



Fecha de presentación: Abril, 2021  
Fecha de aceptación: Julio, 2021  
Fecha de publicación: Septiembre, 2021

## **JUEGOS MENORES PARA MEJORAR HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN ESCOLARES DE 8 Y 9 AÑOS EN TIEMPOS DE PANDEMIA**

### **MINOR GAMES TO IMPROVE BASIC MOTOR SKILLS IN SCHOOLS OF 8 AND 9 YEARS OLD IN TIMES OF PANDEMIC**

Yovanny Enrique Melián<sup>1</sup>

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

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9187-0615>

Aliuska Suárez Calderón<sup>1</sup>

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

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9676-9276>

Amanda Naranjo Lobaina<sup>1</sup>

E-mail: [cf1911@ucf.edu.cu](mailto:cf1911@ucf.edu.cu)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5157-4480>

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

#### **Cita sugerida (APA, séptima edición)**

Enrique Melián, Y., Suárez Calderón, A., & Naranjo Lobaina, A. (2021). Juegos menores para mejorar habilidades motrices básicas en escolares de 8 y 9 años en tiempos de pandemia. *Revista Científica, Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 6(3), 58-65.

#### **RESUMEN**

Los juegos son un medio para lograr una ejercitación amena, al máximo de las posibilidades físicas, su realización sistemática y bien dirigida permite afianzar las habilidades motrices básicas. Este artículo tiene como objetivo aplicar juegos menores para el mejoramiento de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 8 y 9 años de edad del Barrio los 500, de la ciudad de Cienfuegos, estos se conciben en tiempo de pandemia. Se aplicaron diferentes métodos, entre ellos, el estadístico-matemático y el análisis de documentos, con la revisión del Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física de la Educación Primaria correspondiente al primer ciclo. Se tuvieron presente las variables: correr, saltar, lanzar y atrapar. Los juegos menores permitieron mejorar la ejecución de las habilidades motrices básicas, detectadas con mayor deficiencia (lanzar y atrapar).

#### **Palabras clave:**

Juegos menores, habilidades motrices básicas.

#### **ABSTRACT**

Games are a means to achieve a pleasant exercise, to the maximum of physical possibilities, its systematic and well-directed performance allows to strengthen basic motor skills. This article aims to apply minor games to improve the basic motor skills of 8 and 9-year-old boys and girls from Barrio los 500, in the city of Cienfuegos, these are conceived in times of pandemic. Different methods were applied, among them, the statistical-mathematical and the analysis of documents, with the revision of the Program and Methodological Orientations of Physical Education of Primary Education corresponding to the first cycle. The variables were taken into account: running, jumping, throwing and catching. The minor games allowed to improve the execution of the basic motor skills, detected with greater deficiencies (throwing and catching).

#### **Keywords:**

Minor games, basic motor skills.

## INTRODUCCIÓN

Desde el mes de marzo del 2020 la COVID-19 afecta a Cuba. Con el decursar del tiempo se ha ido agravando cada vez más lo que ha afectado a toda la población. Debido a sus efectos mortales y a su alto grado de contagio fue necesario interrumpir el proceso docente educativo, provocando la paralización de la rutina y las relaciones sociales de los niños y niñas y la práctica de ejercicios físicos a través de la Educación Física.

La Educación Física abarca el conjunto de formas de practicar los ejercicios físicos con un fin educativo, se incluye en el proceso pedagógico que se realiza en las escuelas, contribuye al desarrollo de las capacidades de rendimiento físico de los escolares, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo; contribuye a la formación y mejoramiento de las habilidades motrices, a la adquisición de conocimientos y al desarrollo de las convicciones de forma tal, que esté en condiciones de cumplir las tareas que la sociedad le señale desde el punto de vista laboral, militar y social (Ruiz & López, 1989).

Para Peña (2015), 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, que respeten a los demás y al entorno.

**Según Velázquez (2018), en las etapas iniciales es importante la práctica la Educación Física y propone algunos principios, entre ellos:**

- La psicomotricidad debe ser el primer aprendizaje motor que se adquiere al empezar a desarrollar la vida; permite y ayuda al niño a utilizar la actividad física como canalizador de su energía; involucra al juego como un factor fundamental para el enriquecimiento de los patrones básicos de movimiento; favorece los estados anímicos, sociales y personales.
- La acción motriz es el motor esencial para las fases sensibles de desarrollo humano.
- La educación expresivo-motriz ayuda a descubrir el propio cuerpo por medio de las experiencias y vivencias, lo cual desarrolla el autocuidado y la autoconfianza, principios inherentes en el desarrollo pedagógico de las sesiones de clase de Educación Física.
- Esta disciplina ayuda al mejoramiento de la memoria y permite que el niño pueda desarrollar nociones de orientación y espacio en situaciones reales del diario vivir.

También Pol, et al. (2021), señalan que la Educación Física contribuye al cuidado y preservación de la salud, al fomento de la tolerancia y respeto de los derechos humanos, a la ocupación del tiempo libre y estimula la vida activa. En la Educación Primaria a través de la realización de diferentes actividades se logra establecer las condiciones para la aprehensión de hábitos, habilidades, capacidades, la adquisición de conocimientos, la formación de sentimientos y cualidades que constituyan, con posterioridad, rasgos positivos de la personalidad.

Continúan argumentando los autores que con una adecuada utilización de los juegos en las clases de esta asignatura se logra elevar la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje y se fortalecen las habilidades motrices básicas. Además, se evidencia en el niño el disfrute de la acción motriz y las relaciones positivas.

El juego constituye una vía fundamental en el proceso de enseñanza- aprendizaje y ocupa un lugar principal por su configuración consciente y adecuada, posibilita la educación de una niñez, físicamente sana. Dentro de la gama de juegos se encuentran varias clasificaciones, una de las más utilizadas en los primeros niveles de enseñanza son los juegos pequeños. En estos juegos se evidencia el contenido motriz y son apropiados para atraer y entusiasmar a los niños y a las niñas. Estos son un medio de la Educación Física, entre ellos se destacan las carreras, los saltos, los lanzamientos, los atrapes y los golpes.

Posibilitan el desarrollo de movimientos básicos para actividades que se deseen realizar en el futuro, por eso su aplicación en las diferentes esferas de la cultura física, son de gran importancia en dependencia con las tareas que se deban resolver. Mediante la utilización de los juegos pequeños, además de aprender, los niños desarrollan habilidades motrices básicas necesarias para su desarrollo físico motor, estas a la vez contribuirán al desarrollo de habilidades motrices deportivas.

Según Watson (1973), citado por De Armas (2017), en el grupo de los juegos pequeños se encuentran aquellos que son de organización sencilla, pueden o no tener implementos, son de pocas reglas y se pueden modificar. Su duración y participación no se someten a estipulaciones oficiales, no requieren de terrenos específicos, ni de materiales especiales. En una clase se enseñan y ejercitan con éxito para la adquisición de conocimientos, hábitos, habilidades motrices básicas y capacidades físicas condicionales y coordinativas; permiten desarrollar la motricidad, lo sensorial, la dramatización, la imitación, expresión corporal, rondas y cantos, entre otras actividades que contribuyan al logro del objetivo propuesto. (pág. 19).

Las habilidades motrices básicas son parte esencial del desarrollo del niño, debido a que desarrollan la relación entre el cuerpo y su entorno, permiten conocer su funcionalidad y su papel dentro de la vida cotidiana, a la vez, aprenden a darle el fin necesario, son parte primordial de la formación integral. En estas edades hay que inculcar la realización de todo tipo de ejercicios motores para que de esta manera el crecimiento vaya siendo progresivo y correcto (Peña Brito, 2015).

Las habilidades motrices básicas son las que asientan las actividades motoras específicas, con las cuales se implementan los ejercicios de acuerdo con las edades a trabajar en el nivel inicial. También Peña (2015), es del criterio de que 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: la 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.

Es necesario saber reconocer las distintas habilidades motrices básicas, para de esta forma, guiar a los niños de acuerdo con sus necesidades, intereses y edades. Sánchez (1992), plantea que para el desarrollo de estas habilidades se establecen cuatro fases en la distribución de contenidos de la Educación Física, incluye la edad escolar y son significativas para el desarrollo, la distribución y aprendizaje de los diferentes contenidos:

- Primera fase: desarrollo de las habilidades perceptivas a través de las tareas motrices habituales, de 4 a 6 años.
- Segunda fase: desarrollo de habilidades motrices básicas, de 6 a 9 años.
- Tercera fase: iniciación de las habilidades motrices específicas y de desarrollo de los factores básicos de la condición física, de 10 a 13 años.
- Cuarta fase: desarrollo de las actividades motrices específicas y desarrollo de la condición física, de 14 a 16 años.

En esta investigación se hace referencia a la segunda fase, esta incluye a los escolares del primer ciclo de la Educación Primaria. Las habilidades motrices básicas permiten asimilar hábitos motores de vital importancia para la defensa y las actividades laborales de cualquier niño en las edades de esa fase. Al finalizar el cuarto grado ya se ha adquirido cierto nivel de perfeccionamiento en el desarrollo de este tipo de habilidad, lo que permite transitar con éxito por las habilidades específicas deportivas que comienzan a desarrollarse a partir del último período de este mismo grado.

La comunidad científica ha aumentado su interés por el desarrollo y la adquisición de las habilidades motrices básicas en la edad escolar. En este período se produce la adquisición y el desarrollo de habilidades Haywood & Getchell (2005), hay quienes aluden a las presentes Caine & Caine (1991), y a las futuras. Las habilidades motrices básicas existen en cada individuo, pero el tiempo y ritmo de adquisición es diferente en cada uno de los sujetos (Gallahue & Ozmun, 2002).

En los últimos cinco años se han intensificado las investigaciones para darle una mejor atención al desarrollo de estas habilidades, se citan algunos ejemplos:

- De Armas (2017), aborda la utilización de los juegos para el mejoramiento de las habilidades motrices básicas como correr, lanzar y atrapar en el primer grado.
- Pilicita (2017), orienta estudiar cómo los juegos recreativos influyen en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los estudiantes de educación básica.
- Peraza, et al. (2020), se refieren al desarrollo de habili-

dades motrices básicas en el niño de sexto año de vida o edad preescolar mediante la creación de un medio de enseñanza.

- García & Fernández (2020), analizan la competencia en las habilidades motrices básicas de los preescolares gallegos y su grado de asociación con las actividades físico-deportivas extracurriculares.
- Pereira, et al. (2021), comprueban el nivel de influencia que tiene la actividad física ejecutada por los estudiantes en el contexto de la emergencia sanitaria provocada por la COVID-19, en el desarrollo de las habilidades motrices; diseñaron un instrumento de tipo escala de estimación adaptada a la dimensión locomoción para las habilidades motrices, con sus respectivos indicadores, pero solo es aplicable a las habilidades de correr, saltar y lanzar; no fue interés de ellos evaluar el comportamiento de otras habilidades motrices básicas.
- García & Mosquera (2021), diagnostican el estado actual de la enseñanza de la Educación Física, de la recreación y deportes en su componente de desarrollo de las habilidades motrices básicas. Además, ofrecen argumentos teóricos acerca de la enseñanza de esas habilidades y los principales errores cometidos por los profesores en la impartición de sus clases. No es objetivo de estos investigadores diagnosticar u ofrecer instrumento para un mejor desempeño de las habilidades motrices básicas.

Se tienen en cuenta las referencias especializadas y los criterios de los diferentes autores, quienes plantean que las habilidades motrices básicas son propias de la motricidad natural en los individuos y las más conocidas forman parte de los contenidos de los programas de Educación Física, son ellas, correr, saltar, lanzar y atrapar, conducir, equilibrio, transportar y combinaciones de habilidades motrices básicas. En este estudio se les dará tratamiento a las habilidades correr, saltar, lanzar y atrapar.

Los autores de la presente investigación consideran que los juegos pequeños favorecen el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas, pero con el advenimiento de la pandemia de COVID-19 este tipo de actividad física se encuentra afectada debido a la suspensión de las actividades docentes de forma presencial; las tele-clases han tenido un papel fundamental en los hogares de los escolares y también se le brinda mayor atención al uso de la tecnología. Todo esto atenta contra el desarrollo de las habilidades motrices básicas para la vida y por eso se han de adoptar o fortalecer estilos de vida saludables. Es propósito de la investigación, aplicar juegos menores para mejorar habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 8 y 9 años de edad del Barrio los 500 en el municipio de Cienfuegos, lugar donde residen los investigadores.

## DESARROLLO

Para la recopilación de la información se aplicó el método revisión de documentos oficiales y personales, entre ellos, el Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física de la Enseñanza Primaria correspondiente al primer ciclo. Se utilizó, además, la observación lo que permitió

diagnosticar el comportamiento de habilidades motrices básicas de la población objeto de estudio.

Los resultados de la investigación se relacionan con los niños y niñas de 8 y 9 años de edad del Barrio los 500, de Cienfuegos. Son un total de 29 niños, de ellos, 14 tienen 8 años de edad (48,3%) y 15 (51,7%) poseen 9 años.

Al realizar el análisis de documentos oficiales y personales (Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física de la Educación Primaria), del primer ciclo, se precisa que en la planificación y la elaboración de los objetivos se tiene en cuenta lo siguiente:

Los niños que tienen aproximadamente 8 años están cursando el tercer grado y los de 9 años de edad cursan el cuarto grado. En tercer grado los juegos tienen un papel importante, se les asigna un tiempo alto para su ejecución dada la influencia que tienen en el desarrollo armónico de la personalidad, el interés y motivación que muestran los niños por esta actividad. Se consolidan habilidades motrices básicas y se desarrollan las capacidades físicas. Las orientaciones metodológicas sugieren diferentes juegos en los que de forma variada se combinan las habilidades que se trabajan de forma aislada. En uno de sus objetivos se declara lograr mayor desarrollo de las habilidades motrices básicas en estrecha relación con las capacidades físicas condicionales, coordinativas y de flexibilidad, hace énfasis en la coordinación de movimientos, ejercicios respiratorios y la postura adecuada al realizar las diferentes actividades.

En cuarto grado se consolidan las habilidades motrices básicas a partir de nuevas exigencias. Se incorporan las habilidades motrices deportivas y el incremento del nivel de desarrollo de las capacidades físicas tanto condicionales como coordinativas. Se inicia con los juegos predeportivos y tiene como objetivo fundamental familiarizar a los alumnos con las habilidades de los deportes que se impartirán en el ciclo básico. En este grado se plantea como un objetivo que se incremente el nivel de desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices básicas e iniciar el aprendizaje de las habilidades motrices deportivas. Las actividades dirigidas al desarrollo físico de esta edad deben estar básicamente programadas a través de juegos, los niños de estas edades necesitan jugar no solo para satisfacer sus necesidades de movimiento; satisfacen también las necesidades cognitivas y las de comunicación.

### Precisiones en cuanto a la evaluación

Según se plantea en el Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física de la Educación Primaria de ese ciclo, la evaluación en las edades de 8 y 9 años se lleva a cabo mediante la observación y el control sistemático del desarrollo que obtienen los alumnos en los contenidos de cada unidad del programa.

### Indicadores para la evaluación de las habilidades motrices básicas en estudio

Durante el proceso de evaluación de las habilidades motrices básicas correr, saltar, lanzar y atrapar, se le otorgó un punto a cada uno de los seis indicadores seleccionados para cada habilidad.

La realización adecuada de las actividades de carreras por parte de los niños contribuye a consolidar la habilidad de correr y de las capacidades físicas, rapidez, resistencia y coordinación entre otras. Para evaluar esta habilidad, se establecieron seis indicadores: vista al frente, coordinación, apoyo del metatarso, elevación de la rodilla, movimiento alternado de brazos y piernas e inclinación del tronco.

Los saltos previstos en estas edades son variados y una gran parte de ellos se combinan con otras acciones más complejas. Se tendrán en cuenta para su ejercitación el salto con ambos pies o alternando. Para su evaluación se establecieron seis indicadores: vista y brazos al frente, balanceo de los brazos en el salto, tronco ligeramente inclinado a la hora del salto, caer en el metatarso, flexionar las rodillas al caer.

Los lanzamientos y atrapes posibilitan que los alumnos continúen perfeccionando las habilidades motrices básicas y a la vez incrementen el nivel de desarrollo de las capacidades físicas. Se evaluará en esta investigación el lanzamiento por encima del hombro, estableciendo los seis indicadores: agarre de la pelota, vista al frente, colocación de los pies en forma de paso, lanzamiento por encima del hombro con salida de la extremidad con fuerza desde atrás, giro del tronco al lanzar y desplazar el pie contrario a la mano que lanza.

Los indicadores para evaluar la habilidad atrapar son: ubicación con respecto a la pelota, colocación de los pies en forma de paso, contacto visual con la pelota y cabeza fija, manos en forma de copa, realizar el atrape al hacer contacto con la pelota, acercar las manos al pecho momento después de realizado el atrape de la pelota.

Se recomienda en este programa que para poder efectuar las correcciones correspondientes se utilicen las categorías de excelente (E), en la cual el alumno deberá cumplir con todos los indicadores (6 puntos); cuando logre cinco de los indicadores, será evaluado de muy bien (MB) (5 puntos); para obtener la evaluación de bien (B), deberá efectuar correctamente 4 indicadores (4 puntos); se le otorgará la evaluación de regular (R) al que realice de forma satisfactoria 3 indicadores (3 puntos) y el alumno que logre ejecutar solo hasta dos indicadores o que no logre cumplir con ninguno, obtendrá la evaluación de insuficiente (I).

Los niños y niñas de 8 y 9 años de edad que participaron en el estudio se encuentran en sus hogares sin recibir actividad docente debido a la situación epidemiológica que enfrenta el país, a ellos se les aplicó una observación en dos momentos, una en el mes de febrero del 2021 y otra en mayo del 2021, después de aplicados los juegos menores teniendo en cuenta las deficiencias encontradas en la primera observación. Las variables a medir fueron las habilidades motrices básicas correr, saltar, lanzar y atrapar.

A continuación, se hace referencia a los resultados alcanzados en los 14 niños que tienen 8 años (Figura 1). En el primer momento las habilidades motrices básicas fueron evaluadas de la siguiente manera:

- Correr: 3 niños fueron evaluados de bien, para el (21,4%); 7 de regular, para el (50%) y 4 de insuficiente, que representa el (28,6%). Los principales errores que

se detectaron en esta habilidad estuvieron relacionados con el apoyo total de la planta del pie, poca elevación de la rodilla, y la inclinación del tronco no era la adecuada, ya que corrían con el tronco completamente erguido o inclinado atrás.

- Saltar: la evaluación de bien la alcanzaron 2 escolares (14,3%); se evaluaron de regular 7, el (50%) y de insuficiente 5, para el (35,7%). En esta habilidad los errores más frecuentes estuvieron relacionados con la descoordinación en el balanceo de los brazos, no apoyar el metatarso y poca flexión de las rodillas al caer.
- Lanzar: se evaluó 1 de bien, representa el (7,1%), 5 regular para el (35,7%) y de insuficiente 8 (57,1%). Se detectó que la insuficiente extensión de la extremidad superior hacia atrás, no le permitía lanzar por encima del hombro, no se gira el tronco al lanzar y el pie contrario al brazo que lanza no se avanza.
- Atrapar: se evaluaron de regular 2 alumnos, representando el (14,3%) y de insuficiente 12, para el (85,7%). En la observación se detectaron dificultades en la ubicación con respecto a la pelota, la colocación de las manos en forma de copa y en acercar las manos al pecho momento después de realizado el atrape de la pelota.

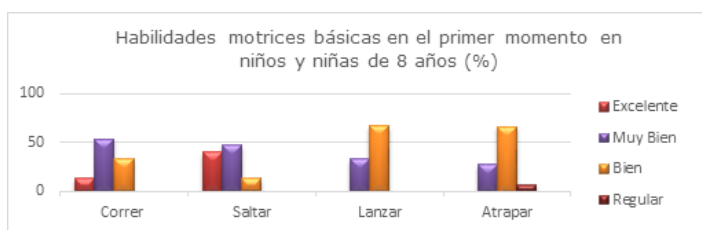


Figura 1. Evaluación de las habilidades motrices básicas en el primer momento en niños y niñas de 8 años de edad.

En esta primera medición se diagnostican deficiencias en la ejecución de habilidades motrices básicas en niños y niñas de esta edad. Las habilidades con mayores dificultades son lanzar y atrapar; más del (50%) está evaluado de insuficiente. Este resultado se asocia a la poca actividad física debido al aislamiento por las condiciones epidemiológicas en que se encuentra el país.

Esta situación provoca que los niños y niñas no puedan realizar la Educación Física, por lo tanto, limita el desarrollo psicomotor en las edades tempranas; limita la práctica de juegos que faciliten el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas; limita la aprehensión de hábitos, capacidades y la adquisición de conocimientos, la formación de sentimientos y cualidades que constituyan, con posterioridad, rasgos positivos de su personalidad.

Las habilidades motrices básicas medidas en el primer momento a los 15 niños y niñas de 9 años (Figura 2), muestran los siguientes resultados:

- Correr: 4 se evaluaron de bien, el (26,7%); 5 de regular para el (33,3%) y 6 de insuficiente (40%). Las deficiencias más frecuentes en este indicador, estuvieron relacionadas con el apoyo total del pie y la poca elevación de la rodilla.

- Saltar: la evaluación de bien la alcanzaron 2 estudiante, para el (13,3%); de regular 5, para el (33,3%); insuficiente 8, para el (53,3%). Las deficiencias más frecuentes observadas fueron la descoordinación en el balanceo de los brazos, no apoyar el metatarso y poca flexión de las rodillas al caer.
- Lanzar: 3 indicadores evaluados de bien (20%), de regular se evaluaron 4, representan el (26,7%); de insuficiente, para el (53,3%). Los errores más frecuentes radican en el lanzamiento por encima del hombro con salida de la extremidad con fuerza desde atrás, en el giro del tronco al lanzar y en el desplazamiento del pie contrario a la mano que lanzaba.
- Atrapar: 4 fueron evaluados de regular, representan el (26,7%) y alcanzaron evaluación de insuficiente 11, para el (73,3%). En la observación se detectaron deficiencias en el contacto visual con la pelota y cabeza fija, en la realización del atrape al hacer contacto con la pelota, así como, en acercar las manos al pecho momento después de realizado el atrape de la pelota.

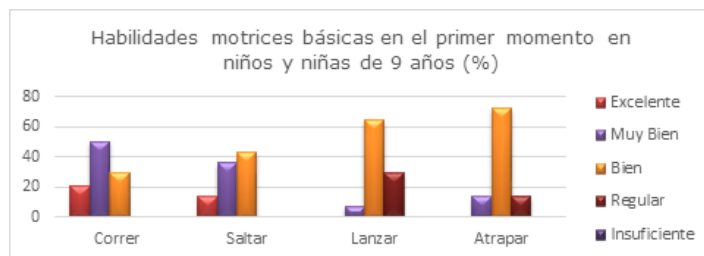


Figura 2. Evaluación de las habilidades motrices básicas en el primer momento en niños y niñas de 9 años de edad.

Con 9 años de edad los niños y niñas cursan el cuarto grado y se observan transformaciones en ellos, se aprecia cuánto son capaces de lograr en los diferentes tipos de actividades. En este grado deben tener dominio de las habilidades motrices básicas, pues se incorporan las habilidades motrices deportivas y se incrementa el nivel de desarrollo de las capacidades físicas tanto condicionales como coordinativas. Debido al aislamiento y la no realización de actividades físicas sistemáticas se diagnosticó que los escolares en estudio aún presentan dificultades en la realización de las habilidades motrices básicas, entre ellas se destacan con mayores dificultades, saltar y atrapar, aunque otras habilidades (lanzar y correr) fueron evaluadas con más del 50% de regular.

Teniendo en cuenta las deficiencias observadas en el diagnóstico de las habilidades motrices básicas de las niñas y niños de 8 y 9 años de edad, se aplicaron juegos menores para contribuir al mejoramiento de esas habilidades, pues mediante los juegos forman su personalidad, se ofrece diversidad de los movimientos y se incita a dar el máximo de esfuerzo en las actividades que se les planifican. También a través de los juegos se pueden aplicar y consolidar los conocimientos y las habilidades motrices básicas.

Los juegos menores se seleccionaron del Programa y Orientaciones Metodológicas Educación Primaria Primer Ciclo, Educación Física (Colectivo de autores, 2001), para la selección se tuvo en cuenta:

Las características de la población en estudio (estudiantes de la enseñanza primaria, entre 8 y 9 años, que no reciben la asignatura de Educación Física debido a la suspensión de las actividades docentes por la situación epidemiológica existente en el país).

Se formaron equipos de aproximadamente 4 o 5 niños para lograr mantener el distanciamiento entre ellos.

La ejecución de los mismos y se aplicaron a pequeños grupos debido a la situación epidemiológica provocada por la pandemia que asecha a la humanidad, de manera que se cumplieran con responsabilidad el protocolo y las reglas establecidas y que se realizaran en espacios reducidos.

Se aplican los juegos menores durante un período de tres meses, después se vuelve a efectuar una evaluación a esos niños y niñas de 8 y 9 años de edad, teniendo en cuenta las cuatro habilidades motrices básicas en estudio (correr, saltar, lanzar y atrapar).

### Juego menor seleccionado del Programa de y Orientaciones Metodológicas Educación Primaria Primer Ciclo, Educación Física (Colectivo de autores, 2001)

**Objetivo:** contribuir a través de juegos menores al desarrollo de las habilidades motrices básicas de las niñas y niños de 8 y 9 años de edad, del Barrio los 500, de la ciudad de Cienfuegos.

#### Habilidad correr

1. Nombre: Los cubitos de colores

Objetivos: ejercitar la habilidad de correr.

Materiales: cubitos y tablillas o cartones pintados de diferentes colores, pomos de agua con cloro y nasobuco.

2. Nombre: Corre y suena.

Objetivos: ejercitar la habilidad de correr.

Materiales: instrumentos de percusión (campanita, pande-reta, sonajero, maracas u otros objetos sonoros), obstáculos, pomos de agua con cloro y nasobuco.

#### Habilidad saltar

1. Nombre: Recorrido venciendo obstáculos.

Objetivos: ejercitar los saltos.

Materiales: cubos, bolsitas de arena, bolos, banderitas pomos de agua con cloro y nasobuco.

2. Nombre: Círculo saltador.

Objetivos: ejercitar los saltos. Mejorar la fuerza de piernas.

Materiales: pelota pequeña o mediana, cuerda o soga, pomos de agua con cloro y nasobuco.

#### Habilidad lanzar y atrapar

1. Nombre: A buscar el 10.

Objetivo: lograr precisión en el lanzamiento.

Materiales: pelotas pequeñas, pomos de agua con cloro y nasobuco.

2. Nombre: Las frutas

Objetivos: ejercitar los lanzamientos hacia arriba y atrapar. Mejorar la capacidad de reacción.

Materiales: pelota pequeña, pomos de agua con cloro y nasobuco.

### Ejemplo de un juego menor para la habilidad correr:

Nombre: Los cubitos de colores.

Objetivos: ejercitar la habilidad de correr.

Materiales: cubitos y tablillas o cartones pintados de diferentes colores y los pomos de agua con cloro.

Organización: se formaron equipos de 4 o 5 niños, estos se colocaron en hileras con una distancia de metro y medio entre ellos, detrás de una línea de salida marcada previamente. Delante de cada equipo a unos 15 o 20 m. aproximadamente se colocará una tabla sobre la que se ubican tres cubitos de diferentes colores. A unos 2 m. de esta, habrá tres tablas más, separadas entre sí por 50 cm. con el color de cada uno de los cubitos.

Desarrollo: a la señal de profesor, el primer alumno de cada equipo correrá hacia los cubitos y recogerá uno; irá hacia donde están las tablas y colocará el cubito sobre la tabla que tiene su mismo color. Rápidamente, tomará otro para correr a depositarlo en la tabla del color que le corresponde y así hasta terminar con los tres cubitos. Luego correrá hacia el pomo de agua con cloro a desinfectarse las manos y se incorporará al final de la hilera manteniendo la distancia establecida. Inmediatamente el siguiente alumno, emprende la carrera, para esta vez recoger uno a uno los cubitos, poniéndolos sobre la tabla destinada a ellos. Así sucesivamente continúa el juego hasta que todos hayan participado.

#### Reglas

- Los cubitos deben quedar colocados correctamente encima de la tabla.
- Los cubitos se colocan y se recogen uno a uno.
- El uso del nasobuco y la desinfección de las manos es de carácter obligatorio.

En el segundo momento las evaluaciones de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 8 años de edad (Figura 3), se comportan de la siguiente manera:

- Correr: 3 alumnos obtuvieron la categoría de excelente, representando el (21,6%), fueron evaluado de muy bien, 7 para el (50%) y de bien 4, que representa el (28,6%).
- Saltar: alcanzaron la evaluación de excelente 2 estudiantes, el (14,3%), 5 de muy bien para el (35,7%), en la categoría de bien 6, para el (42,9%) y solo 1 estudiante fue evaluado de regular para el (7,1%).
- Lanzar: de muy bien se evaluó a 1 lo que representa el (7,1%), de bien 9 para el (64,3%) y de regular 4, para el (28,6%).
- Atrapar: en esta habilidad 2 fueron evaluados de muy bien y regular respectivamente, para el (14,3%) y de bien 10 lo que representa el (71,4%).

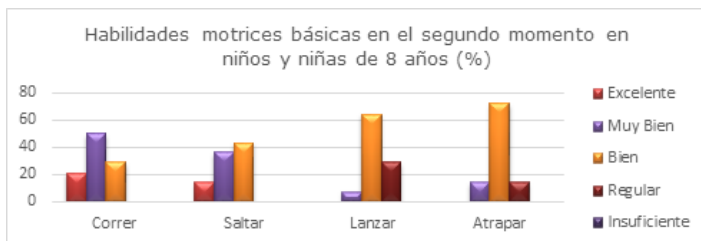


Figura 3. Evaluación de las habilidades motrices básicas en el segundo momento en niños y niñas de 8 años de edad.

Las evaluaciones de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 9 años de edad, se comportan de la siguiente manera (Figura 4):

- Correr: 2 de los niños y niñas, el (13,3%), fueron evaluado de excelente; de muy bien 8, lo que representa el (53,3%) y 5 de bien (33,3%).
- Saltar: alcanzaron la evaluación de muy bien 6 escolares, para el (40%), de bien 7, para el (46,7%) y 2 de regular (13,3%).
- Lanzar: de muy bien se evaluaron 5, representa el (33,3%) y 10 de bien, para el (66,7%).
- Atrapar: 4 fueron evaluados de muy bien, el (36,7%), de bien 10 para el (66,7%) y de regular 1, para el (6,7%).

En el segundo momento de la investigación, a pesar de obtener calificaciones satisfactorias en las habilidades motrices básicas en estudio, aun se observan deficiencias. En la habilidad correr se deberá enfatizar en el apoyo del metatarso y la inclinación del tronco durante la carrera. En el salto se trabajará para corregir el balanceo de los brazos, el apoyar del metatarso y la poca flexión de las rodillas al caer.

Al lanzar, se observó poca extensión de la extremidad superior hacia atrás, lo que dificultó lanzar por encima del hombro. Durante el atrape de las pelotas se enfocará el trabajo en erradicar las dificultades que aún permanecen, específicamente en la ubicación con respecto a la pelota, la colocación de las manos en forma de copa y en acercar las manos al pecho momento después realizar la atrapada.



Figura 4. Evaluación de las habilidades motrices básicas en el segundo momento en niños y niñas de 9 años de edad

Los resultados muestran que con la aplicación de los juegos pequeños se evidencian cambios entre la primera y segunda observación. Para apreciar si estos cambios son significativos se aplicaron también las pruebas de hipótesis no paramétricas (Prueba de los signos), pues las variables en estudio tienen como características el ser discretas ordinales de rango estrecho. Además, el nivel de significación, es decir, la probabilidad de cometer un error es de 0,05.

Con la aplicación de esta prueba no paramétrica (Tabla 1) se demuestra que existieron cambios significativos en las variables, entre la evaluación del primer momento y del segundo, ya que el resultado que arrojó la prueba es de (0,000) y el estadígrafo establecido es de (0,05).

Tabla 1. Resultados de las pruebas de hipótesis no paramétricas (Prueba de los signos).

Edad	Correr	Saltar	Lanzar	Atrapar
8	0,000	0,000	0,000	0,000
9	0,000	0,000	0,000	0,000

Teniendo en cuenta los resultados alcanzados, los autores de esta investigación coinciden con lo planteado por Rodríguez (2019), quien considera al juego como un medio que incluye todos los tipos de situaciones motrices en forma de actividad lúdica, que comportan conductas motrices significativas y pueden cumplir distintos objetivos ya sean pedagógicos, recreativos, de dinamización de grupos, culturales y deportivos.

Según Campos (2018), los juegos permiten el ejercicio de esquemas de acción y decisión motriz, de las habilidades y destrezas adquiridas, el despliegue de las capacidades y necesidades orgánicas, perceptivas, simbólicas, expresivas, creativas, en las más diversas y cambiantes situaciones. Representan la unión entre la percepción, el pensamiento, la acción y la filogénesis biológica y motriz del movimiento humano.

## CONCLUSIONES

Con la aplicación de los métodos se pudo constatar que los niños y niñas del Barrio los 500, de la ciudad de Cienfuegos, presentan dificultades en la ejecución de las habilidades motrices básicas en estudio, correspondiente a su año escolar. Los principales errores estaban en saltar, lanzar y atrapar, esta última es la de mayor deficiencia, el 79,3% de la población en estudio se evaluó de insuficiente.

Teniendo en cuenta la situación epidemiológica, los juegos menores que se aplicaron fueron efectivos, contribuyeron al mejoramiento de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 8 y 9 años de edad de ese barrio. Con la aplicación de la prueba de los signos, se constató que entre la primera y segunda observación existieron cambios significativos. Esto quiere decir que la actividad física a través de juegos menores es favorable para el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Caine, R. N., & Caine, G. (1991). *Making connections: teaching and the human brain*. Association Association for Supervision and Curriculum Development.
- Colectivo de autores. (2001). *Programa y Orientaciones Metodológicas Educación Primaria Primer Ciclo, Educación Física*. MINED.

- De Armas, M. I. (2017). *Juegos pequeños para el mejoramiento de las habilidades motrices en alumnos de primer grado. (Trabajo de diploma)*. Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas.
- Campos, M. (2018). *Educación Física materia teórica: Glosario de Educación Física*. <https://colegioconsejoeducacionfisica.blogspot.com/2018/04/glosario-de-cultura-fisica.html?m=1>
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2002). *Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults (fifth.)*. McGraw-Hill.
- García, P., & Fernández, N. (2020). Asociación de la competencia en las habilidades motrices básicas con las actividades físico deportivas extracurriculares y el índice de masa corporal en preescolares. *Retos*, (38), 33-39.
- García, S., & Mosquera, P. (2021). Estrategia metodológica de las habilidades motrices básicas en la escuela primaria del municipio de Lloró- Chocó. *Revista Edu-fisica.com Ciencias Aplicadas al Deporte*, 13(28), 60 - 68.
- Haywood, K. M., & Getchell, N. (2005). *Life-span motor development champaign*. Human Kinetics.
- Peña, M. E. (2015). *Propuesta de un programa de actividades motoras para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños de 3 a 5 años del nivel inicial de la unidad educativa Santana"*. Cuenca – Ecuador. (Trabajo de titulación). Universidad de Cuenca.
- Peraza, C., Morales, C. A., Rodríguez, M. L., & Pedroso, M. (2020). Medio de enseñanza para el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños de sexto año de vida. *Podium Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(2), 221-237.
- Pereira Valdez, M. J., Paz Viteri, B. S., Zambrano Párraga, C. W., & Zapata Galarza, M. V. (2021). Actividad física para el desarrollo de las habilidades motrices en tiempo de pandemia. *Acción*, 17.
- Pilicita, C. G. (2017). *Los juegos recreativos y su aporte para el desarrollo de la Habilidades Motrices Básicas de los niños de la Educación General Básica en la Escuela Rebeca Jarrín*. Ambato-Ecuador. (Tesis de maestría). Universidad Técnica de Ambato.
- Pol, Y., Durruthy, R., & Robert, D. A. (2021). Juegos motrices y habilidades motrices básicas.  *DeporVida. Revista especializada en ciencias de la cultura física y del deporte*, 18(49), 143-151.
- Rodríguez, J. C. (2019). *Juegos motores*. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.
- Ruiz, A., & López, A. (1989). *Metodología de la enseñanza de la Educación Física Tomo I y II*. Editorial Pueblo y Educación.
- Sánchez Bañuelos, F. (1992). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Editorial Gymnos.
- Velázquez Callado, C. (2018). El aprendizaje cooperativo en Educación Física: planteamientos teóricos y puesta en práctica. *Acción motriz*, 20, 7-16.