

Fórum de Ciencia y Técnica Provincial 2014.

Título: Guía metodológica de juegos para el desarrollo de habilidades motrices básicas en escolares de 2. grado.

Autores: Prof. Aux. MSc. Rosa maría Díaz Maceira

UCCFD “Manuel Fajardo” FSCU, [rmdiazm@scu.uccfd.cu](mailto:rm Diazm@scu.uccfd.cu), Cuba.

Lic. Lizandra Rosales De la Cruz

Prof. Aux. MSc. Rafael Marcos Quincoces Prol

UCCFD “Manuel Fajardo” FSCU, rmquincoces@cu.uccfd.cu, Cuba.

Resumen

El progreso científico técnico facilita que en la Educación Física se observe un perfeccionamiento de las maneras de practicar el ejercicio físico, donde la Psicopedagogía y la didáctica logran satisfacer las necesidades del proceso formativo mediante la actividad lúdica. El objetivo de este trabajo es la elaboración de una guía metodológica de juegos dirigidos al desarrollo de habilidades motrices básicas en las clases de Educación Física en la Escuela Primaria “Ciro Frías Cabrera” del municipio II Frente. Se utilizaron para la investigación los métodos análisis-síntesis, inductivo-deductivo, la observación, técnicas de entrevistas y encuestas, entre los métodos prácticos y la entrevista como técnica. Entre los primordiales componentes que se subrayan en el trabajo está la posibilidad de brindar una guía metodológica de juegos para el desarrollo de habilidades motrices básicas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, lo cual favorecerá su formación integral, consiguiendo en ellos una mayor comunicación y mejoramiento no solo de las habilidades sino de las capacidades físicas, reforzando la formación de valores. Lo antes planteado proporciona que se haga más viable el proceso de formación general e integral en los escolares.

Abstract

The scientific technical progress makes easy that in Physical Education is observed a perfecting of the manners of practicing physical exercise, where the Psicopedagogy and Didactics achieve to fulfill the needs of the formative process throughout the ludic activity. The objective of this investigation is the elaboration of a methodological guide of games directed to the development of driving basic abilities in the lessons of Physical Education at the Elementary School "Ciro Frías Cabrera" of the municipality II Frente. In the investigation different methods were used such as, analysis synthesis, inductive deductive, the observation, techniques of interviews and opinion between the rules of thumb and the interview as a technique. The most important aspect in this work is the possibility of offering a of methodological guide developmental of games of driving basic abilities in the teaching learning process, which will favor its comprehensive formation, getting in them a bigger communication and improvement not only of abilities but also the physical fitnesses, reinforcing the formation of values. The facts mentioned above provide the viability of the process of general and comprehensive formation in the scholars.

Introducción.

El juego es considerado universalmente como uno de los medios de la Educación Física, por cuanto a través de él, los escolares desde las primeras etapas de la vida van creando las bases para un desarrollo integral y armónico, no solo desde el punto de vista motriz, sino también en las esferas cognitivas, afectivas y sociales, en un ambiente libre, placentero, espontáneo y consiente en la búsqueda de satisfacciones internas que le proporcionan el contacto con el medio circundante mediante el cual experimentan sensaciones, adquieren conocimientos y sientan pautas para la vida social.

Por su valor educativo el juego está calificado como uno de los medios de trabajo del profesor, especialmente en lo que concierne a las actividades con los escolares, desde las variadas formas de movimientos primarios de los pequeños en la cuna, hasta los juegos deportivos más complejos en edades más avanzadas.

Otro aspecto también a considerar de gran relevancia en la aplicación de los juegos, lo constituye la favorable influencia que desde el punto de vista

biológico ejerce en el estado general del organismo del infantil, mediante el desarrollo de los diferentes sistemas. La práctica sistemática de los juegos prevé y garantiza la completa satisfacción de las necesidades fisiológicas del movimiento combinando los mismos, pero además de fortalecer totalmente el organismo y también les enseña a concentrarse y ser más atentos.

El juego en su sentido más amplio supone también el desarrollo de habilidades y capacidades físicas para utilizarlas eficientemente en diversas situaciones, para solucionar los problemas que se le plantean en condiciones habituales. El juego es una forma organizada de la actividad motriz que abarca desde la forma más espontánea a la más planificada, donde también evoluciona el contenido de aprendizaje social.

Por lo que se propone el siguiente **objetivo**: Elaborar una guía metodológica de juegos que permita la preparación de los docentes en función del desarrollo de las habilidades motrices básicas: saltar, correr y lanzar como potenciadoras del desarrollo integral en los escolares del 2. grado de la Escuela Primaria “Ciro Frías Cabrera” del municipio Il Frente. Con la certeza de propiciar cambios satisfactorios en el desarrollo de habilidades motrices básicas en estos escolares se plantea una guía metodológica de juegos, con indicaciones metodológicas e indicadores de evaluación para los docentes de la Escuela Primaria “Ciro Frías Cabrera” del municipio Il Frente se contribuirá a potenciar el desarrollo integral de los escolares de 2. grado mediante las habilidades motrices básicas: saltar, correr y lanzar.

Desarrollo:

Guía Metodológica de juegos para habilidades motrices básicas para 2. grado.

La misma contiene un prólogo y un índice con los siguientes aspectos:

1. Breve reseña del surgimiento de los juegos.
2. Objetivos generales para el trabajo con la guía metodológica.
3. Objetivos específicos.
4. Indicaciones generales para el trabajo con la guía.
5. Pasos metodológicos para la orientación y realización del juego.

6. Indicaciones metodológicas generales para el trabajo con los juegos.
7. Indicadores a tener en cuenta para evaluar los juegos.
8. Propuesta de juegos para el desarrollo de habilidades motrices básicas.

Indicaciones generales para el trabajo con la guía.

En esta parte nos remitiremos a detallar de forma precisa, cada uno de los elementos que son imprescindibles para el cumplimiento efectivo de los objetivos de trabajo, entiéndase con esto, aquellas acciones, formas, concepciones que son de obligatorio cumplimiento. La realización de los juegos de forma general y especial, se deben llevar a cabo teniendo en cuenta el contenido de la preparación física y preparación técnica del Programa y orientaciones metodológicas de 2. grado, por lo que el profesor teniendo en cuenta la planificación de su clase escogerá de estos juegos el que más le sea conveniente, por supuesto teniendo en cuenta la capacidad o habilidad motriz básica que se idee, de manera que no es un dogma que se realicen en el orden que aparecen en la guía metodológica, pero si será de estricto cumplimiento que se aplique con las indicaciones y reglas que en ellos aparecen para poder lograr el objetivo propuesto, aún cuando se le pueden aplicar variantes.

Pasos metodológicos para la orientación y realización del juego según tipo de juego y parte de la clase.

Indicaciones metodológicas generales para el trabajo con los juegos.

Para esto debemos valorar la preparación y desarrollo de las actividades lúdicas teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- Caracterizar desde el punto de visto psicofísico al grupo escolar logrando la atención a las diferencias individuales.
- Ejercitar en el juego las habilidades motrices básicas aprendidas pues el contenido de los juegos facilitará el desarrollo de las capacidades físicas así como. la personalidad del escolar. Se debe tener presente la repetición en el juego, la que debe realizarse con dinamismo, garantizando que la actividad resulte estimulante, con un clima favorable, de forma que el escolar no sienta la carga física a que es sometido.

- Preparar el área, seleccionar, elaborar y emplear los medios de enseñanza con antelación a la actividad, velando porque se encuentren en buenas condiciones haciendo un uso racional de los mismos para garantizar la seguridad de los escolares y no provocar fatiga. Disponer de espacio suficiente para que los escolares se desplacen libremente y desarrollen sus movimientos en su accionar con los objetos.
- Emplear juegos con tareas para solucionar problemas sencillos. Realizar las variantes de los juegos modificando las posiciones iniciales, las formaciones o modos de ejecutar la acción, la distribución de los papeles principales y las reglas del juego.
- Estimular constantemente la participación de los escolares en función del aprendizaje y el logro de los objetivos propuestos en el mismo. Aprovechar el carácter educativo del juego para potenciar el desarrollo de valores que propicien la formación integral del escolar. Propiciar las bondades del juego para el trabajo con las diferentes áreas del conocimiento relacionadas con la cultura general integral.

Indicadores a tener en cuenta para evaluar juegos propuestos integralmente.

A. Grado de desarrollo de las habilidades motrices básicas.

Bien: Progreso en el desarrollo de habilidades, capacidades y valores, logrando ejecutar las acciones al nivel grueso mostrando dominio de las acciones motrices.

Regular: Logran ejecutar las acciones a un nivel grueso con menos de dos errores fundamentales, con dominio parcial de las acciones motrices.

Mal: Logran ejecutar las acciones a un nivel grueso con más de dos errores fundamentales con pobre dominio de las acciones motrices.

B. Habilidad correr:

- Realizar el apoyo sobre la parte delantera de los pies.
- Vista al frente.

- El tronco ligeramente inclinado al frente (línea recta), ligeras flexiones laterales (zigzag).
- La coordinación de brazos y piernas en correspondencia con el tipo de carrera (línea recta, zigzag)
- Coordinación de las diferentes partes del cuerpo que intervienen en el movimiento.

C. Habilidad lanzar:

- Hacia arriba:

- Lanzar con una mano partiendo desde el nivel de la cintura.
- Atrapar con ambas a la altura del pecho.
- Lograr el desarrollo de la lateralidad.
- Mantener el control visual de la pelota en el momento del vuelo.
- Coordinación de las diferentes partes del cuerpo que intervienen en el movimiento.

- Lanzamiento al frente:

- Lanzar con una mano colocando el brazo atrás y a la altura de la cabeza.
- Realizar el lanzamiento imprimiéndole fuerza de brazo.
- Lograr el desarrollo de la lateralidad.
- Mantener el control visual de la pelota en el momento del vuelo.
- Coordinación de las diferentes partes del cuerpo que intervienen en el movimiento.

- Lanzamiento rodado:

- Realizar el lanzamiento con el brazo desde atrás hacia el frente con el brazo extendido.
- Garantizar que la pelota no realice ondulaciones.
- Lograr el desarrollo de la lateralidad.
- Mantener el control visual de la pelota en su trayectoria.
- Coordinación de las diferentes partes del cuerpo que intervienen en el movimiento.

D. Habilidad saltar con una o ambas piernas:

- Logra el impulso con los brazos partiendo desde atrás, al frente y arriba.
- Caída suave con semi-flexión de piernas y apoyo en la parte delantera del pie.
- El tronco ligeramente inclinado al frente.
- Vista al frente.
- Coordinación de las diferentes partes del cuerpo que intervienen en el movimiento.

E. Cognitivo:

- **Actividad consciente durante el juego**, elemento importante e inseparable de los procesos psíquicos del conocimiento (sensaciones, percepciones, lenguaje, pensamiento, memoria, representación), que posibilitan el desarrollo de las acciones motrices a través de una atención concentrada, participación activa y consciente, memorizar las acciones, utilización correcta del lenguaje verbal o de señales, luego de aprendido el juego, al tratar de repetirlo se represente las diferentes acciones motrices para lograr realizarlo eficientemente, proposición de variantes del juego a partir de acciones ya conocidas.

F. Volitivo:

- **Independencia:** realizar la actividad lúdica por si solo, sin ayuda.
- **Perseverancia:** culminar la tarea que comenzó venciendo las dificultades.
- **Autocontrol:** realizar determinadas acciones motoras en el juego y regirse por reglas de conducta establecidas.
- **Afán de objetivo:** lograr que culmine la tarea con resultados esperados.

Propuesta de algunos juegos para el desarrollo de habilidades motrices básicas.

Juegos de correr:

1. Nombre: Combate contra las enfermedades.

Objetivo: Realizar carreras rápidas a una distancia de ocho metros, mostrando perseverancia.

Materiales: Jeringuillas de papel cartón.

Habilidades: Correr.

Capacidades: Rapidez reacción.

Organización: Colocados los equipos en hileras, se trazará en el piso una línea recta a lo largo de cada equipo para evitar que durante el juego sea molestado por el corredor.

Desarrollo: Colocados los jugadores en la formación que se ha descrito, al sonar el silbato, el primer jugador de cada bando, portando una jeringuilla de papel cartón, corre por el interior, es decir, por el campo que está entre los dos bandos, da vuelta por el final de su equipo y sigue corriendo por fuera hasta entregar la jeringuilla de papel cartón al segundo de su equipo, quedando él situado en el lugar que tenía antes, mientras el otro jugador emprende la carrera en la misma forma del anterior y continua así sucesivamente. Ganará el equipo que primero termine.

Reglas:

El jugador que está en el terreno de recibir la jeringuilla de papel cartón, no puede hacerlo fuera de la línea trazada. Todos los jugadores deben correr por el interior de los bandos y dar la vuelta por el final de su equipo.

2. Nombre: Los caballos sin potreros en el campo.

Objetivo: Realizar carreras rápidas, cumpliendo las reglas establecidas.

Materiales: Ninguno.

Habilidad: Correr.

Capacidad: Rapidez de reacción.

Organización: Se forman los escolares en grupos de cuatro o cinco, cruzándose los brazos por la espalda, estos representan los potreros de los caballos. En el interior de estos se situará un niño o niña sentada que representa un caballo y entre ellos quedará el caballo sin potrero.

Desarrollo: Antes de comenzar el juego el profesor les hará un cuento basado en el desarrollo del juego, o sea, de el caballo que no tenía potrero y que

caminaba por el campo y al escuchar el silbato, otro caballo salía de su potrero para intercambiarse. El caballo sin potrero aprovecha esta oportunidad para ocupar uno. Entonces el juego comienza encontrándose todos los caballos dentro de su potrero. Quien no tenga potrero corre por los alrededores. Cuando el profesor suena el silbato todos los caballos tienen que dejar su potrero corriendo y buscar otro. Los caballos sin potrero aprovecharán este momento para ocupar uno de los potreros que momentáneamente se encuentran deshabitados.

Cuando se hayan cambiado cuatro o cinco veces de potrero, un niño(a) de los que formaron el potrero pasa hacia adentro para ser el caballo. Así se irá procediendo para que todos realicen los mismos papeles.

Reglas:

Ningún caballo puede salir antes del sonido del silbato. Cuando escuchen el silbato del profesor todos a la vez tienen que dejar sus potreros.

Juegos de lanzar.

1. **Nombre:** Mercado de vegetales.

Objetivo: Ejecutar lanzamiento con carreras hacia distintas direcciones, mostrando responsabilidad ante la tarea.

Materiales: Pelota de trapo o goma, rellenas con arena y aserrín de 1/2 kg.

Habilidades: Lanzar.

Capacidades: Fuerza de brazo.

Organización: Se formarán los niños(as) en un círculo pequeño, situándose uno en el centro con una pelota en las manos.

Desarrollo: Cada niño(a) tendrá el nombre de una fruta o vegetales cubanos de los que se venden en los mercados agropecuarios incluyendo al niño(a) que se halla en el centro. Hecho esto, el niño(a) que se encuentra en el centro lanza al aire la pelota que tiene en sus manos, al mismo tiempo que dice el nombre de una fruta o vegetal de las que él sabe identificar a los niños(as) del

círculo. Cuando dice, por ejemplo Piña, el niño(a) que tiene ese nombre corre al centro y trata de coger la pelota antes de que caiga al suelo. Si lo logra vuelve a su puesto y el que estaba en el centro repite el juego. Pero si aquel pierde, pasa a ocupar el lugar del que está en el centro y este va al círculo.

Reglas:

No puede ir al centro a coger la pelota hasta que no sea mencionado el nombre de la fruta o vegetal. El niño(a) del centro no puede mencionar ninguna fruta o vegetal que no se haya repartido en el juego.

2. Nombre: Sobre, sobre.

Objetivo del juego: Realizar el lanzamiento con implemento por encima del brazo desarrollando la fuerza de brazo, mostrando colectivismo.

Materiales: Paletas y una pelota de papel.

Capacidad: Fuerza de brazo.

Habilidad: Lanzamiento por encima del hombro.

Organización: En círculo.

Desarrollo: Todos con raqueta y uno solo con móvil, están reunidos en un círculo. El que tiene el móvil lo golpea diciendo el nombre de un jugador. Los no nombrados se escapan y se han de parar cuando el nombrado diga: pies quietos.

Regla:

El que tiene la pelota de papel ha de intentar alcanzar a los que están estáticos, mediante un lanzamiento.

Juegos de saltar.

1. Nombre: Los surcos.

Objetivo: Realizar saltos con distancias cortas, contribuyendo a la fuerza de piernas y la orientación espacial, logrando la cooperación entre los escolares.

Materiales: Tizas para marcar el terreno.

Habilidades: Saltar.

Capacidades: Fuerza de pierna y orientación espacial.

Organización: En hileras, se pintan varias rayas en el suelo en forma de surcos.

Desarrollo: El juego consiste en saltar con los ojos cerrados sobre el primer surco tratando de caer sobre el mismo, abren los ojos para comprobar que se ha pisado. Se repite la operación con el segundo surco, y así hasta el final. Se intenta realizar el recorrido, pisando todos los surcos sin abrir los ojos en el trayecto. Para comprobar que se han pisado todos, el compañero lo confirmará utilizando así la co-evaluación.

Reglas:

El alumno que abra los ojos sale del juego. El que no pise ninguno de los tres surcos pierde.

2. Nombre: Pisa la bolita saltando.

Objetivo del juego: Realizar saltos a distancias cortas, mostrando el amor patrio con tratamiento a las efemérides mediante la ejercitación del lenguaje.

Material: Varias pelotas chicas y cajones o similares, tarjetas con un mensaje educativo.

Capacidad: Fuerza de piernas.

Habilidad: Saltar.

Organización: Se formarán en hileras cuatro equipos de cinco participantes.

Desarrollo: A la señal del profesor el primer integrante del equipo saltará pisando la pelota de papel a la ida con el pie derecho hasta el cajón donde encontrará una tarjeta que recogerá y la traerá de vuelta a su equipo. Luego regresa saltando con el pie izquierdo, para dar el relevo al próximo compañero que realizará la misma acción, así sucesivamente hasta que todos lo hayan realizado.

Reglas:

Debe desplazarse saltando primero con el pie derecho y luego con el izquierdo. Siempre debe pisar la bolita. Debe recoger una tarjeta y conservarla hasta el final del juego en que se realizará la lectura de la misma. El grupo que termine primero y lea correctamente la frase ganará el juego.

Conclusión:

La guía metodológica de juegos constituye un material didáctico para los profesores, la que contribuirá a potenciar la evaluación integral en escolares del 2. grado mediante la variabilidad en los juegos.

Bibliografía

1. Castejon Oliva, F.J. (1996). *Evaluación de Programas de Educación Física*. Editorial Deportivo.
2. Conte, Luis. (1993). Tema 26. *Métodos de enseñanza en educación física, recursos y medios didácticos*. En Colectivo de Autores. *Desarrollo Curricular para la formación de maestros especialista en educación física*. España: Editorial Gymnos.
3. Col. (2005). *Folleto de Teoría y Práctica de los Juegos*. La Habana: Editorial EIEFD.
4. *Criterios de evaluación para el área de la Educación Física*. Disponible en: [http:// www.sanaguatin.esc.educar/eh física](http://www.sanaguatin.esc.educar/eh_fisica). Consultado el 15 de abril de 2014.
5. Cuba. (2001). *Dirección Nacional de Educación Física Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física Enseñanza Primaria (Primer ciclo)*. La Habana: Editorial Deportes.
6. Díaz Lucea, Jordi. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Barcelona: Editorial Publicaciones.
7. Dobler Erica y Dobler Hugo. (1977). *Juegos Menores*. Manual para escuelas y asociaciones deportivas. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
8. García López, A. (1998). *Los juegos en la Educación Física de los niños de 6 a 12 años*. Madrid: Editorial Gymnos.
9. López Rodríguez, Alejandro. (s.a.). *La clase de Educación Física*. La Habana: INDER.
10. Luz, María Angélica. (2003). *De la integración escolar a la escuela integradora*. Paidós.Bs.As.
11. Ramírez Delgado, Yudelkis. (2005). *Sistema de acciones metodológicas para el desarrollo de habilidades motrices básicas en las clases de educación Física del segundo grado de la escuela primaria "Clodomiro Acosta" de la provincia Santiago de Cuba*; Rosa María Díaz Maceira, tutor, Trabajo de Diploma ISCF "Manuel Fajardo" (SC), 37 h.
12. Watson Brown, Herminia. (2008). *Teoría y práctica de los juegos*. Ciudad de la Habana: Editorial Deportes.