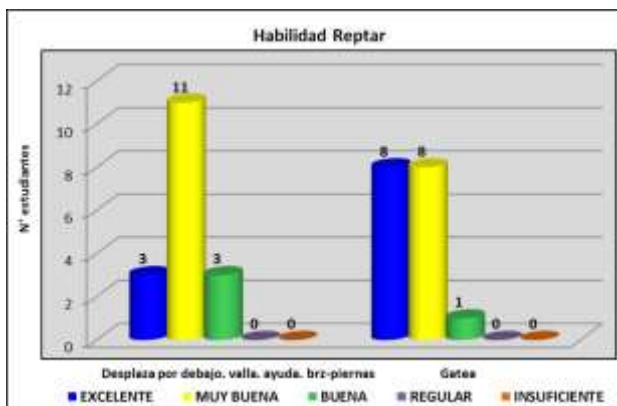


Gráfico 6

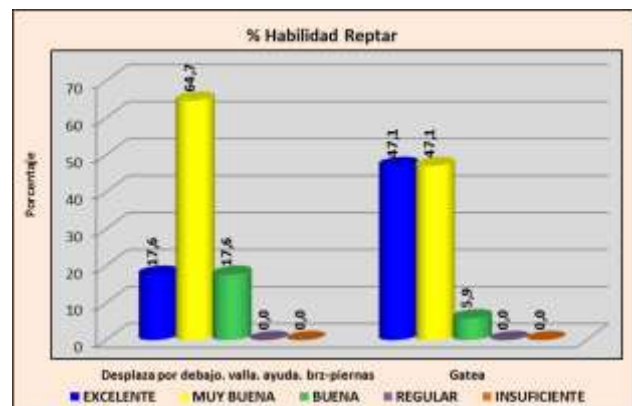


Gráfico 90

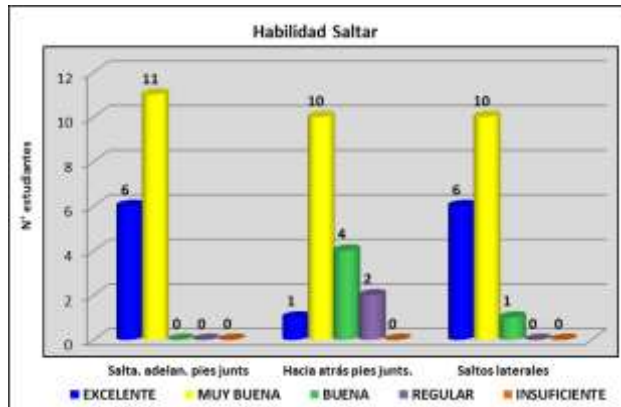


Gráfico 7

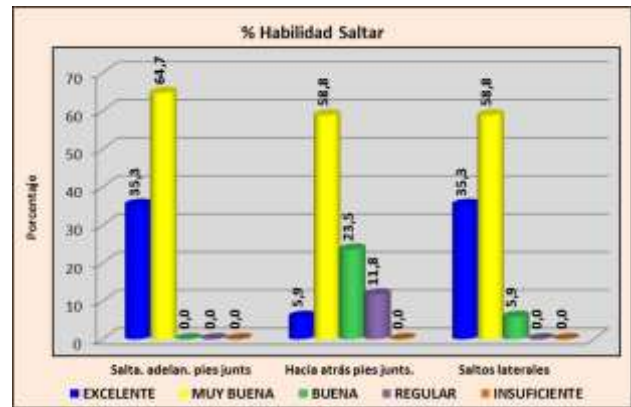


Gráfico 91

TEST # 1 EN NIÑOS Y NIÑAS (4/5 años)

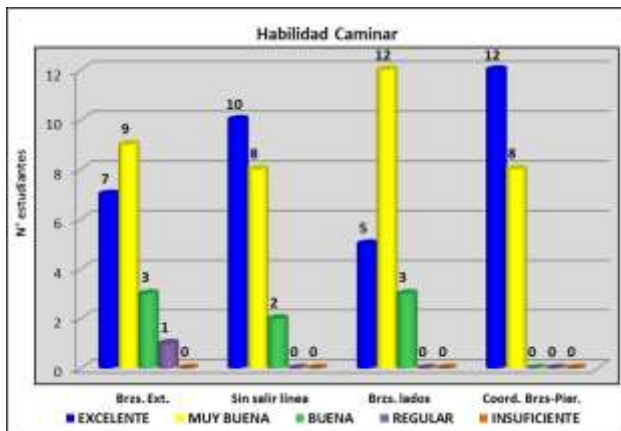


Gráfico 8

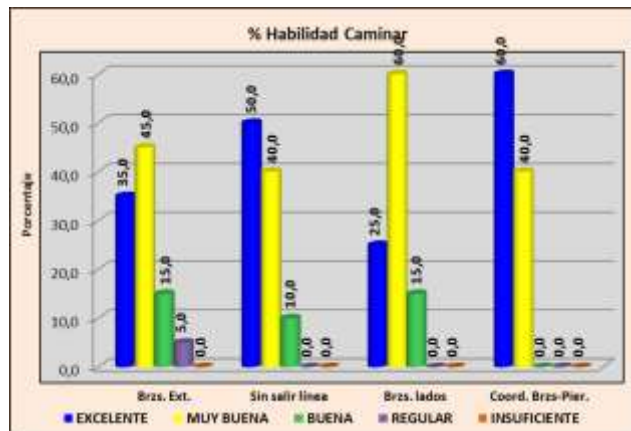


Gráfico 92

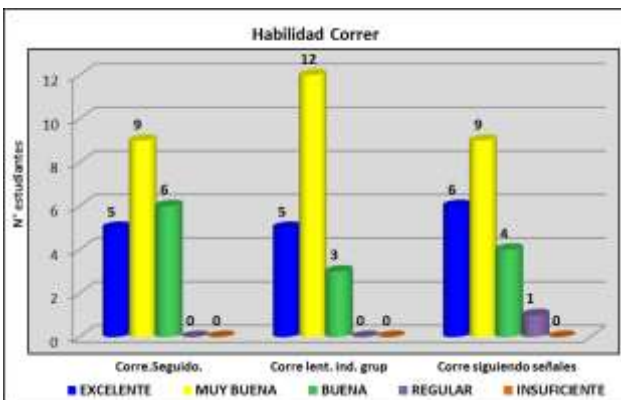


Gráfico 9

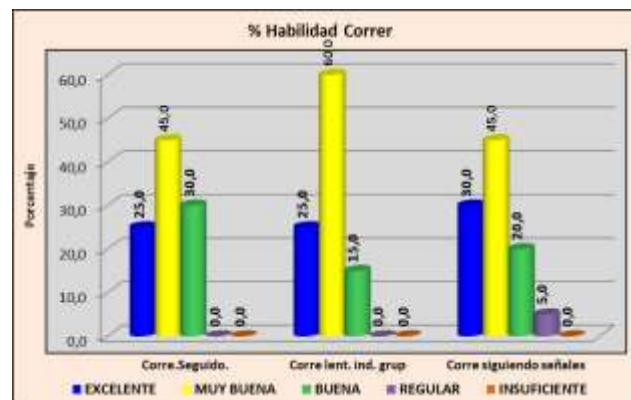


Gráfico 93

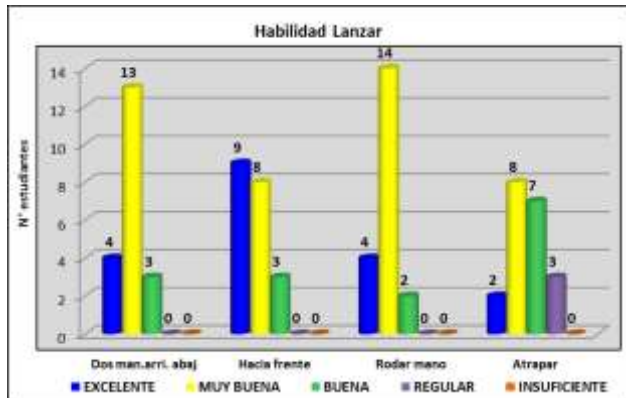


Gráfico 10

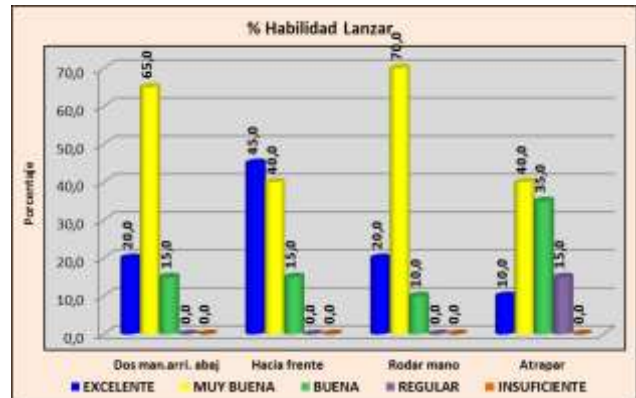


Gráfico 94

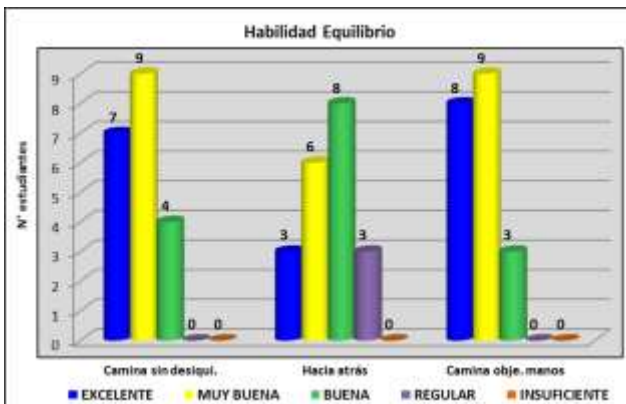


Gráfico 11

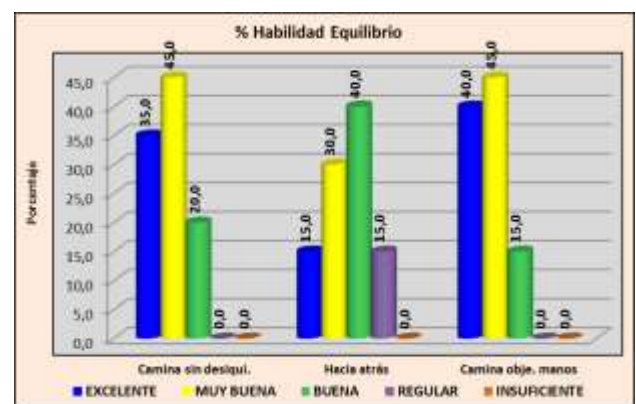


Gráfico 95

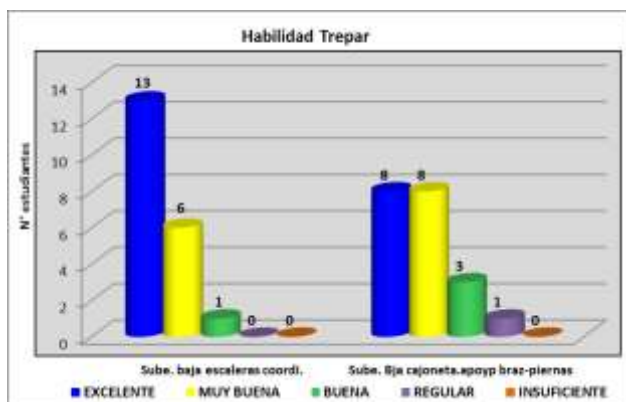


Gráfico 12

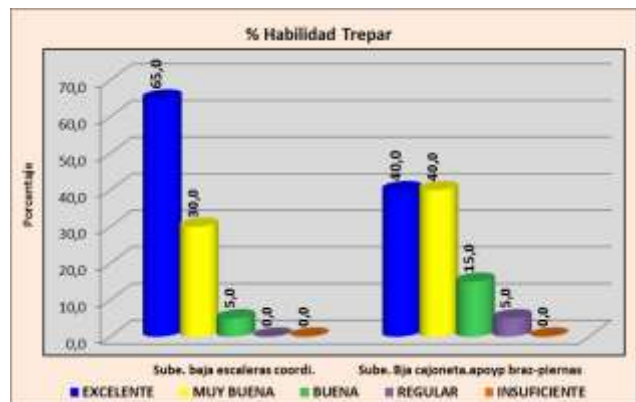


Gráfico 96



Gráfico 13



Gráfico 97

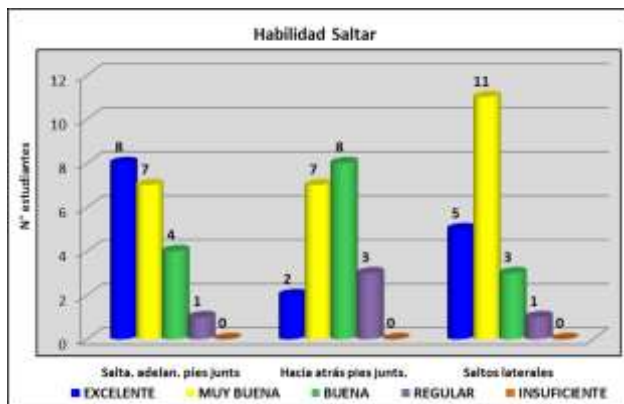


Gráfico 14

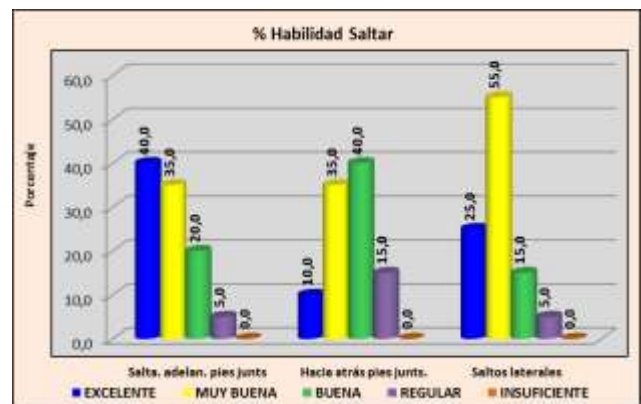


Gráfico 98

TEST # 2 EN NIÑOS Y NIÑAS (3 años)

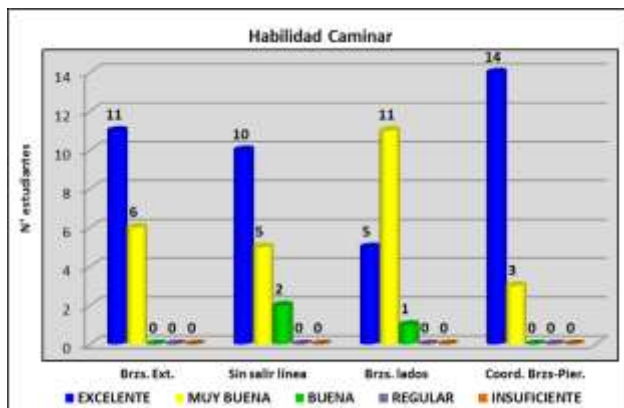


Gráfico 15

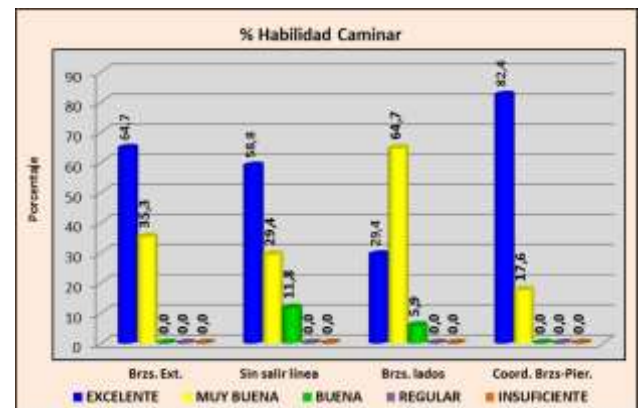


Gráfico 99

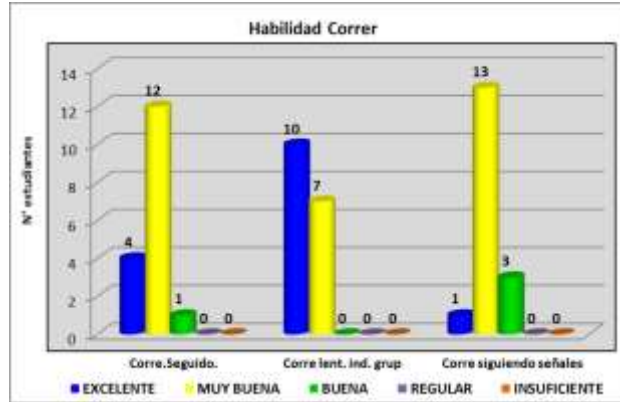


Gráfico 16

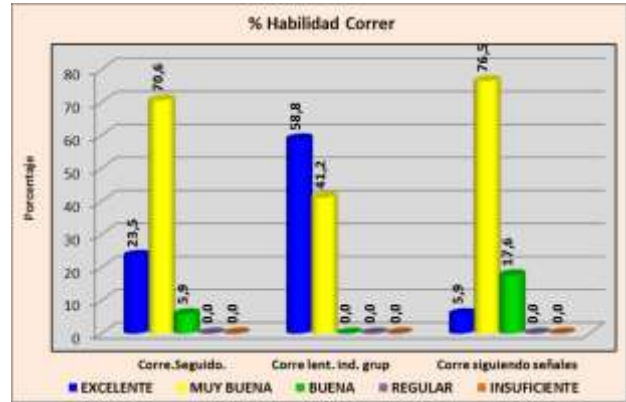


Gráfico 100

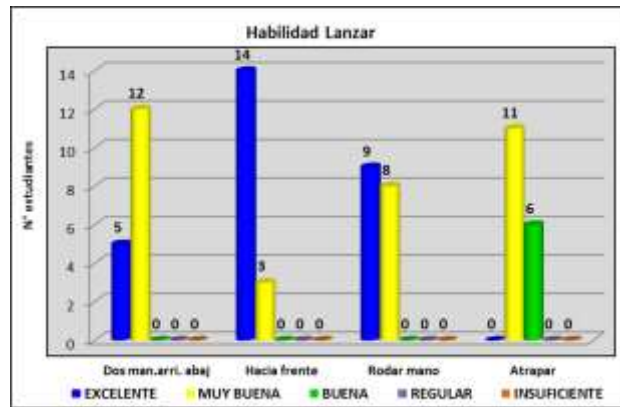


Gráfico 17

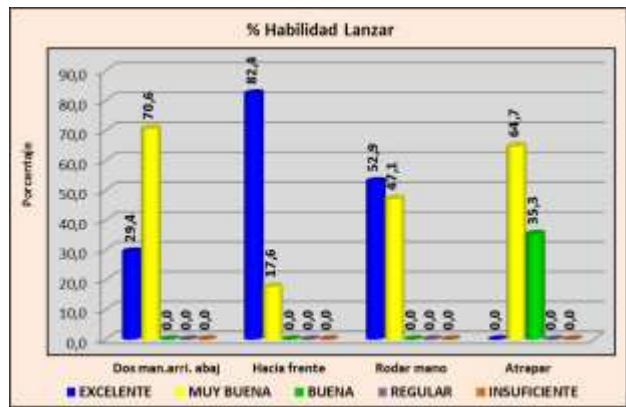


Gráfico 101

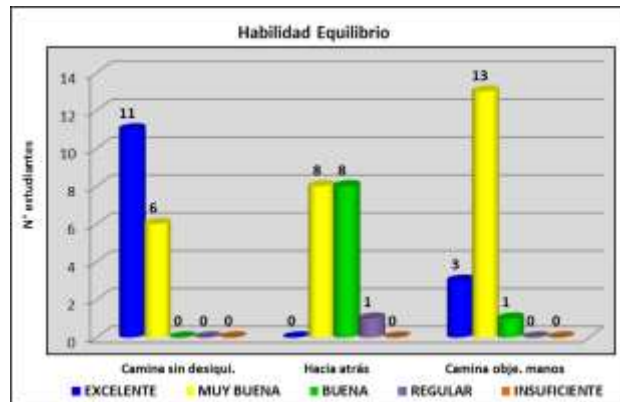


Gráfico 18

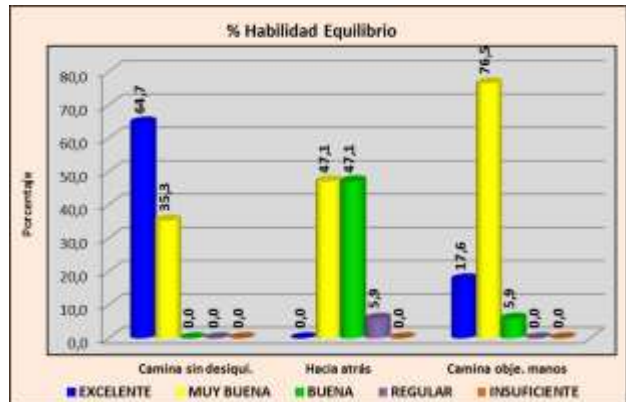


Gráfico 102

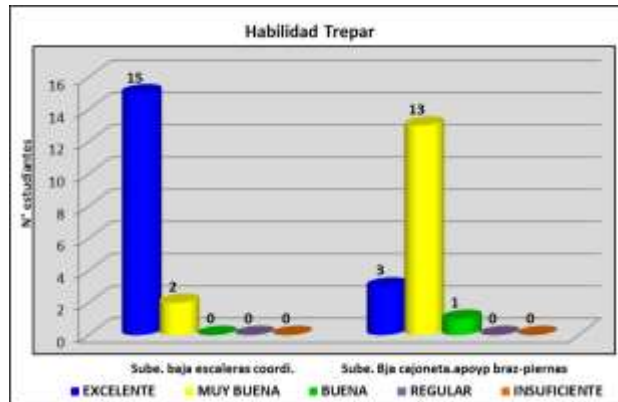


Gráfico 19

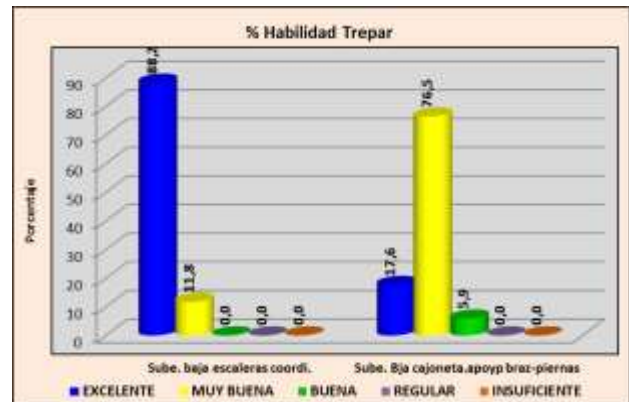


Gráfico 103



Gráfico 20

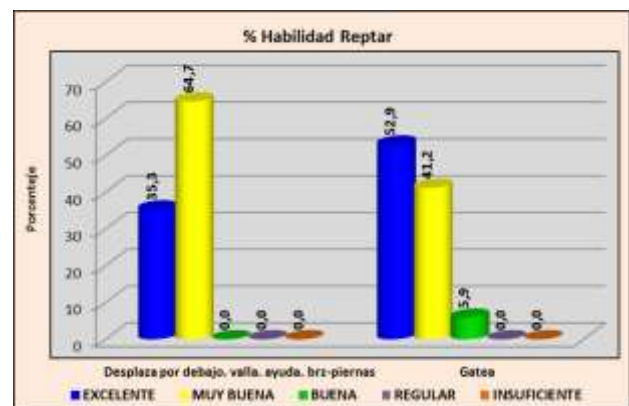


Gráfico 104

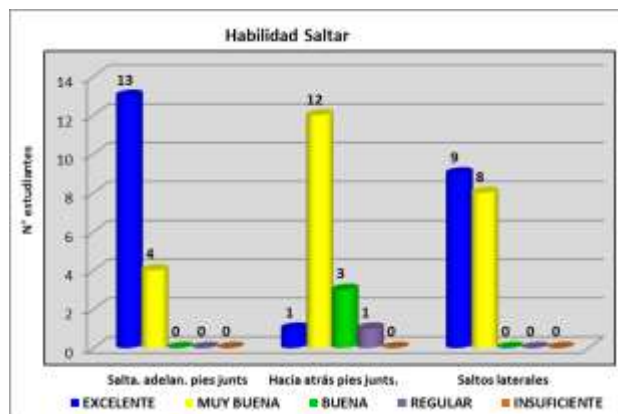


Gráfico 21

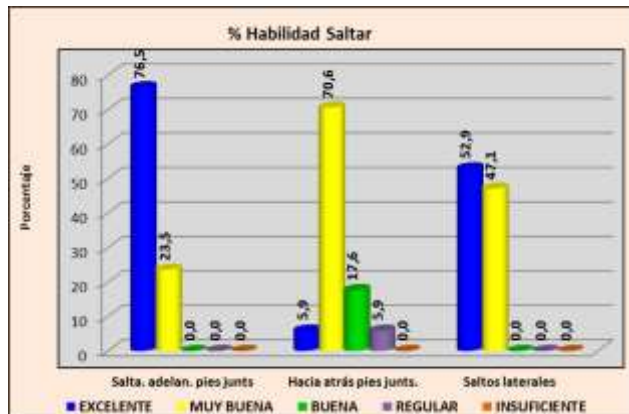


Gráfico 105



TEST # 2 EN NIÑOS Y NIÑAS (4/5 años)

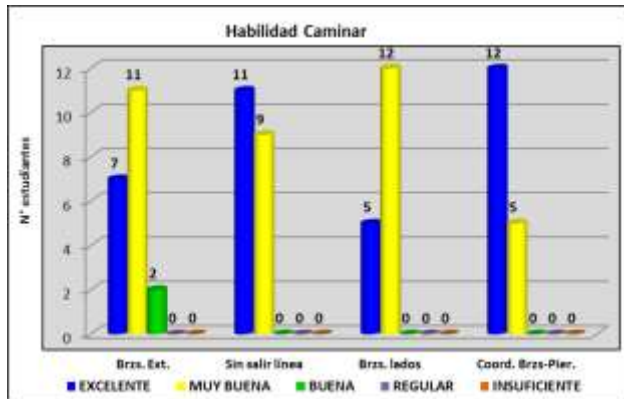


Gráfico 22

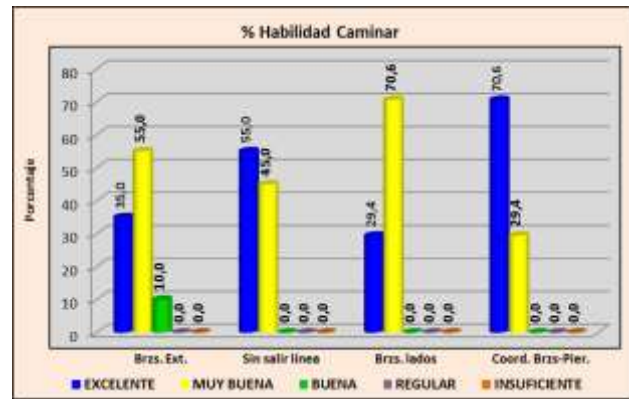


Gráfico 106

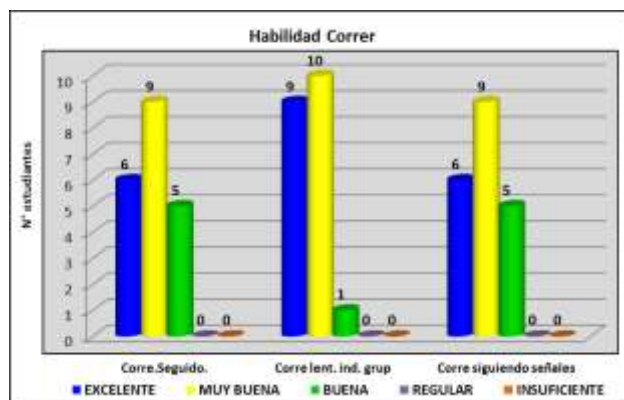


Gráfico 23

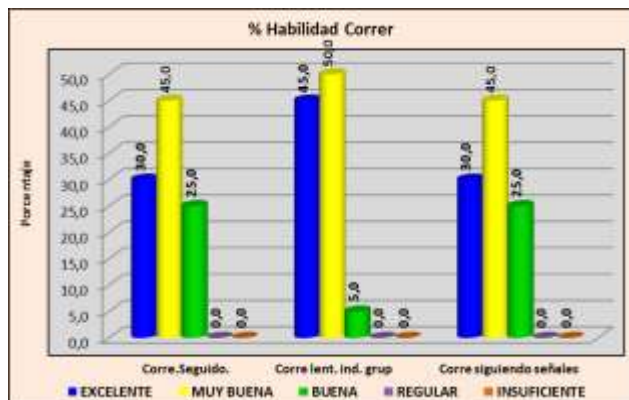


Gráfico 107

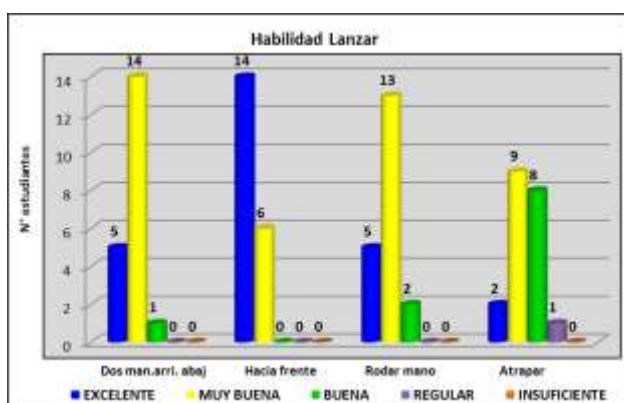


Gráfico 24

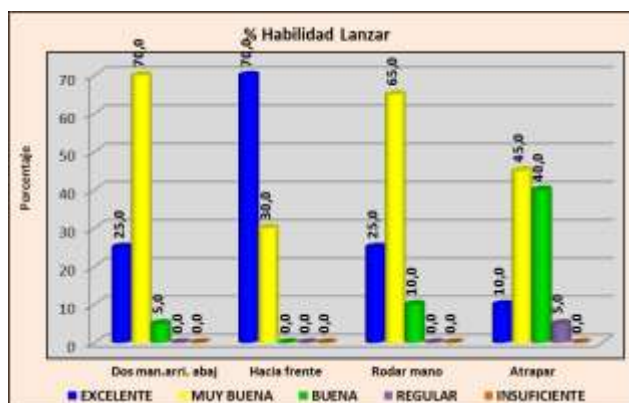


Gráfico 108

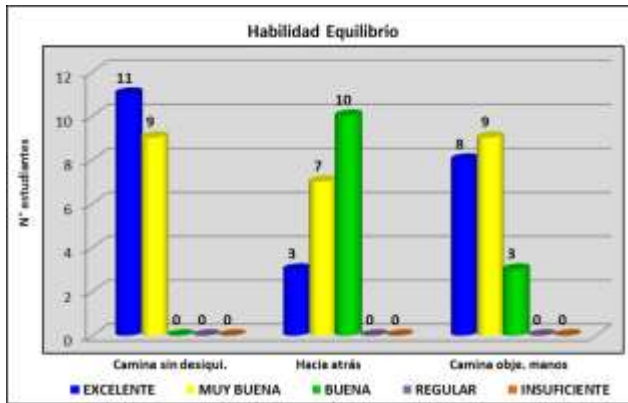


Gráfico 25

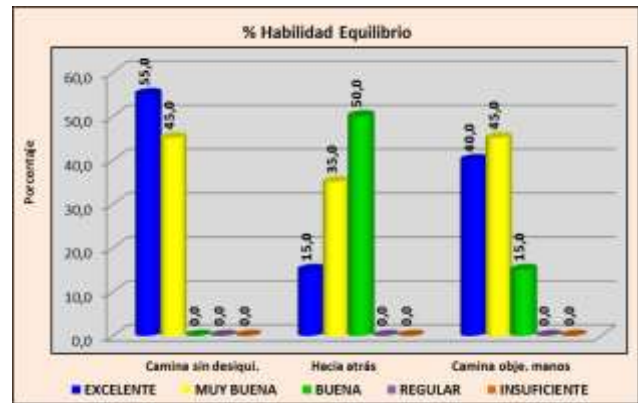


Gráfico 109

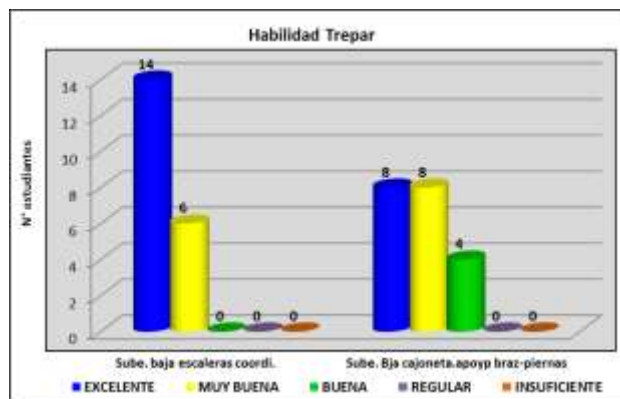


Gráfico 26

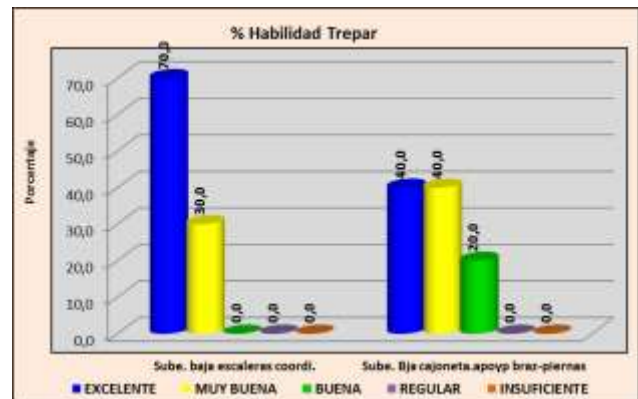


Gráfico 110



Gráfico 27

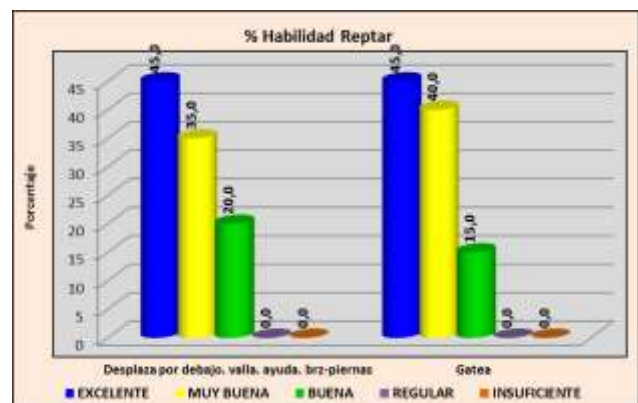


Gráfico 111

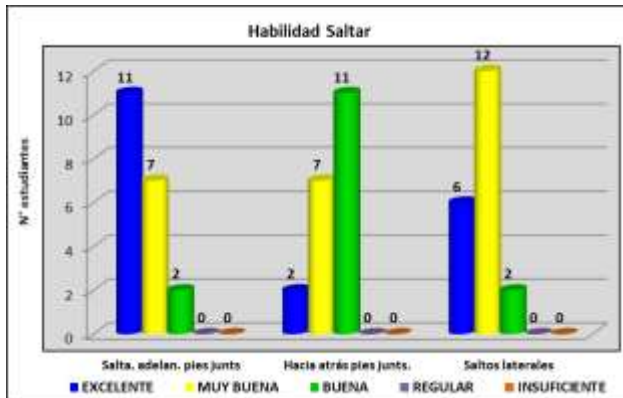


Gráfico 28

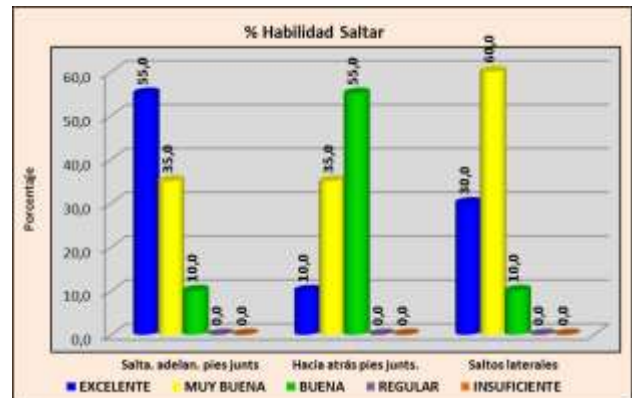


Gráfico 112

TEST # 3 EN NIÑOS Y NIÑAS (3 años)

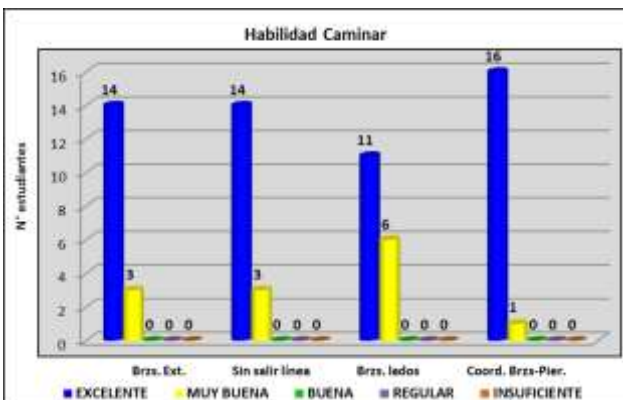


Gráfico 29

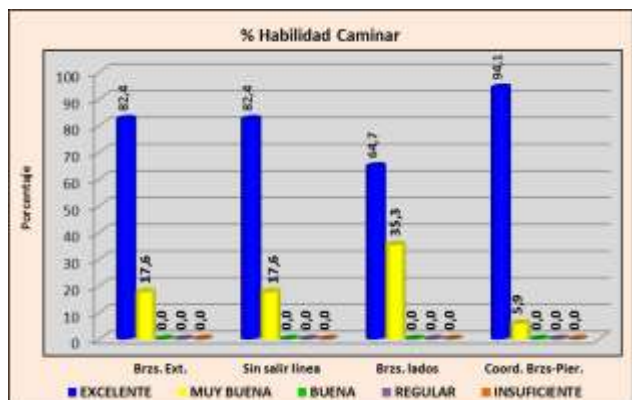


Gráfico 113

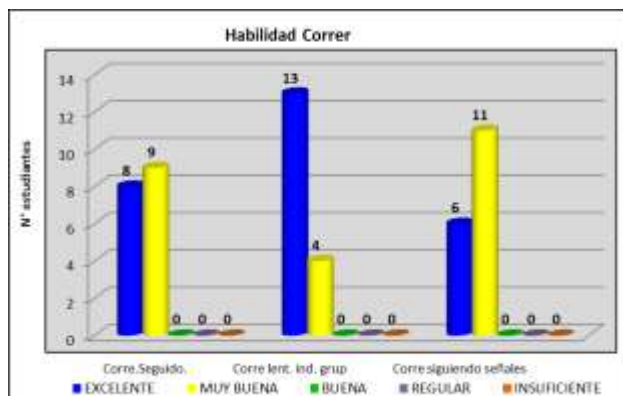


Gráfico 30

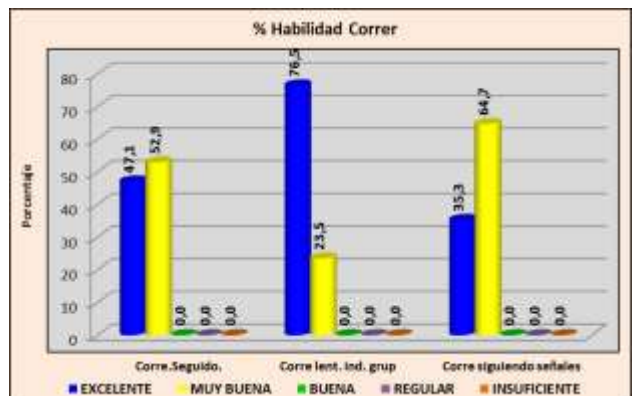


Gráfico 114

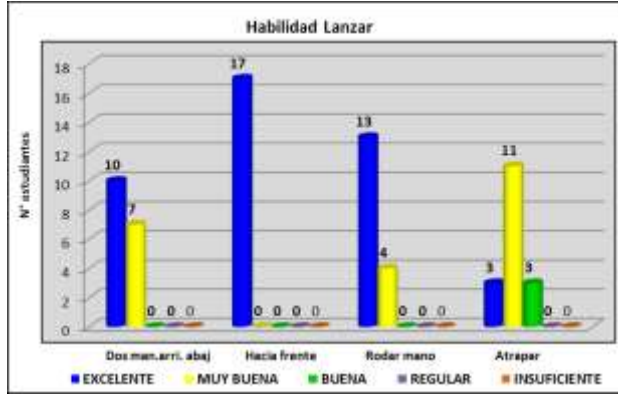


Gráfico 31

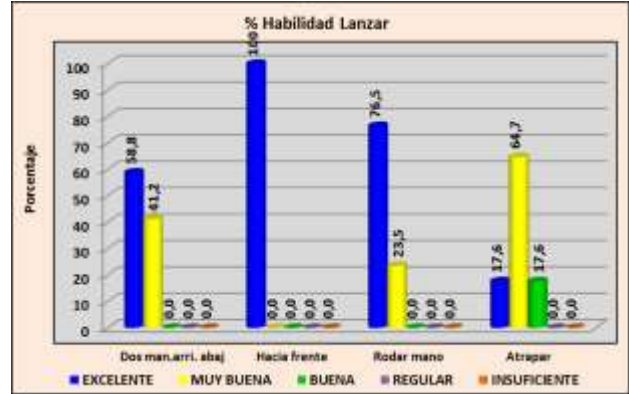


Gráfico 115

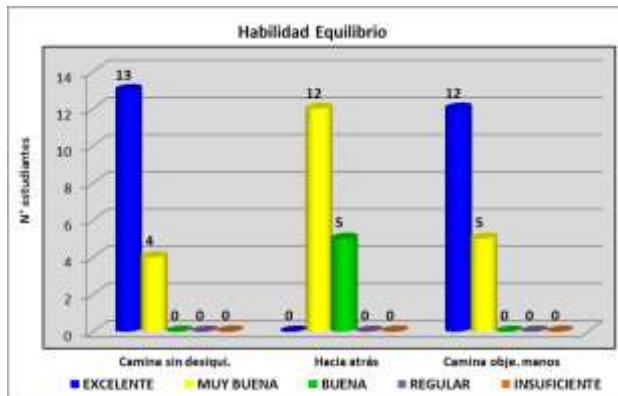


Gráfico 32

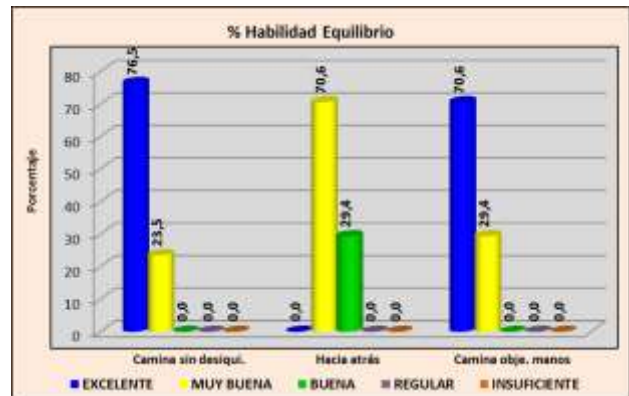


Gráfico 116

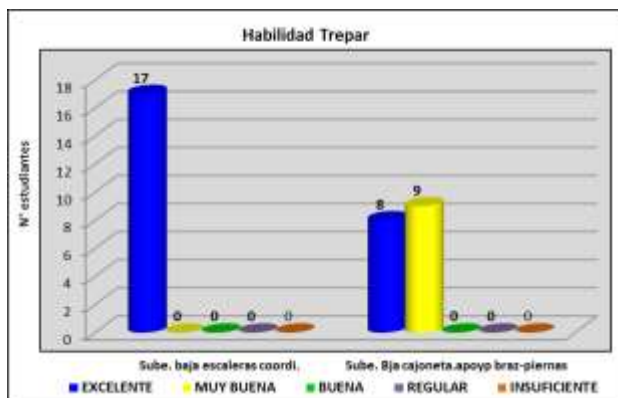


Gráfico 33

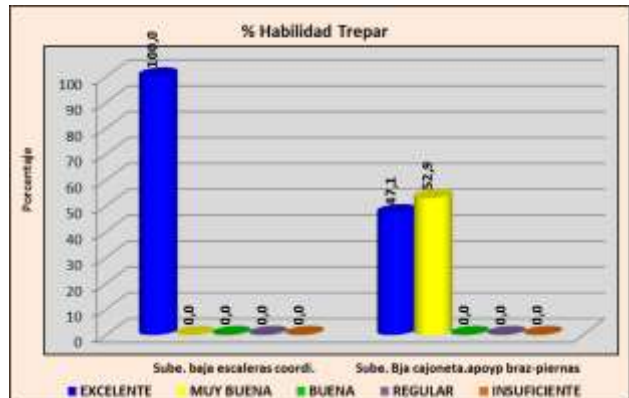


Gráfico 117

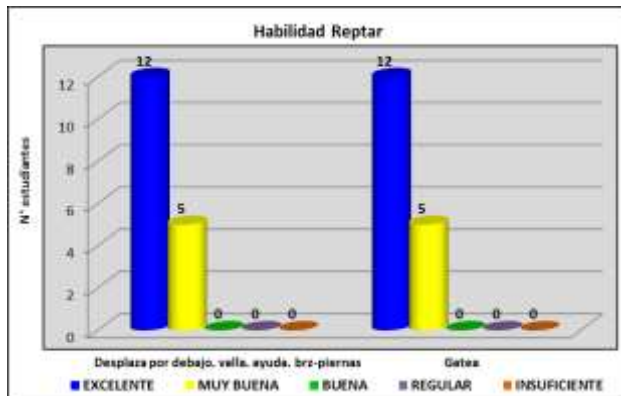


Gráfico 34

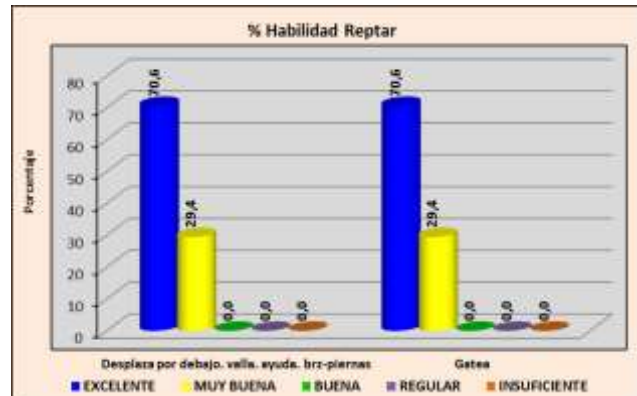


Gráfico 118

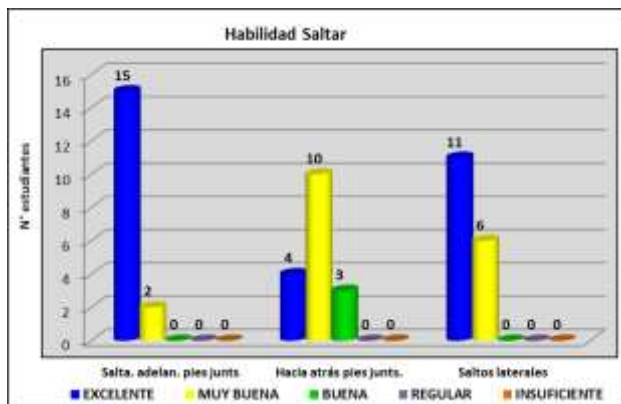


Gráfico 35

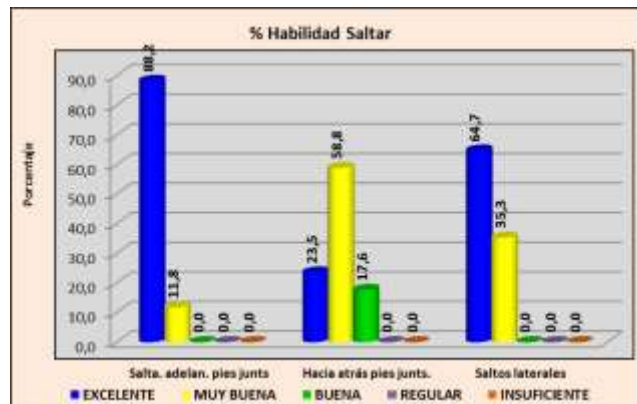


Gráfico 119

TEST # 3 EN NIÑOS Y NIÑAS (4/5 años)

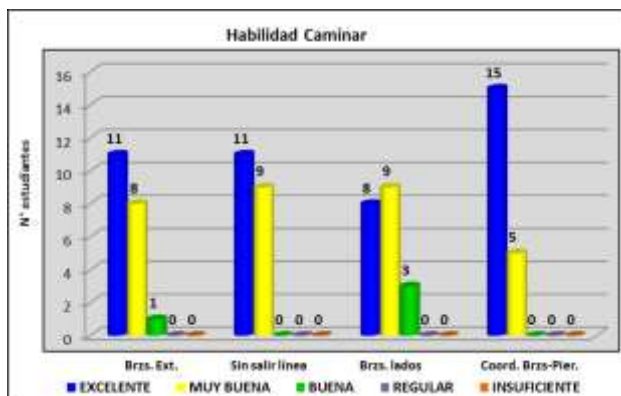


Gráfico 36

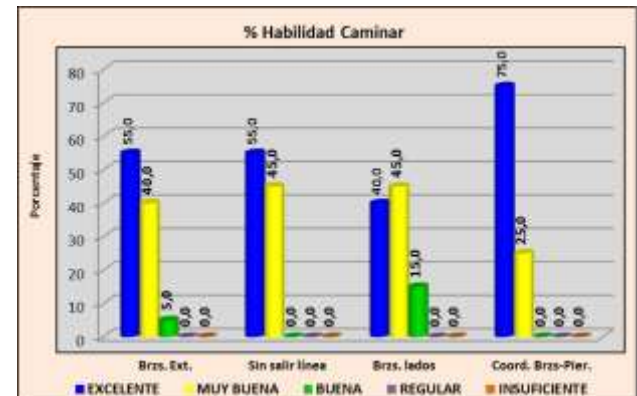


Gráfico 120

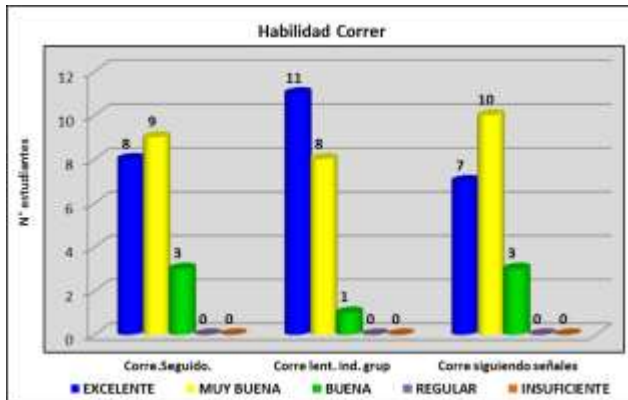


Gráfico 37

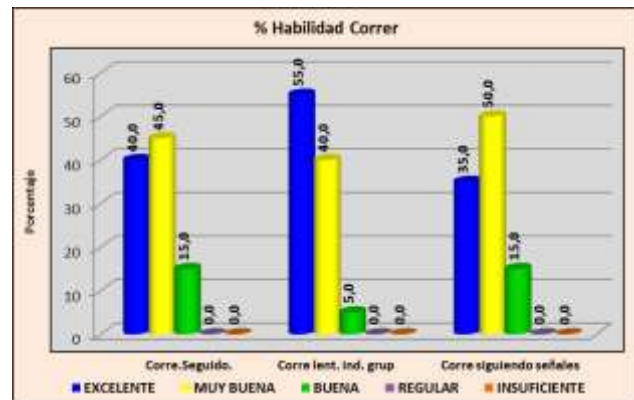


Gráfico 121

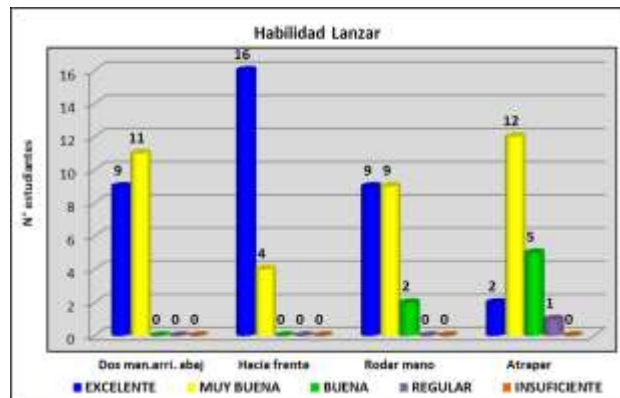


Gráfico 38

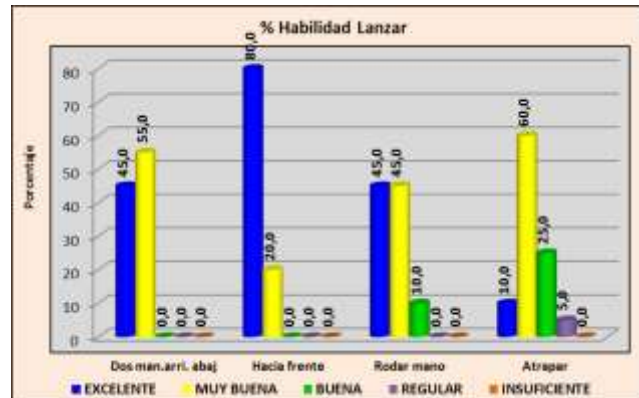


Gráfico 122

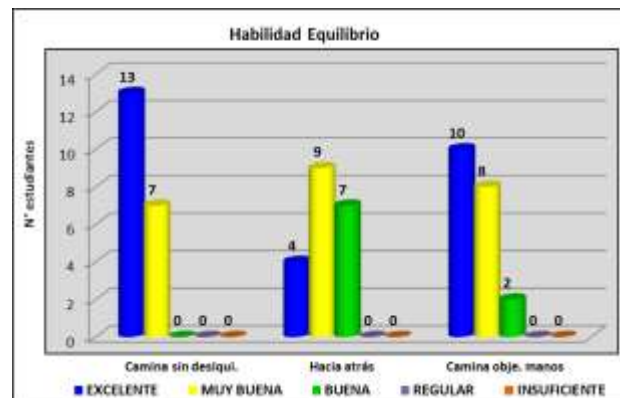


Gráfico 39



Gráfico 123

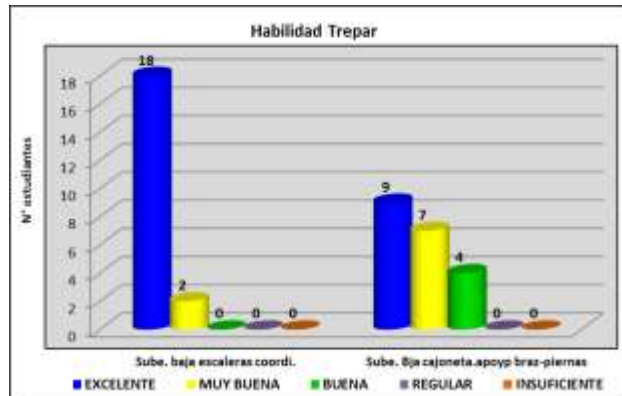


Gráfico 40

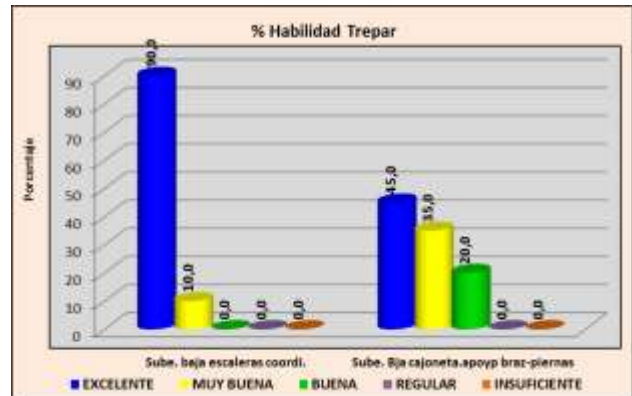


Gráfico 124



Gráfico 41

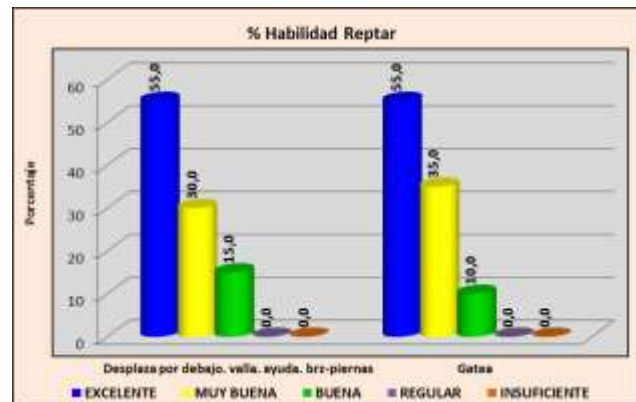


Gráfico 125

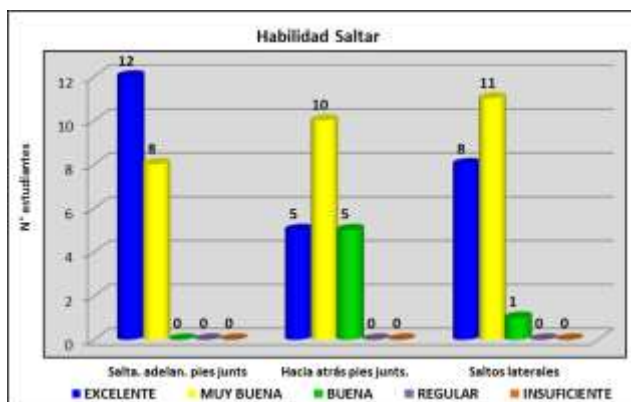


Gráfico 42

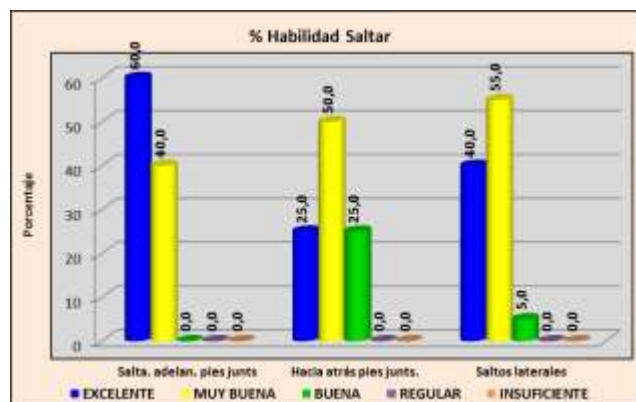


Gráfico 126

COMPARACIÓN DE LOS TEST 1, 2, y 3 POR HABILIDAD y SEXO (3 años)

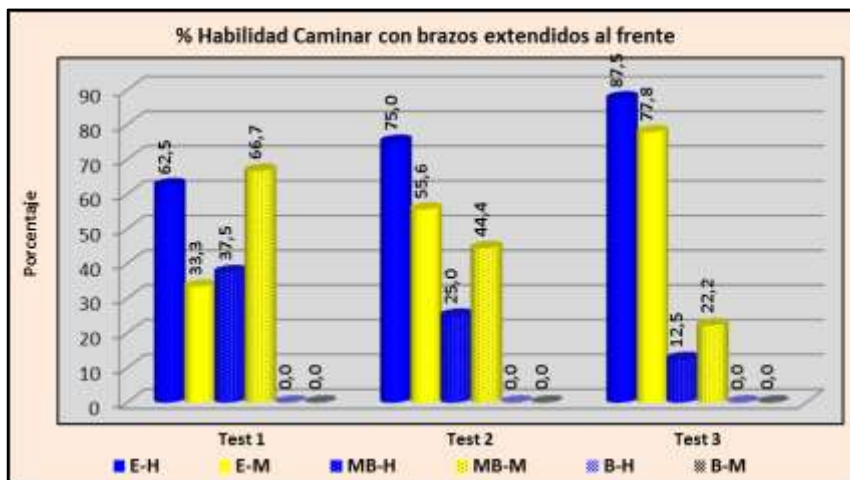


Gráfico 43

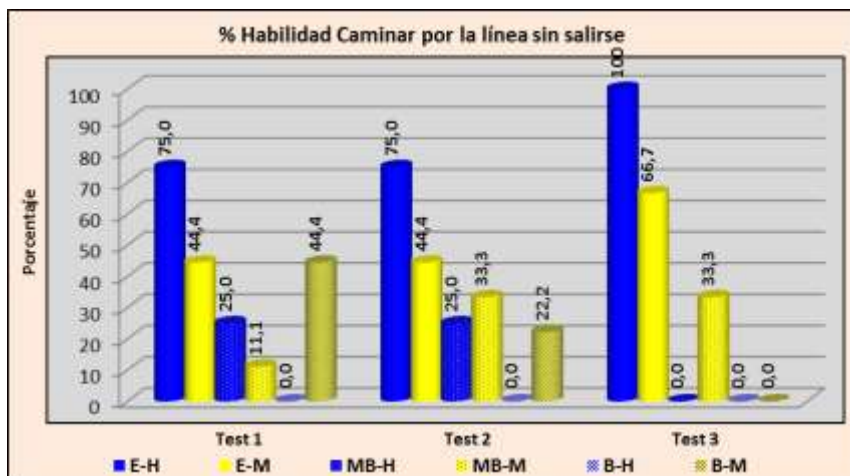


Gráfico 44





Gráfico 45

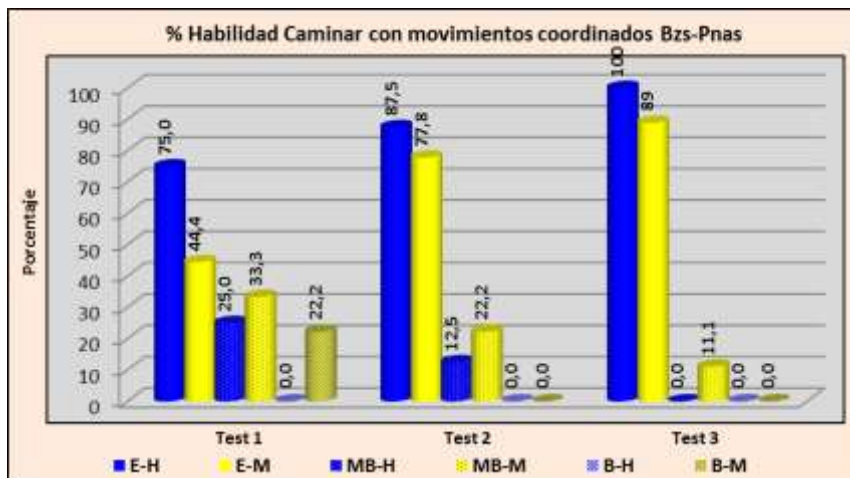


Gráfico 46

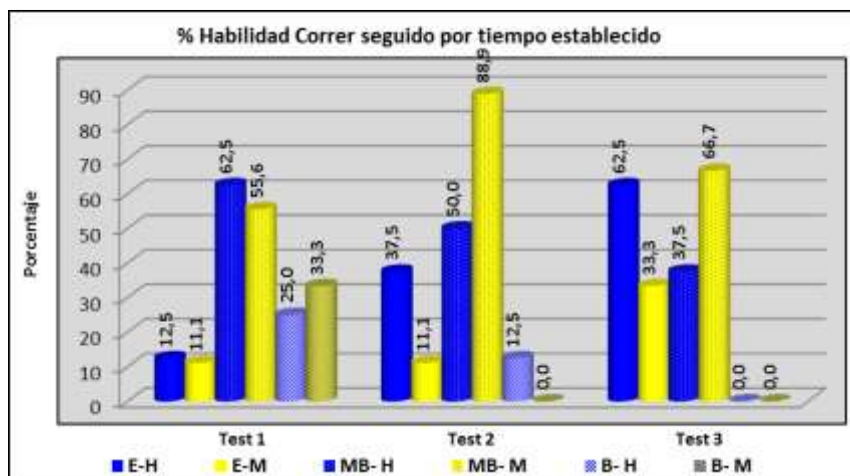


Gráfico 47

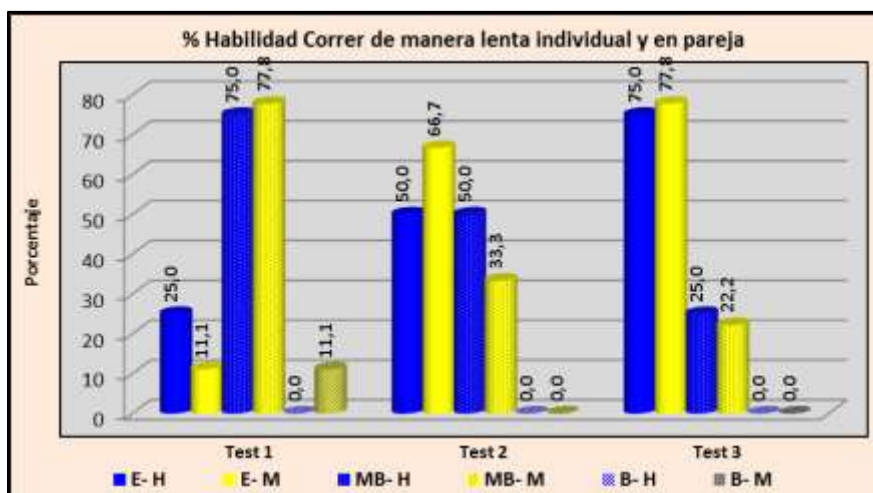


Gráfico 48

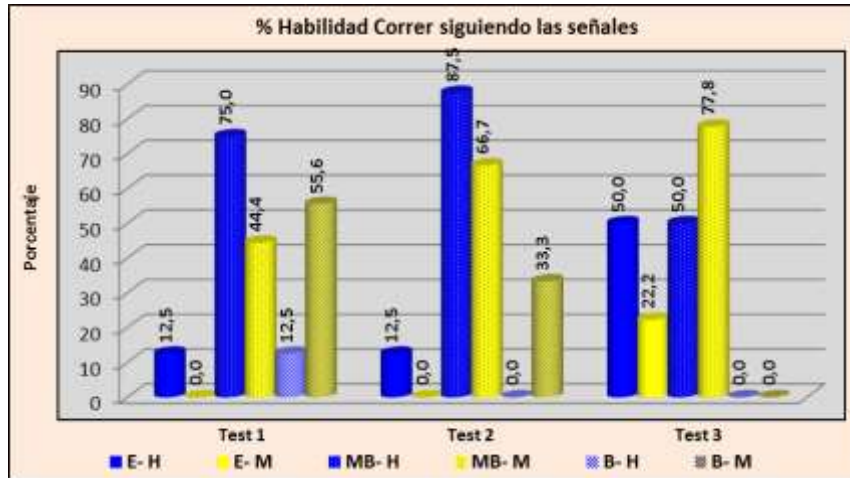


Gráfico 49

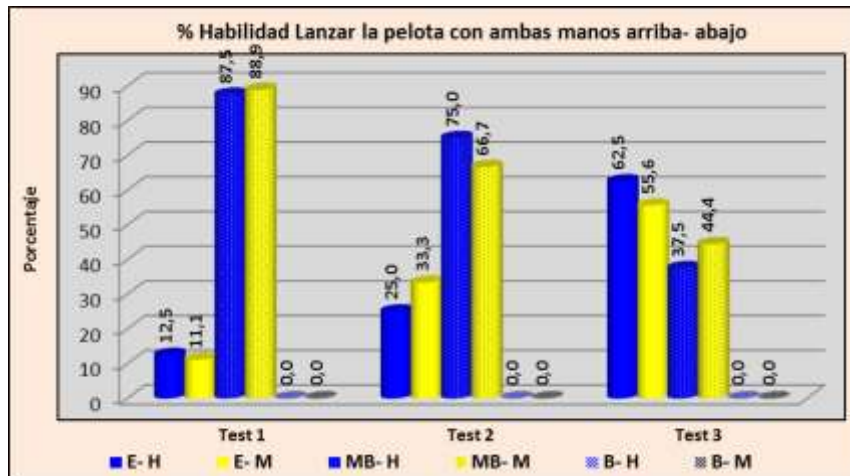


Gráfico 50

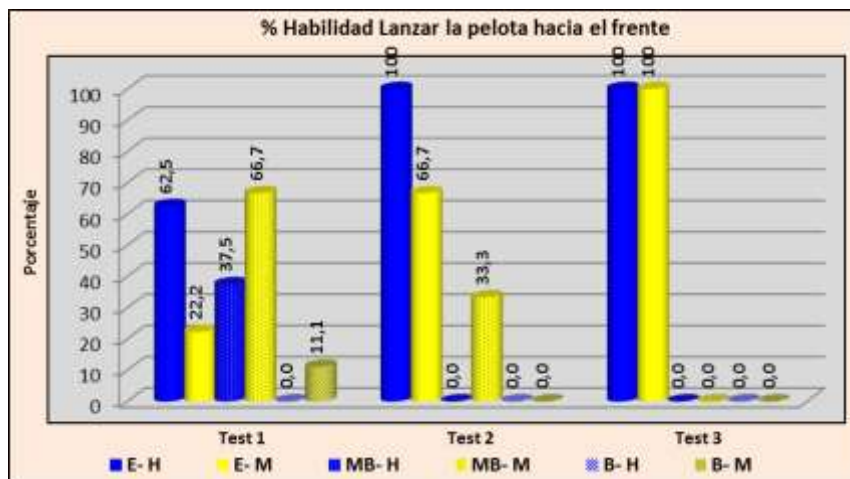


Gráfico 51

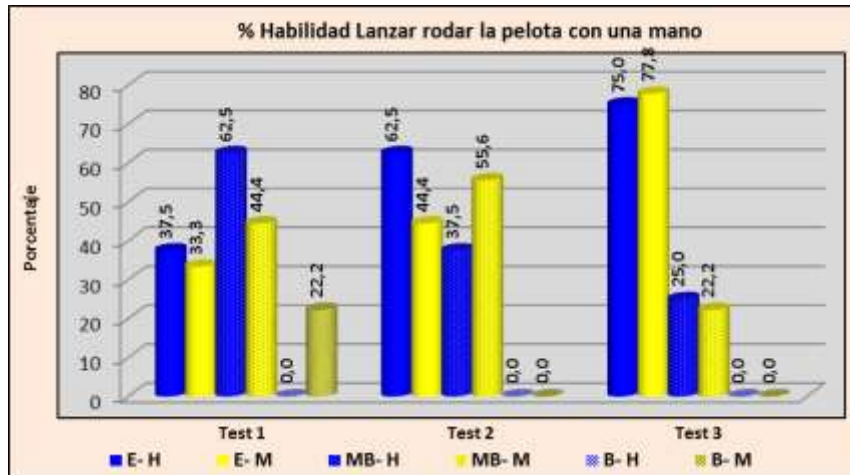


Gráfico 52

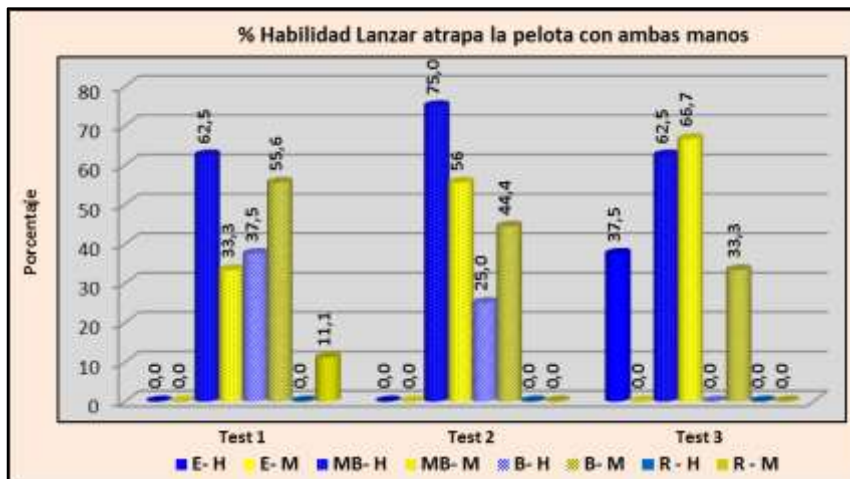


Gráfico 53

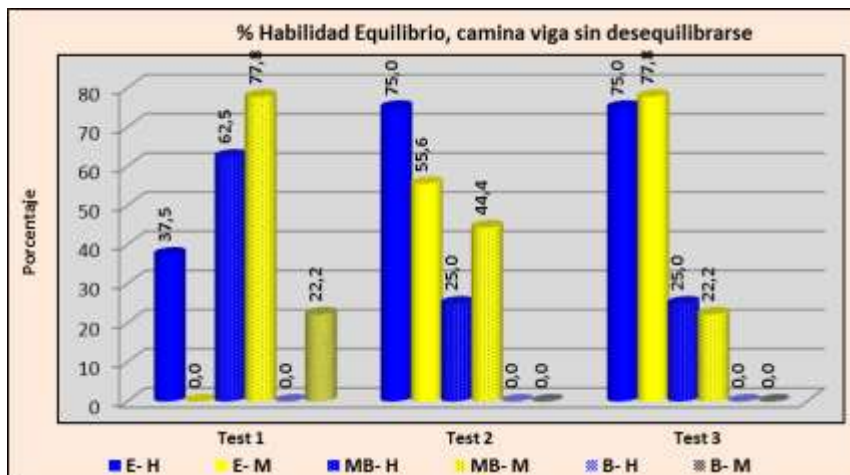


Gráfico 54

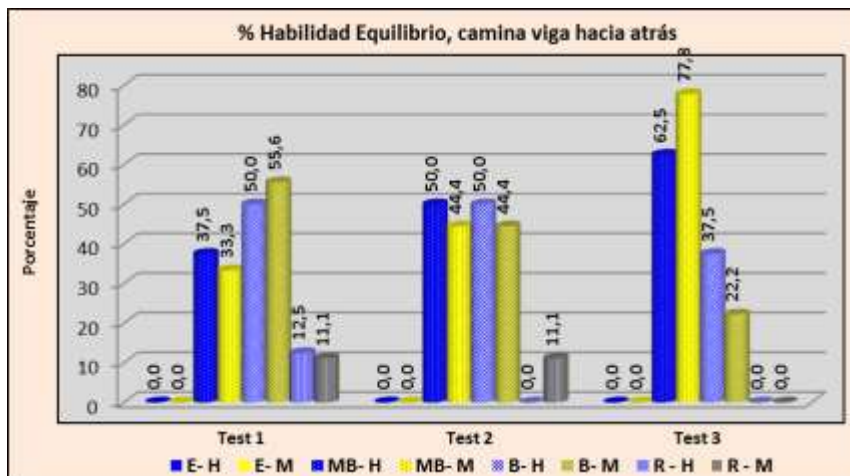


Gráfico 55

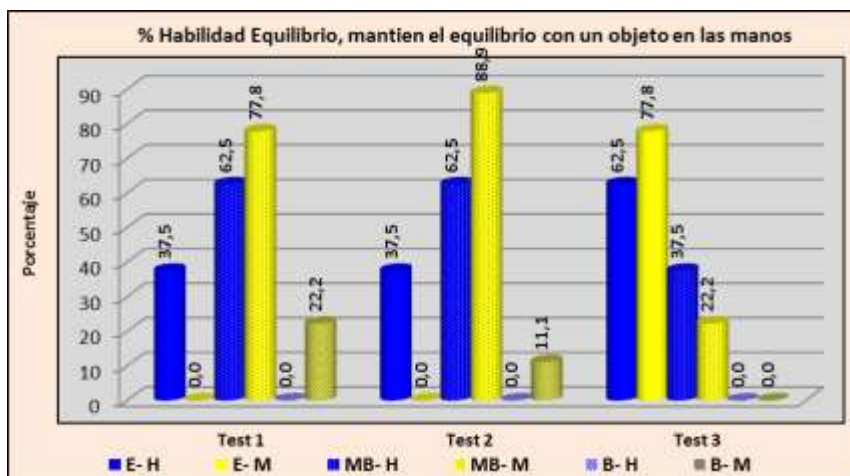


Gráfico 56

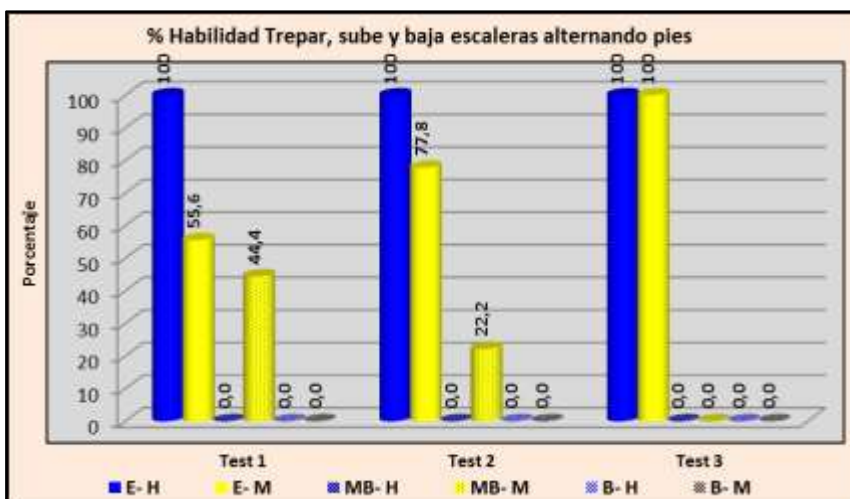


Gráfico 57

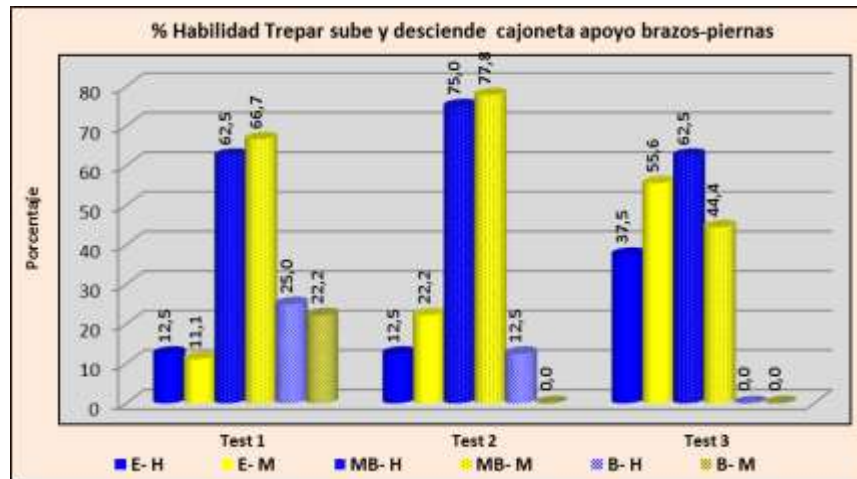


Gráfico 58



Gráfico 59

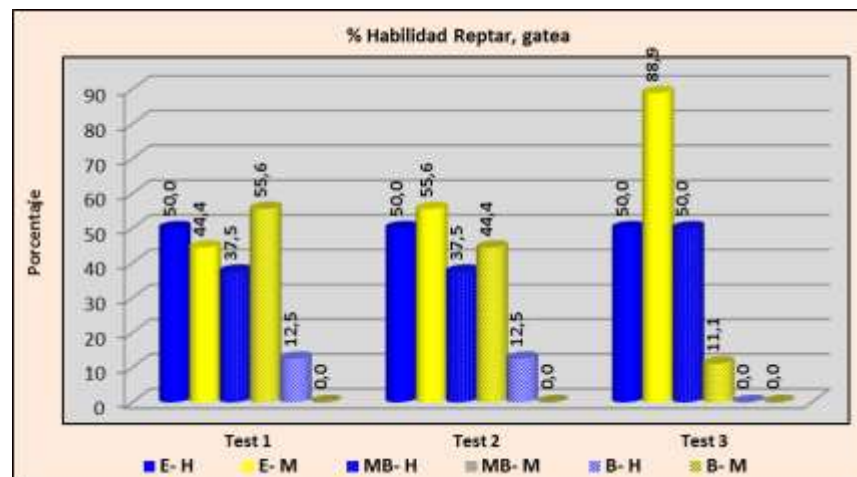


Gráfico 60

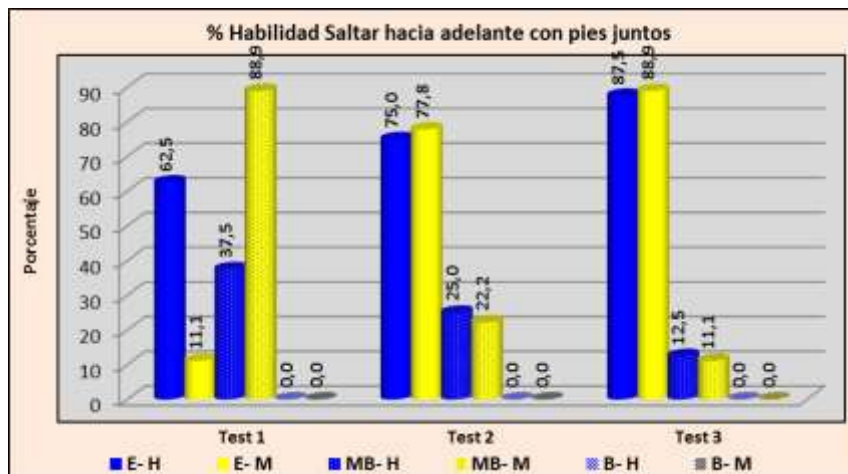


Gráfico 61

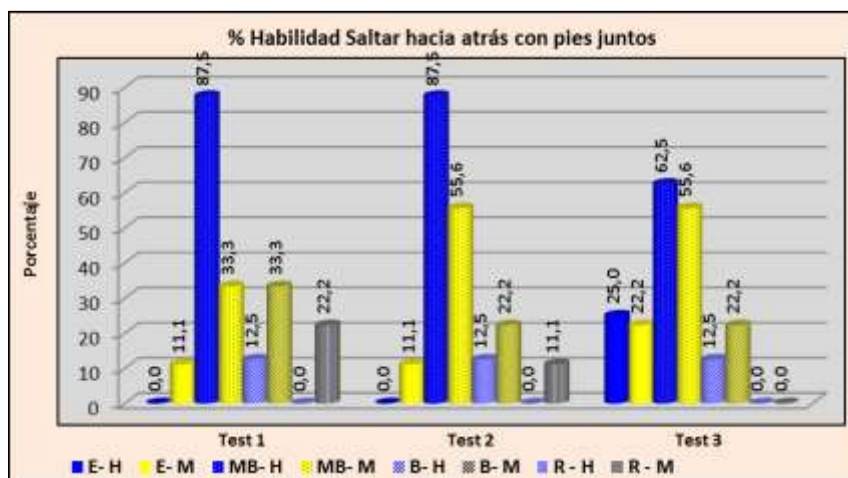


Gráfico 62

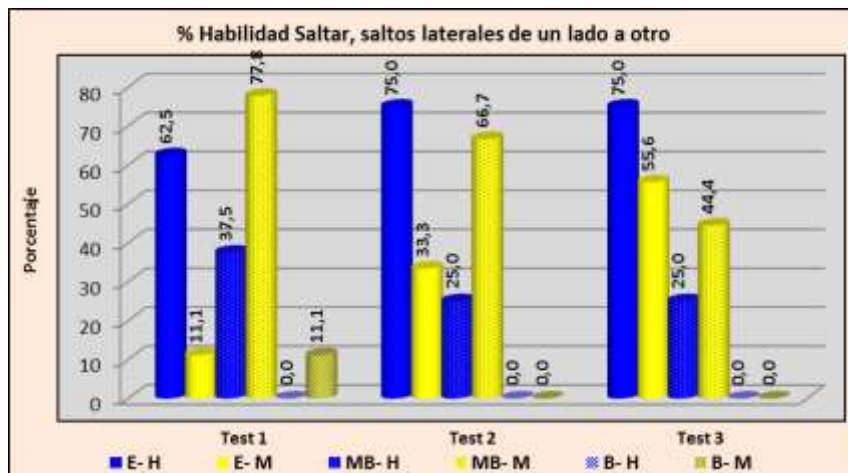


Gráfico 63

COMPARACIÓN DE LOS TEST 1, 2, y 3 POR HABILIDAD y SEXO (4/5 años)

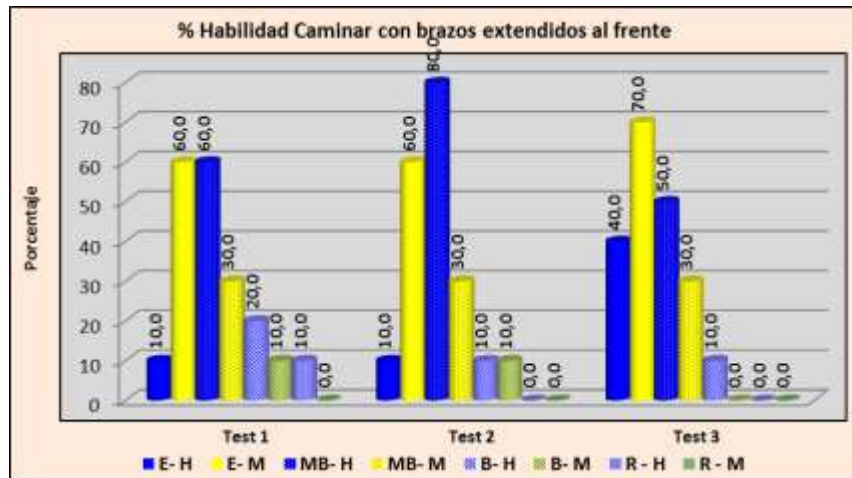


Gráfico 64

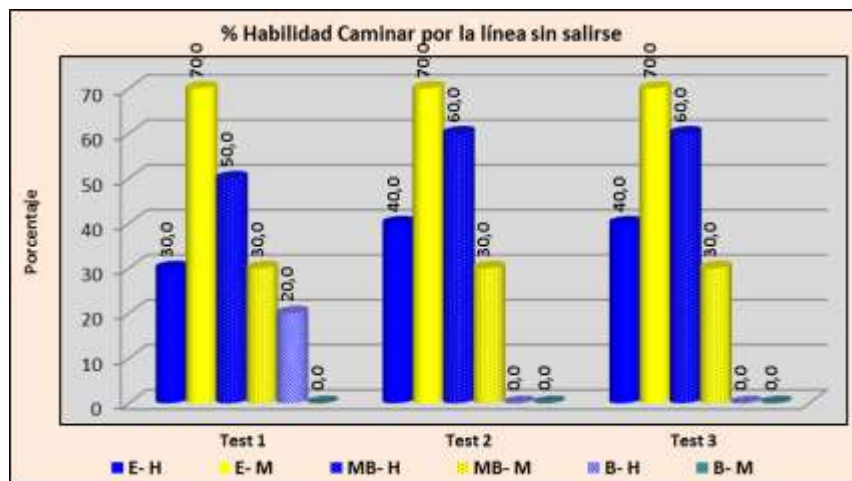


Gráfico 65



Gráfico 66

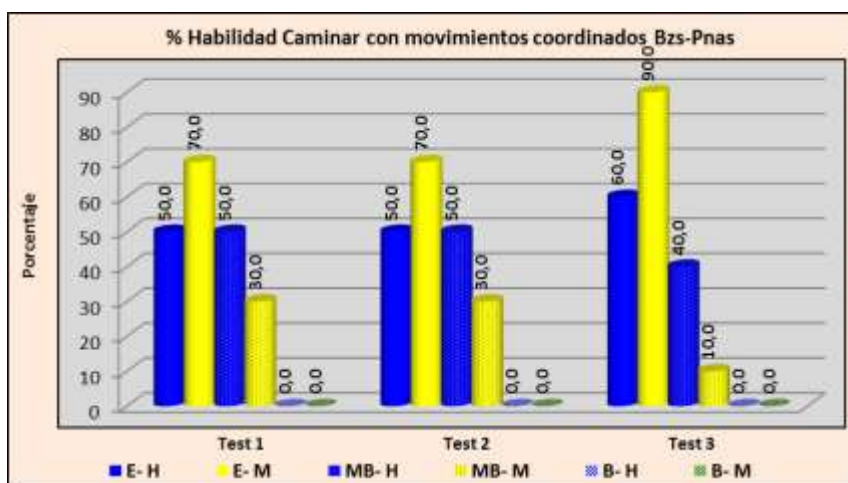


Gráfico 67

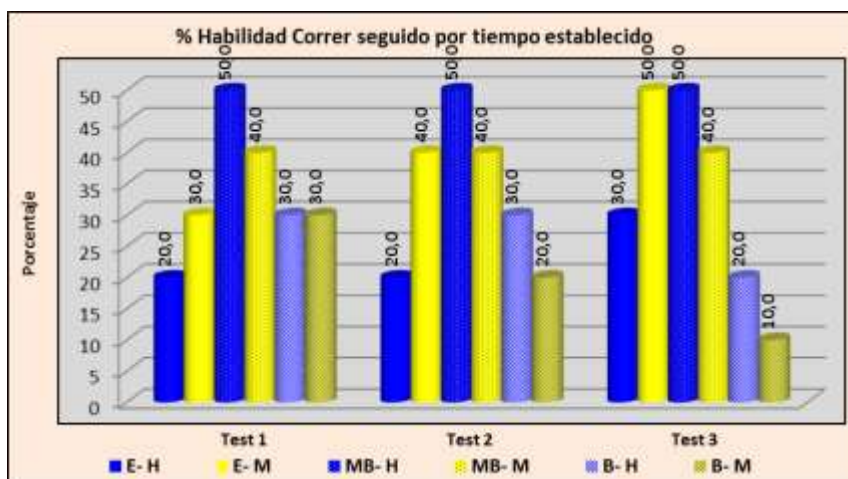


Gráfico 68



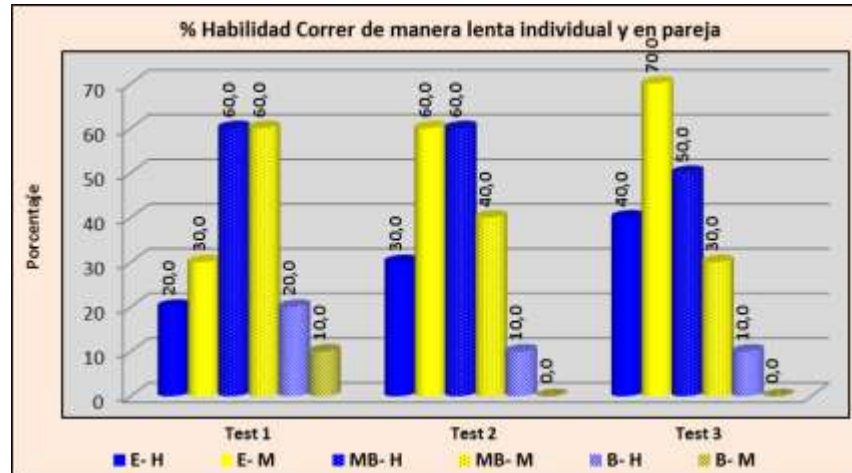


Gráfico 69

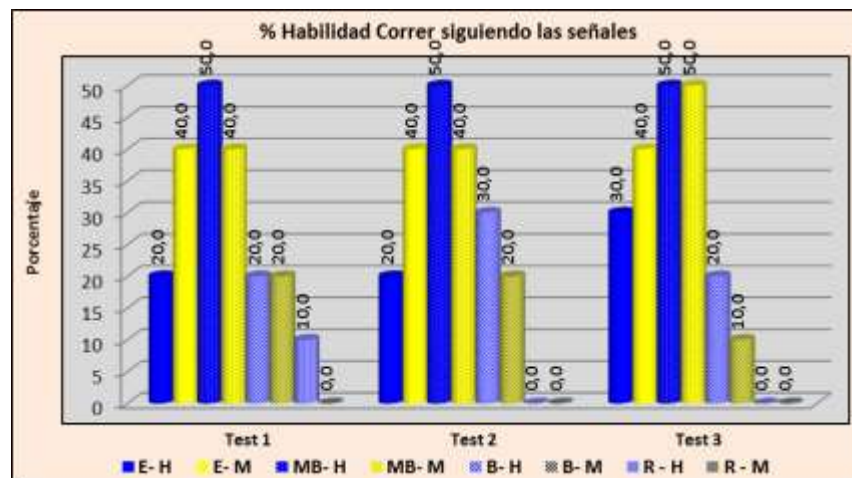


Gráfico 70

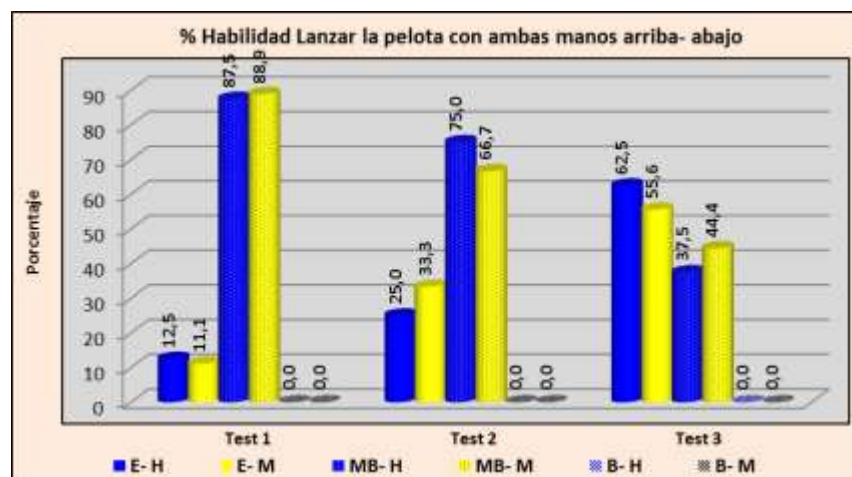


Gráfico 71

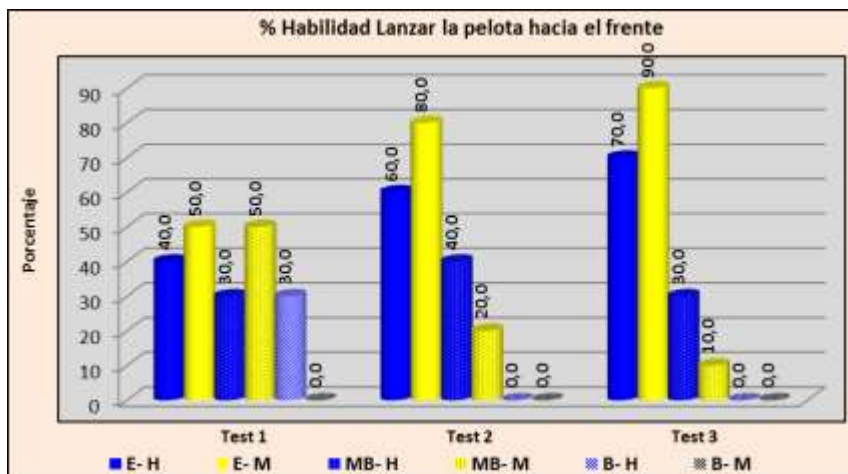


Gráfico 72

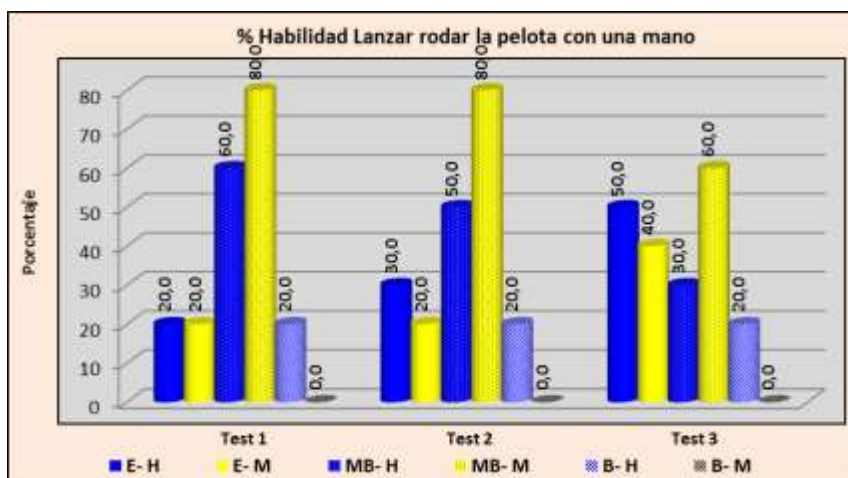


Gráfico 73

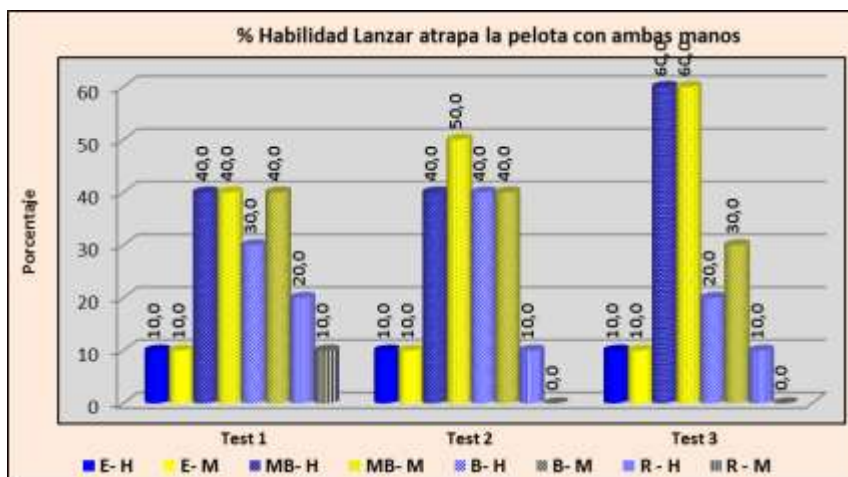


Gráfico 74

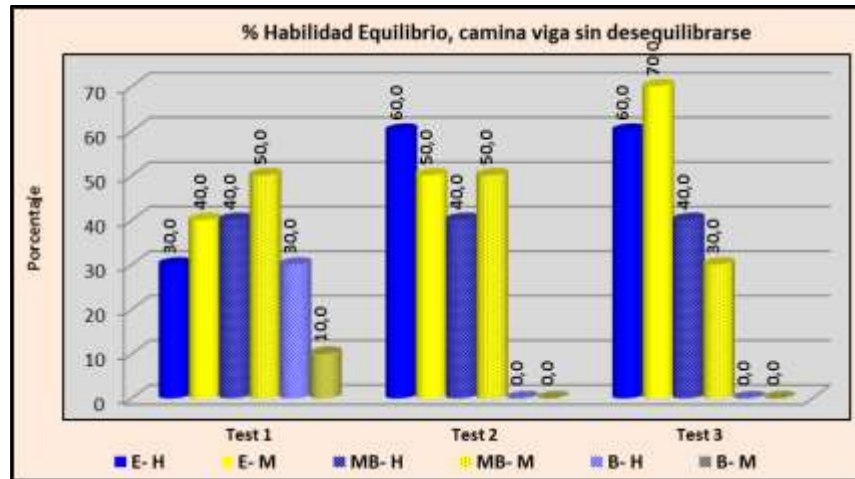


Gráfico 75

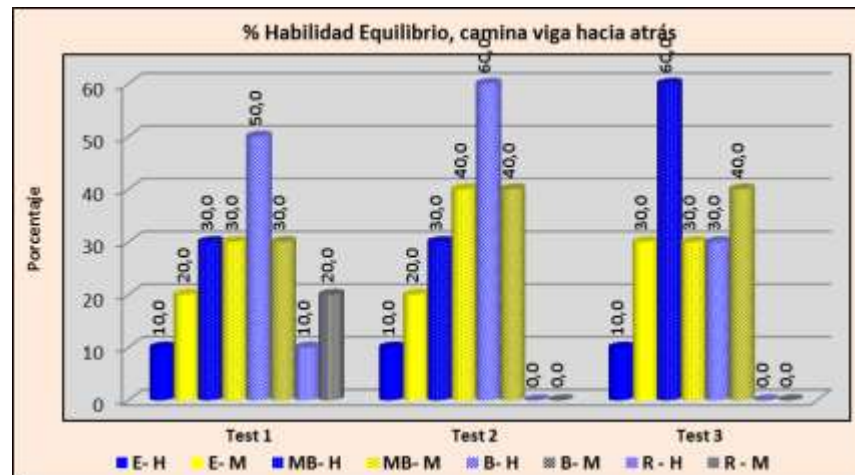


Gráfico 76

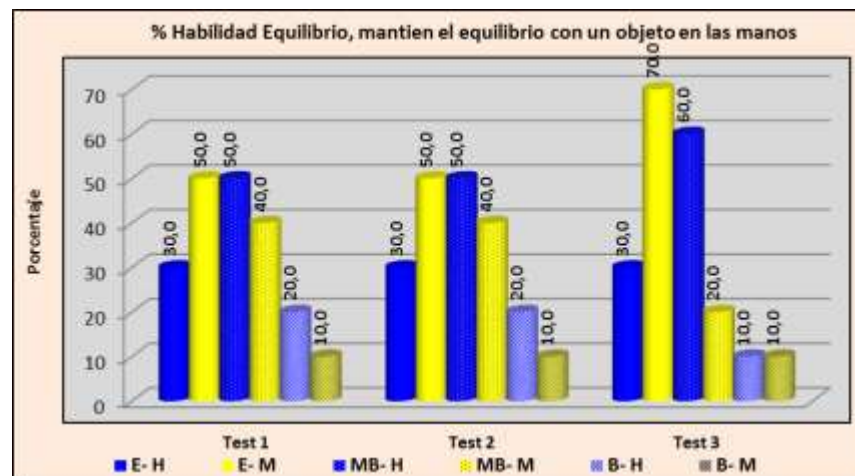


Gráfico 77

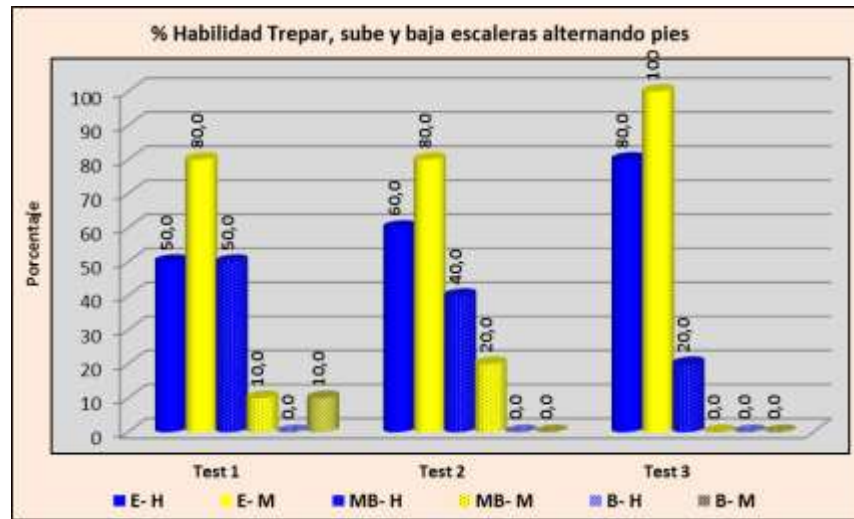


Gráfico 78

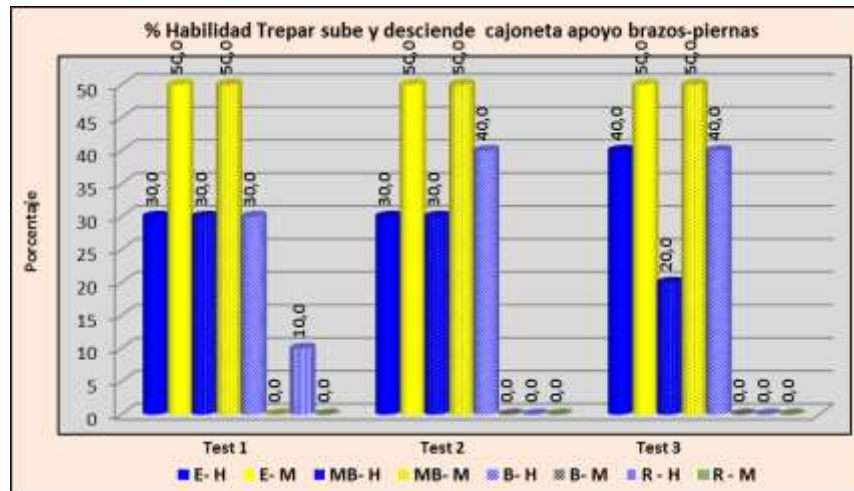


Gráfico 79

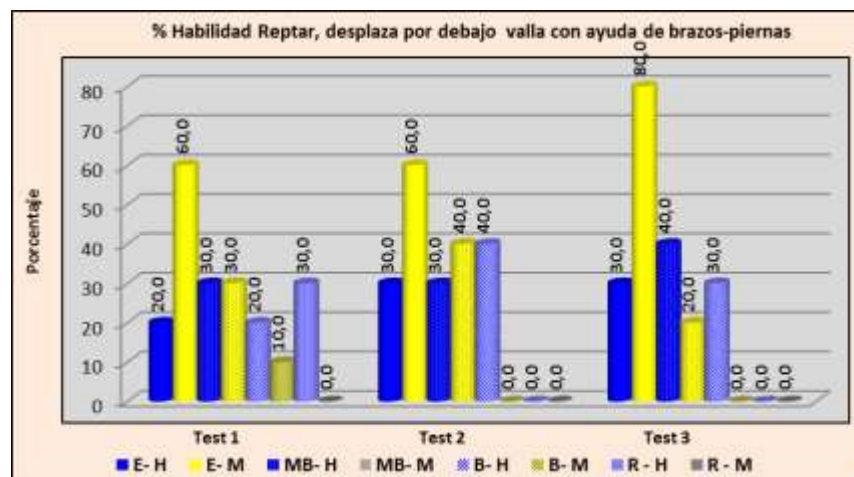


Gráfico 80

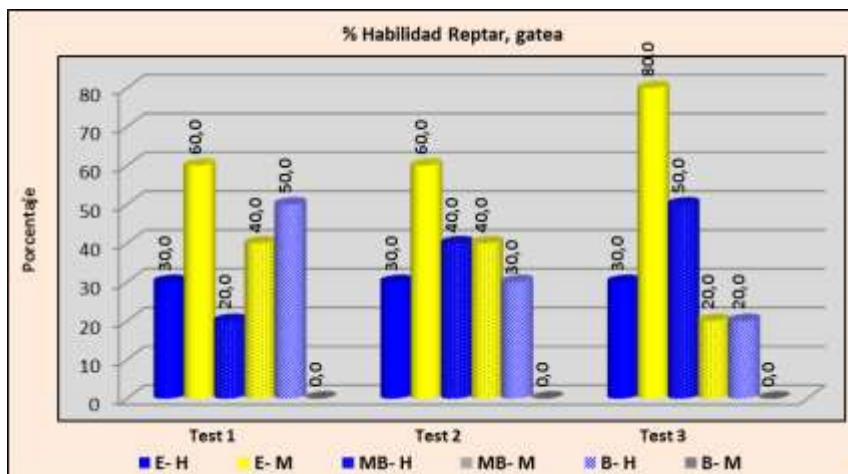


Gráfico 81



Gráfico 82

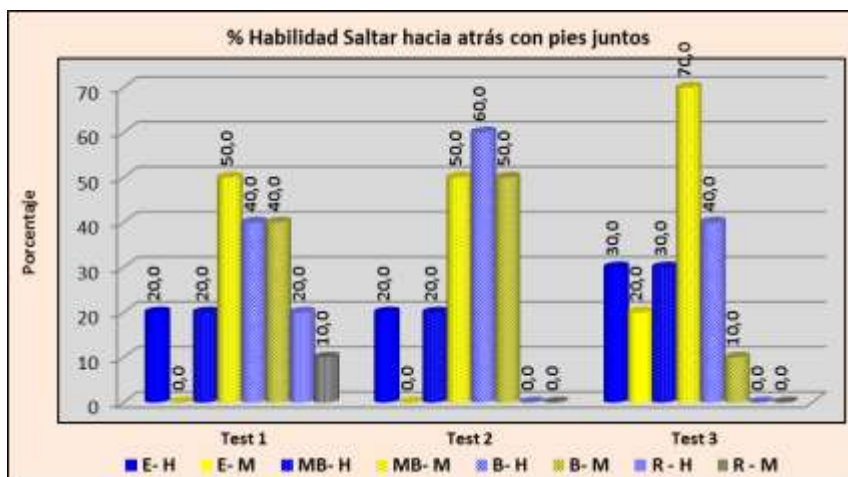


Gráfico 83

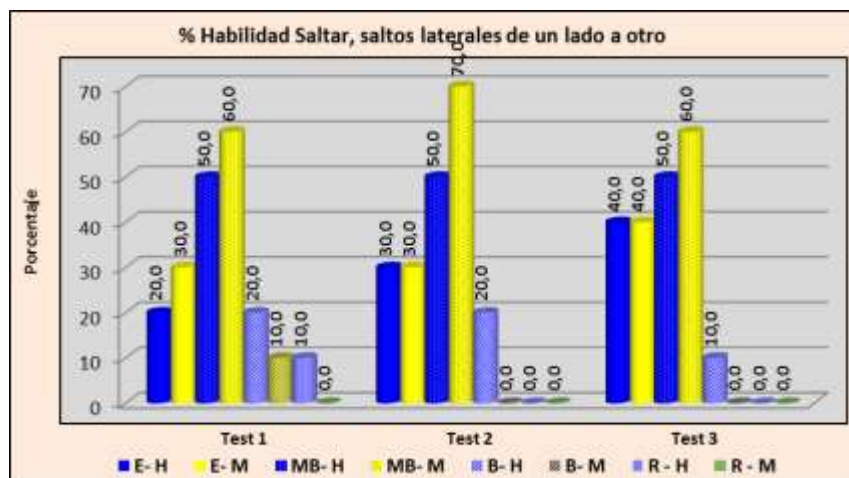


Gráfico 84

#### 4.6. Discusión de resultados

De los resultados obtenidos, se pudo visualizar, de manera general, la falta de las distintas habilidades motrices en algunos de sus ámbitos especialmente, equilibrio, (caminar hacia atrás en la viga), saltar coordinadamente y lanzar (atrapar la pelota). Se realizó a la par tres test psicomotores, conjuntamente con las clases de psicomotricidad, en donde se trabajó actividades mencionadas en la investigación, acordes a las edades, con el propósito de lograr una mejora en los niños y niñas.

En el primer test se puede observar, que niños de 3 años, en la habilidad de caminar, no tienen mayor dificultad de realizar la misma, obteniendo un porcentaje de 30 y 60 % aproximadamente entre las diferentes formas de caminar, no obstante, dentro de esta habilidad, tuvimos la de caminar sin salirse de la línea, en donde se aprecia que existe un poco de dificultad, con un 23,5 % como valoración buena, estos valores que se obtuvieron, podría decirse que, se debe a la falta de un trabajo continuo en habilidades motrices básicas en los niños de la institución. Realizando una comparación con los niños de 4 a 5 años, el nivel al realizar esta actividad es mayor, con porcentajes de excelente y muy buena (60% y 40%) respectivamente.



De la misma manera se puede mencionar en la habilidad de correr (correr siguiendo señales), se obtiene un porcentaje bajo en la valoración excelente 5,9% y como máxima en la valoración muy buena un 58,8% en los niños de 3 años. Sin embargo, en los niños de 4 a 5 años se puede observar dificultades en esta misma habilidad, con un porcentaje de 30% en excelente y 5% en la valoración de regular. Esto nos dio una pauta, para comenzar el trabajo con los niños, es decir, que vayan teniendo en cuenta las reglas del ejercicio y prestando mucha atención a las indicaciones de la profesora, al momento de explicar la misma.

En la habilidad de lanzar, que es de vital importancia en los niños de 3 años, en el primer test, al momento atrapar la pelota, se pudo evidenciar mayor dificultad, obteniendo valores de regular 5,9% y de buena y muy buena 47,1%. En niños/as de 4 a 5 años, igualmente es notoria la dificultad al momento de atrapar la pelota con valores de regular de un 15%. El miedo de los niños, a trabajar con una pelota y el no saber qué va a suceder, podría ser uno de los factores que incidieron en el trabajo de esta actividad.

En la habilidad de equilibrio (caminar en la viga hacia atrás) se pudo apreciar que existe un número mayor de niños con valoración regular (11,8%), respecto a las habilidades anteriores, de igual forma en niños de 4 a 5 años que obtuvieron un 15% como valoración regular. El temor de los niños de no saber en qué momento dar el paso hacia atrás, la falta de seguridad, autoconfianza y el alto nivel de pertenencia aún hacia sus padres, podrían ser factores que incidieron al momento de realización de esta habilidad.

En la habilidad de reptar en las edades de 4 a 5 años, se podría decir que existe un porcentaje de dificultad medio al momento de pasar por debajo de la valla con ayuda de brazos y piernas, alcanzando valores del 15% como buena y regular, esto nos sugiere que estos niños no han tenido un correcto adiestramiento en el desarrollo de esta habilidad. Como sostienen varios autores, que a medida que los niños crecen, si no se ha tenido un correcto desarrollo motriz, y no se han brindado los ejercicios y actividades acordes para su desarrollo, será mucho más complicado, que los niños realicen esta habilidad con facilidad.



De la misma manera, en la habilidad de saltar en el primer test, observamos dificultades al momento de saltar hacia atrás, con una valoración de 5,9%, 23,5% y 11,8 % para excelente, buena y regular respectivamente. En las edades de 4 a 5 años observamos un porcentaje de 15% en valoración regular, esto nos indica, la falta de práctica y conocimiento en la habilidad de los saltos.

A medida de que las clases continuaron y avanzaron, se pudo apreciar cierto mejoramiento de los niños y niñas, con la ayuda de profesoras guías. El interés de los mismos fue creciendo y el gusto por conocer cosas nuevas, ayudó a la consecución de las mimas.

Podemos mencionar, que en algunos casos existe mucha inquietud de los niños, sin embargo, hay falta de concentración, algunos nos les interesa, no les gusta, o se les dificulta realizar los mismos, ha sido muy importante la motivación que se les ha dado, siempre iniciando las actividades con un juego y continuando con la demostración de lo que tienen que ejecutar, para que de esta forma los niños puedan observar como se lo realizan.

En los resultados obtenidos en el test dos, podemos observar que, en la habilidad de caminar, no existen valoraciones por debajo de buena, a excepción de algunos niños de 4 a 5 años, quienes alcanzaron una valoración de buena (10%).

En la habilidad de correr, podemos mencionar que el nivel de realización de las diferentes formas de caminar aumentan con un porcentaje de 70% en valoración muy buena, pero aún con 17,6% en (correr siguiendo señales), en donde en las edades de 4 a 5 años se muestra un incremento en esta habilidad en sus diferentes formas, en porcentajes de 30% excelente y 45% muy buena. En donde podemos mencionar que la práctica continua de estas habilidades, hace que los niños vayan interiorizando la misma y puedan realizarla con mayor facilidad.

En la habilidad de lanzar en niños de igual forma de 3 años, podemos notar un avance en cuanto a la forma de atrapar la pelota, obteniendo un 64% en muy buena y 35,3 en buena. No así en niños de 4 a 5 años en donde esta forma de atrapar la pelota se evidencia aún una valoración de 5% en regular.





En la habilidad de equilibrio en niños de 3 años podemos observar que aún persiste la dificultad de caminar hacia atrás en la viga con porcentajes de 5,9% en la valoración de regular, y elevando sus habilidades en las distintas otras formas de equilibrio. Diferenciándose en las edades de 4 a 5 años en donde se logra mejorar esta habilidad, obteniendo ya un 50% en caminar hacia atrás, con la valoración de buena.

La habilidad de trepar muestra que no existe dificultad para realizarla, subiendo sus valores a 88%, y 76% en las valoraciones de excelente y muy buena respectivamente, en las edades de 4 a 5 años un 40% en excelente y muy buena.

En la siguiente habilidad de reptar, encontramos una mejoría en los niños subiendo su desarrollo a 64,7% en muy buena y 35,3 en excelente en la forma de pasar por debajo de la valla, comparando con las edades de 4 a 5 años en donde también se evidencia una mejoría, logrando valoraciones altas en excelente, muy buena y buena.

En la habilidad de saltar hacia atrás, se pudo evidenciar cierta dificultad en algunos niños, quienes alcanzaron una valoración de regular en un 5,9%, no obstante, en los demás, se aprecia un grado más alto de desarrollando en esta habilidad, obteniendo valores de 17,6% con buena y un 70,6% con muy buena. En el caso de los niños/as de 4 a 5 años se puede evidenciar una mejoría notoria, pudiéndose decir, que el porcentaje de valoración logrado en el segundo test, respecto al primero, subió, con un 55% como buena, 35% con buena y un 10% con excelente.

Al final de las actividades, se puede observar una mejoría en la mayoría de niños y niñas, lo cual, se evidencia a través de los resultados obtenidos en la aplicación del tercer test, cuyo propósito era confirmar o no, si hubo un desarrollo de las habilidades motrices trabajadas. Así, en la habilidad de caminar en sus diferentes formas, se llega a obtener valoraciones de excelente y muy buena solamente, con



porcentajes importantes. No obstante, en los niños/as de 4 a 5 años, se llega a obtener valoraciones de buena, únicamente en un 15%.

En la habilidad de correr en niños de 3 a 5 años, podemos observar una mejoría en la forma de correr siguiendo señales, obteniendo un 64% en la valoración de muy buena, esto podría deberse al constante desarrollo y trabajo de esta habilidad en las clases regulares de psicomotricidad.

En la habilidad de lanzar, podemos decir que, con el trabajo constante de los niños y el gusto por el juego y el movimiento, se logró desarrollar mucho esta habilidad, obteniendo valores de 17,6% con buena, 64% con muy buena y 17,6% con excelente, mencionando también, que no todos los niños y niñas son capaces de realizar dichas actividades, teniendo siempre una u otra dificultad para hacerlo. En niños y niñas 4 y 5 años en la habilidad atrapar la pelota, se alcanzaron valores del 5% con regular, 25% con buena, 60% con muy buena y un 10% con excelente.

La habilidad de equilibrio fue muy positiva, logrando en los niños de 3 años unos valores del 29,4% con buena y el 70% con muy buena, lo que evidencia, que se logró desarrollar esta habilidad en los niños, y que pierdan el miedo de caminar hacia atrás en la viga, en su mayoría, y en niños de 4 a 5 años los valores fueron del 35% con buena, 45% con muy buena y un 20% con excelente.

En la habilidad de trepar, se puede observar un cierto desarrollo motriz en los niños de 3 a 5 años, con unos valores entre el 20% y el 90% de buena a excelente.

En la habilidad de reptar, se podría decir que se ha obtenido una mejoría general en los niños de 3 a 5 años obteniendo valoraciones que oscilan entre el 10% con buena y 70% con excelente, siendo esta también, una de las habilidades mejor desarrolladas por la mayoría de niños y niñas.

La habilidad de saltar, en la edad de 3 años, se observa un desarrollo positivo en el caso del salto hacia atrás con pies juntos, incrementando los valores a buena con un 17,6%, 58,8% con muy buena y un 23,5% con excelente, en niños de 4 a 5



años, observamos un mayor desarrollo con valores del 25% con buena, 50% con muy buena y un 25% con excelente.

Cabe recalcar que en algunos niños, no se logró llegar a un nivel excelente, pero si mejorar ciertos aspectos de su psicomotricidad y de su integración con el resto de sus compañeros. Uno de los propósitos que se pretende siempre buscar con los niños y niñas de estas edades, es que disfruten de la actividad física, desarrollen el movimiento en general, y por medio de estas actividades, mejorar y promover el compañerismo, el compartir, el respetar a los demás, a su entorno, y sobre todo que sean niños y niñas capaces de despojarse de los adultos y realizar sus propias actividades acordes a sus necesidades y capacidades individuales.



## CAPITULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 5.1. CONCLUSIONES

- ✓ La aplicación de los test en los tres momentos, nos permite indicar que resultados han sido positivos en su gran mayoría. Observando que las diferentes habilidades motrices trabajadas, se desarrollaron y evolucionaron positivamente en los dos grupos de edades.
- ✓ La habilidad de caminar sin salirse de la línea, en niños de 3 años, se logró desarrollarse en alto porcentaje, alcanzando los niños, una mejor valoración con un 100%, que las niñas con un 66,7%. No obstante, en las edades de 4 a 5 años el desarrollo de esta habilidad, fue mayor en las niñas (70%).
- ✓ En la habilidad de correr, las niñas obtuvieron un mejor resultado que los niños, siendo la forma de correr lenta de manera individual y en pareja la de mayor porcentaje en niñas con 77,8%, tanto en las edades de 3, como en las de 4 a 5 años.
- ✓ En la habilidad de lanzar hacia el frente, en las edades de 3 años se logró afianzar la misma, obteniendo un 100% de mejoramiento, en ambos sexos, apreciándose en las edades de 4 a 5 años, un mayor desarrollo en las niñas con un 90%.
- ✓ En la habilidad de equilibrio, es donde más se puede evidenciar el desarrollo de esta habilidad en las niñas, alcanzando unos valores de 77,8% en muy buena.
- ✓ La habilidad de saltar, en las edades de 3 años, existió un mayor desarrollo en los niños con porcentajes superiores al 80%.



- ✓ Se evidenció un mayor desarrollo en niñas que en niños, en la mayoría de habilidades, quienes demostraron un mejor desenvolvimiento y un progreso más rápido.
- ✓ Las habilidades motrices básicas, son un factor importante en el desarrollo de los niños y de gran ayuda para su desenvolvimiento, tanto académico como social.
- ✓ El trabajo con niños y niñas de estas edades no es nada fácil, se necesita de mucha constancia, práctica y sobre todo mucho cariño y paciencia, para poder entender y disfrutar del mundo que en alguna vez, todos fuimos parte.
- ✓ Es evidente que el apoyo de la institución, de las profesoras de aula y el acompañamiento a los niños, es muy importante para poder obtener buenos resultados en la creación y formación de las bases de la motricidad.

## **5.2. RECOMENDACIONES**

- ✓ Antes de realizar cualquier tipo de actividad física, deportiva o recreativa, es de vital importancia, cerciorarse con que grupo de niños o niñas se va a trabajar, edad, con qué medios, implementos y espacios se cuenta, el apoyo que se requiere, etc.
- ✓ Que para poder trabajar con niños de edades tempranas, es necesario tener vocación, certeza y convencimiento, paciencia, etc., que no solamente se necesita de saber la teoría, sino, saberla poner en práctica, de manera que, no solamente sean los niños quienes disfruten de la actividad, sino todos quienes están inmersos en la misma.
- ✓ Promover e incentivar a que las clases de psicomotricidad y educación física, sean bien estructuradas, para que exista un desarrollo integral de los niños.



## GLOSARIO DE TERMINOS

- **Habilidad:** es la capacidad, adquirida por aprendizaje, de realizar uno o más patrones motores fundamentales a partir de los cuales el individuo podrá realizar habilidades más complejas.
- **Psicomotor:** El desarrollo psicomotor es el proceso continuo a lo largo del cual el niño adquiere progresivamente las habilidades que le permitirán una plena interacción con su entorno.
- **Coordinación dinámica:** Es la acción donde intervienen gran cantidad de segmentos musculares ya sea extremidad superior, inferior o ambas a la vez. Este se basa en el movimiento con desplazamiento corporal en uno o ambos sentidos y que pueden ser rápidos o lentos.
- **Estructuración Temporo-espacial:** Es la toma de conciencia de los movimientos en el espacio y el tiempo de forma coordinada.
- **Simetría corporal:** se refiere a la distribución de las partes de los organismos en relación con los posibles planos corporales.
- **Pulsiones:** Es una noción dinámica, en la que influye la propia experiencia del sujeto y su historia ontogenética, vale decir, la referida al desarrollo de este, el instinto sería un concepto más estático y netamente congénito, heredado genéticamente.
- **Locomotriz:** Que sirve para mover una cosa o para moverse de un lugar a otro: fuerza locomotriz; los huesos y los músculos forman parte del aparato locomotor.



- **Movimiento reflejo:** Es un acto involuntario provocado por una excitación, permite una reacción con acciones motrices adecuadas, a diferentes tipos de señales, estas pueden ser visuales, auditivas, táctiles, etc.
- **Ontogénesis:** Es el desarrollo y cambios de un ser humano desde su gestación o nacimiento, hasta su muerte.
- **Lateralidad:** La lateralidad es la preferencia que muestran la mayoría de los seres humanos por un lado de su propio cuerpo.
- **Equilibrio:** Hace referencia al estado de un cuerpo cuando las fuerzas encontradas que actúan en él, se compensan y se destruyen mutuamente.
- **Juego:** Un juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes



## BIBLIOGRAFÍA

1. Gil Madrona, P. Contreras, Díaz, Lera Navarro. (2006) "*La educación física en su contribución al proceso formativo de la educación infantil*". Revista de Educación, 339, pp. 401-433 Fecha de entrada: 24-10-2003 Fecha de aceptación: 13-10-2004.
2. Zevi, S. (2000) "*Aprendizaje Motor, Maduración y Desarrollo*". Editorial Indugraf – Buenos Aires – Argentina
3. Caillois, R.: (1958). "*Teoría de los juegos*", Ed. Seix Barral, S.A., Barcelona.
4. Blanchard, K. y Cheska, A. (1986). "*Antropología del deporte*", Ediciones Bellaterra, S.A., Barcelona.
5. Diem, C: (1966). "*Historia de los deportes*", Ed. Luis de Caralt, Barcelona.
6. Monroy, A. J. y Sáez Rodríguez, G. (2007). "*Historia del Deporte. De la Prehistoria al Renacimiento*", Wanceulen, Sevilla.
7. Mandell, R.D. (1986). "*Historia cultural del deporte*", Ed. Bellaterra, Barcelona, y Cangioni, P. (1977). *La fabuleuse histoire de la boxe*, Ed. Odil, París.
8. Josefina. L Gracida,(2010) *Guía de educación física y psicomotricidad en la educación primaria*, Primera edición,
9. Blázquez, D. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. España: Publicaciones INDE
10. Barrio, J y A. Ranzola (1998). *Manual para el deporte de iniciación y desarrollo*. La Habana. Cuba: Editorial deportes.
11. Sánchez Buñuelos, F. (1984). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
12. Le Boulch, J. (1981). *La educación para el mantenimiento en la edad escolar*. Barcelona: Paidós.
13. Fuentes-Guerra, F. (2000). *Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela*. Sevilla: Wanceulen.
14. Uribe Pareja, I. *Iniciación deportiva y praxiología motriz*. Educación Física y Deporte. Vol. 19 #2





15. Uribe Pareja, I. (1991). *Proyecto centros de iniciación y formación deportiva*. Bogotá: Ponencia Congreso panamericano de educación física.
16. Castañer, M. y Camerino, O. (1991): *La E. F. en la enseñanza primaria*. Ed. Inde. Barcelona.
17. Contreras, O. (1998): *Didáctica de la Educación Física. Un Enfoque Constructivista*. Ed. Inde. Barcelona.
18. *Decreto de enseñanzas de andalucía. (1992): Anexo II: Área de Educación Física*. CEJA. Sevilla.
19. Escobar, R. (2004): *Taller de Psicomotricidad. Guía práctica para docentes*. Ed. Ideas propias. Vigo.
20. García, J. A. y Fernández, F. (2002): *Juego y Psicomotricidad*. Ed. CEPE. Madrid.
21. Gutiérrez, M. (1991): *La Educación Psicomotriz y el Juego en la Edad Escolar*. Ed. Wanceulen. Sevilla.
22. Jiménez, J. Y Jiménez, I. (2002): *Psicomotricidad. Teoría y programación*. Ed. Escuela Española. Barcelona.
23. Le Boulch, J. (1997): *La Educación Psicomotriz en la Escuela Primaria*. Ed. Paidós. Barcelona.
24. Mariscal Ortiz, M. (1987): *Medicina Deportiva*. Ed. Copiservic. Jaén.
25. Ortega, e. y Blázquez, D. (1997): *La Actividad Motriz, en el niño de 3 a 6 años*. Ed. Cincel. Argentina.
26. Ortega, e. y Blázquez, D. (1997): *La Actividad Motriz, en el niño de 6 a 8 años*. Ed. Cincel. Argentina.
27. Picq, I. y Vayer, P. (1977): *Educación Psicomotriz*. Ed. Científico Médica. Barcelona.
28. Trigueros, c. y Rivera, E. (1991): *Educación Física de Base*. Ed. Gioconda. Granada. Carlos Monereo. (195). *Estrategias para aprender a pensar bien, En CD-Rom 25 años contigo, 1975-200*, Revista Cuadernos de Pedagogía N° 237, junio. Madrid, Editorial Praxis.
29. L.S. Vigotski. (1989). *Obras Completas. Tomo 5*. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.



30. Josefina. L Gracida, (2010) *Guía de educación física y psicomotricidad en la educación primaria*, Primera edición.
31. Ruíz L. (1991). *Desarrollo motor y actividades físicas*. España: Gymnos.
32. Brunet, O; Lezine, I. (1980). *El desarrollo psicológico de la primera Infancia*: Madrid: Pablo del río
33. Beesges, J; Lezine, I. (1975). *Test de imitación de gestos*. Barcelona científico. Medicina
34. Ruíz Pérez; LM (1987). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Gymnos, Madrid.
35. Berges-Lezine, Ruiz, Gessell, Arce y Rivera, Cordero
36. Ministerio de Educación y Cultura Consejo Nacional de Deportes. (1996) *Guía Didáctica área Cultura Física, Nivel Pre-primario*, Secretaria Permanente. Quito Ecuador.

## LINKOGRAFIA

37. <http://salud-fisica-mental-y-espiritual.blogspot.com/2013/09/evolucion-historica-de-la-psicomotricidad.html>
38. <http://edfisica-laura.blogspot.com/2010/03/lateralidad.html>
39. [http://www.csif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_14/David\\_Fernandez\\_1.pdf](http://www.csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_14/David_Fernandez_1.pdf)
40. <http://www.significados.com/equilibrio>
41. <http://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>
42. <http://es.wikipedia.org/wiki/Juego>
43. Ávila R, y Benavent J, (11/05/2011). Juegos de cancha dividida. Obtenido en <http://fcafe2011juegosdecanchadividida.blogspot.mx/>
44. Santos M, (07/03/2011). Concepto de la habilidad motriz en educación física: los desplazamientos. Obtenido en <http://revista.academiamaestre.es/2011/03/concepto-de-habilidad-motriz-en-educacion-fisica-los-desplazamientos/>



45. Chidoncha V, y Diaz E, (01/08/2010). Aprendizaje motor. Las habilidades
46. <http://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm>
47. <http://www.altorendimiento.com/congresos/educacion-fisica/4421-trabajar-las-habilidades-motrices-basicas-en-educacion-infantil-de-manera-divertida-y-ludica>
48. <http://www.efdeportes.com/efd181/el-desarrollo-de-habilidades-motrices-ejercicios.htm>
49. FDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires – Año 18- N°181- Junio de 2013.<http://www.efedeportes.com/>
50. <http://www.efdeportes.com/efd181/mejorar-las-habilidades-motrices-basicas-en-4-5.htm>
51. <http://multiblog.educacion.navarra.es/jmoreno1/files/2010/03/evaluaci%C3%B3n-en-educacion-fisica.pdf>
52. <http://www.colexioabrente.com/descargas/ef/t2habilidades1.pdf>
53. <http://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm>
54. <http://salud-fisica-mental-y-espiritual.blogspot.com/2013/09/evolucion-historica-de-la-psicomotricidad.html>
55. <http://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>
56. EFDeportes.com. Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, N°147, Agosto de 2010
57. D.r. © consejo nacional de fomento educativo, CP 06100, México, D.F
58. <http://es.wikipedia.org/wiki/Lateralidad>
59. [http://www.educajob.com/xmoned7temarios\\_elaborados/primaria\\_educación\\_física/TEMA11.htm](http://www.educajob.com/xmoned7temarios_elaborados/primaria_educación_física/TEMA11.htm)
60. <http://www.efdeportes.com/efd143/evolucion-del-juego-a-lo-largo-de-la-historia.htm>

## ANEXOS



**Ilustración 1** Test de la habilidad caminar, sobre una línea sin salirse, brazos extendidos



**Ilustración 2** Test habilidad equilibrio, caminar sobre la viga



**Ilustración 3** Test habilidad trepar, sube y baja de la cajoneta



**Ilustración 4** Test habilidad caminar, sube y baja las escaleras



**Ilustración 5** Test habilidad de lanzar, rodar con una mano



**Ilustración 6** Niños y niñas de 4 a 5 años de edad



**Ilustración 7** Grupo niños Nivel Inicial