



Original

El desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años en el Combinado Deportivo “Versalles” **Psychomotor development in children 3 to 4 years old in the "Versalles" Sports Combined**

Katiuska Bell Martínez. Combinado Deportivo “Versalles”. Santiago de Cuba. Cuba.

[\[katy.bell@nauta.cu\]](mailto:katy.bell@nauta.cu) .

Alina Bestard Revilla. Universidad de Oriente. Santiago de Cuba. Cuba.

[\[abestard@uo.edu.cu\]](mailto:abestard@uo.edu.cu) .

Graciela Ramos Romero. Universidad de Oriente. Santiago de Cuba. Cuba.

[\[chelaramos@nauta.cu\]](mailto:chelaramos@nauta.cu) .

Recibido: 2/12/2020 | **Aceptado:** 2/03/2021

Resumen

Fue realizada una investigación sobre el desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa Educa a tu Hijo, que aportó una concepción metodológica de este proceso, integrada por cuatro componentes básicos: los referentes teóricos, un sistema de juegos y ejercicios, los momentos para su realización y un sistema de superación profesional para la preparación de los docentes. Estos componentes constituyen un sistema por las interrelaciones que se establecen entre ellos. La citada concepción es el sustento teórico de una Metodología que ha favorecido la preparación de profesores y familias para la estimulación del desarrollo psicomotor en los niños. Se realizó un pre experimento que permitió comprobar los resultados obtenidos con la aplicación de la metodología, avalado también por talleres con profesores y familias.

Palabras clave: desarrollo psicomotor, combinado deportivo.

Abstract

An investigation was carried out on the psychomotor development in children from 3 to 4 years of the Educa a tu Hijo Program, which provided a methodological conception of this process, made up of four basic components: the theoretical references, a system of games and exercises, the moments for its realization and a system of professional improvement for the preparation of teachers. These components constitute a system due to the interrelationships established between them. The aforementioned conception is the theoretical basis for a

Methodology that has favored the preparation of teachers and families for the stimulation of psychomotor development in children. A pre-experiment was carried out that allowed to verify the results obtained with the application of the methodology, also supported by workshops with teachers and families.

Keywords: psychomotor development, sports team.

Introducción

El subsistema de Educación Preescolar comienza en las Instituciones infantiles y en la Vía no Formal. Para el país tiene gran significado la realización de ejercicios desde edades tempranas y se observa en los programas institucionales y en el Educa a tu Hijo.

Este programa es una alternativa educativa cubana, antesala a la educación primaria, se creó a partir de que las instituciones infantiles eran insuficientes para atender a los niños 0-6 años que no asistían a ellas.

Se trata de un programa educativo que toma como pilares para su realización a la familia y a la comunidad y que, con un enfoque intersectorial, bajo la coordinación del sector educacional, y el Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER), estructura y diseña acciones para brindar atención integral al niño desde el período de embarazo de la madre.

La incorporación al Programa Educa a tu Hijo permite el desarrollo de cualidades y valores morales como las emociones, sentimientos, relaciones interpersonales y normas de comportamiento, el conocimiento del mundo de los objetos, las relaciones espaciales, la expresión corporal y otras.

La educación psicomotriz, en el nivel inicial, debe ser una continua experimentación del niño con el medio que le rodea, así mismo los padres de familia o medio escolar deben ser el eje principal para que el niño aprenda a desarrollarse adecuadamente, los cuales tienen como objetivo enseñarles a través de la exploración. En el nivel preescolar, la actividad psicomotriz global lúdica es prioritaria porque le permite al niño continuar con la organización de la imagen de su cuerpo a través de lo evidenciado y servir de punto de partida en relación con el desarrollo de sus actitudes de análisis perceptivo. Por lo tanto, la educación psicomotriz debe ser considerada como un elemento básico en la educación.

Uno de los ejes principales del desarrollo psicomotor es la psicomotricidad, que le confiere una significación lógica al movimiento y le permite al niño integrar y coordinar las funciones de la vida psíquica con el movimiento, convirtiéndose en un aprendizaje, es por ello que es de suma importancia que el niño de cuatro años desarrolle su coordinación y motricidad, debido a que a

través de ello no solo logran aprendizajes psicomotrices sino también logran desarrollar diversos aprendizajes para su vida cotidiana.

El presente artículo es resultado de una investigación científica, originada por insuficiencias en el desarrollo psicomotor de los niños por el empleo de ejercicios inadecuados, limitada preparación metodológica de los docentes y las familias por la poca variedad de juegos que estimulen el desarrollo psicomotor en los niños de 3 a 4 años del programa “Educa a tu Hijo”.

Para la realización de la investigación se trabajó una muestra de 10 profesores, 20 familias y 49 niños ambos sexos de la comunidad de Versalles.

Desarrollo

La investigación ofrece una concepción metodológica del proceso de enseñanza aprendizaje del desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa Educa a tu Hijo, que se sustenta en fundamentos desde la Filosofía, la Sociología, la Pedagogía y la Psicología, así como su concreción en la Educación Física; como sustento filosófico – dialéctico se asumen los postulados de la dialéctica materialista, particularmente, marxista leninista.

En los referentes sociológicos se considera la relación de lo individual y lo social como un sistema complejo, por cuanto ocurre en el propio desarrollo de la personalidad. Para este autor esto resulta un mecanismo esencial de la socialización plena del hombre, como proceso que debe propiciar comunicación, intercambio personal e interacción grupal.

Desde la Psicología, es significativo el sustento que ofrecen las tesis acerca del origen social de las funciones psicológicas superiores que condujeron a Vigotsky (1987) a plantear la estructura mediatizada de estas funciones; se consideran además los postulados de Rubinstein (1967) sobre el carácter de la voluntad, teniendo en cuenta que todo acto de voluntad responde a una actuación orientada, y se produce bajo condiciones de conflicto interno de contradicciones y tendencias y se trasmite por la conciencia de la personalidad.

Como fundamentos pedagógicos se establecen los principios del proceso de enseñanza – aprendizaje de Bermúdez (2004), entre ellos la unidad entre el protagonismo del estudiante y la dirección del profesor, la vinculación de la educación con la vida, el medio social, el trabajo y el proceso de educación de la personalidad, la unidad de lo instructivo, lo educativo, de lo afectivo y lo cognitivo en un aprendizaje vivencial, la unidad del aprendizaje individual y grupal y la unidad de la actividad y la comunicación.

Desde los postulados didáctico – metodológicos, la concepción aportada se sustenta en las normativas de trabajo elaboradas por el INDER, cuando refiere que el trabajo en la Educación Física se desarrolla con dos sentidos: como trabajo profiláctico, el mantenimiento de la salud y

el uso del ejercicio físico como medio fundamental para reducir los riesgos de determinadas enfermedades, contribuyendo a una extensión masiva de las actividades físicas (INDER, 2012). Se toma en consideración la importancia que tiene la activación física y la práctica de deportes para el desempeño académico (Balderrama, 2015), así como para la salud de quienes los practican (Barbosa, 2018).

Dentro de la Teoría y Metodología de la Educación Física se establece “la selección y ordenamiento adecuado de los ejercicios físicos, la aplicación sistemática, la individualización y la dosificación” (Calderón, *et al.*, 2006, p. 32 – 33). Ibarra y otros. (2015) trabajan también esta problemática, pero específicamente, para los boxeadores.

En el trabajo social, educativo o de promoción, muchas veces están claras las necesidades y motivaciones que justifican hacerlo, e incluso, los objetivos de las acciones. Lo que frecuentemente causa mayor dificultad es cómo hacerlo, cómo alcanzar los objetivos, cómo lograr trabajar adecuadamente un determinado tema con un grupo específico de personas, cómo definir las etapas de un mediano o largo plazo, cómo articular los contenidos de un programa dirigido a muchas personas con las necesidades y los ritmos individuales, etc.

Sobre el tema de la psicomotricidad se han realizado varias investigaciones, por ejemplo, las realizadas por Pérez-Santana (2020), Pirazán y otros, Obando (2018), significa el desarrollo de la motricidad y enfatiza en la importancia del área psicomotriz en el desarrollo intelectual del niño. Otros autores, como González (2001), han abordado también la motricidad; este autor lo ha trabajado con intencionalidad para los niños entre uno y seis años.

Los autores estudiados significan las precisiones y diferencias entre la motricidad fina y la gruesa, así como las actividades que deben realizarse para el desarrollo de una y otra (Muñiz, 2010). Los estudiosos de esta problemática también proponen acciones para la familia, ejercicios y juegos para el desarrollo de la motricidad, pero en ninguno de los casos se tiene en cuenta una metodología que permita para una mejor preparación de los profesores y a la familia en este sentido.

Los desafíos metodológicos, aunque impliquen la búsqueda de herramientas técnicas, por supuesto, deben ser asumidos con la definición de criterios y principios metodológicos que permitan estructurar toda una estrategia de trabajo: planificar, diseñar, ejecutar, evaluar y sistematizar procesos ordenados y coherentes que tengan una secuencia lógica acumulativa y que den por resultado una transformación cualitativa de la cual se partió.

La concepción metodológica para la solución de la problemática planteada comprende como componentes básicos:

1. Referentes teóricos de partida.
2. Caracterización del sistema de juegos y ejercicios a aplicar.
3. Momentos para la realización de los ejercicios.
4. Sistema de superación profesional: (sistema de métodos a utilizar para el estudio del desarrollo psicomotor de niños en edad de 3 a 4 años de edad)

Los referentes teóricos de partida comprenden:

a) Los principios didáctico-metodológicos de la Cultura Física, descritos por Calderón (2006) son:

- Principio de la conciencia – actividad.
- Principio sensorio-perceptual.
- Principio de la asequibilidad e individualización.
- Principio de la sistematicidad.
- Principio del aumento dinámico y gradual de las exigencias.

b) Sus principales leyes:

- Ley de la ejercitación.
- Ley de la unidad del organismo y el medio.
- Ley de la dependencia recíproca de los cambios cuantitativos y cualitativos que se operan en el organismo.
- Ley de la unidad de la teoría y la práctica.
- Ley del conocimiento sensorial y racional.

c) El concepto de ejercicio desde una mirada psicológica y didáctica.

Caracterización del sistema de juegos de roles y ejercicios a aplicar.

Los juegos de roles y ejercicios posibilitan la más plena incorporación de todas las partes del cuerpo en el movimiento, evitándose la unilateralidad de la carga, con lo cual se logra influir de forma generalizada en el organismo del niño. Sus principales características son:

- Los juegos deben permitir una libertad de acción, una naturalidad y un placer que es difícil de encontrar en otras actividades del niño.
- Deben propiciar estados emocionales positivos.
- Contribuirán a desarrollar la imaginación, la creatividad y las posibilidades psicomotrices, ya que en las actividades que reproducen los niños durante el juego siempre hay participación de su pensamiento.
- Estimularán la realización rápida y un esfuerzo físico en cada acción, de ahí que desarrollen las capacidades motrices.

- Se desarrollarán también capacidades intelectuales, aunque el aprendizaje mediante el juego nunca debe disminuir el disfrute y la independencia que tiene el niño al jugar.
- Las tareas intelectuales deberán estar relacionadas con los movimientos a ejecutar para no afectar el dinamismo del juego.
- Deberán mantener la motivación requerida a la edad del pequeño.

El docente siempre debe considerar y procesar la información que obtiene de la realización de los juegos y ejercicio por los niños.

La Concepción metodológica toma en cuenta los siguientes momentos para la realización de los juegos de roles y ejercicios:

1. Primer momento: Se le repetirá al niño la explicación de la tarea que deben desarrollar durante la actividad.
1. Segundo momento: Se le repite al niño la explicación de la tarea, al mismo tiempo que se hará una demostración de la misma.
2. Tercer momento: El familiar realizará la actividad junto con el niño.

Sistema de superación profesional:

La concepción metodológica del proceso de enseñanza aprendizaje del desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa Educa a tu Hijo se garantiza mediante un sistema de superación profesional para los profesores implicados. A continuación, se citan algunas propuestas:

Cursos de postgrado sobre:

- El desarrollo psicomotor de niños en edad de 3 a 4 años de edad.
- El Programa Educa a tu Hijo.
- Participación de la familia en el desarrollo psicomotor de los niños.
- Ejercicios y juegos para el desarrollo psicomotor de niños de 3 a 4 niños.

Entrenamiento metodológico sobre:

- La planificación y dosificación del Programa Educa a tu Hijo.
- La clase con niños de 3 a 4 años en el Programa Educa a tu Hijo.
- Los métodos y medios empleados en las clases.
- El trabajo con la familia.

Talleres de intercambio sobre el desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa Educa a tu Hijo.

- Eventos nacionales y provinciales sobre el desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años de edad del Programa Educa a tu Hijo.

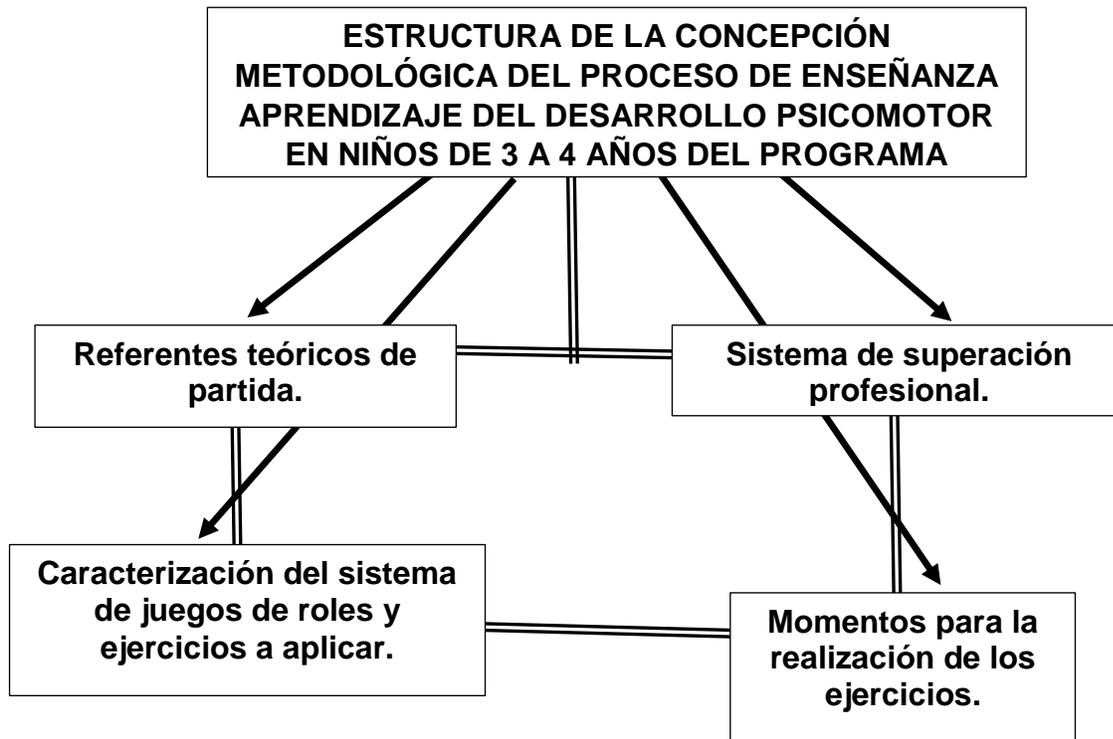
- Conferencias especializadas sobre la temática.

Estudios de Maestría

- La preparación del docente para el desarrollo psicomotor de los niños de 3 a 4 años del Programa Educa a tu Hijo.

Tesis de doctorado sobre el tema.

La Concepción metodológica se representa de la siguiente forma:



Esta concepción teórica es el principal sustento de una Metodología para el desarrollo psicomotor de niños entre 3 y 4 años del Programa Educa a tu Hijo, elaborada con el objetivo de preparar a los profesores y familias para estimular el desarrollo psicomotor en los niños de 3 a 4 años del Programa Educa a tu Hijo a través de las diferentes actividades conjuntas.

La Metodología fue organizada en cuatro etapas:

- Etapa 1: Diagnóstico.
- Etapa 2: Planificación.
- Etapa 3: Ejecución.
- Etapa 4: Evaluación.

En cada etapa se precisaron objetivos y acciones para su desarrollo.

Etapa de diagnóstico.

Objetivos:

- Determinar los indicadores del diagnóstico a realizar.

- Detectar los logros y dificultades que presentan los niños en el desarrollo psicomotor.
- Esclarecer las causas de aparición de las dificultades.
- Determinar las potencialidades de desarrollo que tienen los niños.

Acciones:

- Precisar como indicadores (los utilizados en el diagnóstico de la investigación):
 - Desarrollo psicomotor de los niños.
 - Amplitud y fluidez de los ejercicios.
 - Preparación de los profesores.
 - Contribución de la familia.
- Observar las actividades conjuntas del Programa Educa a tu Hijo.
- Aplicar la prueba de medición de la psicomotricidad de los niños.
- Entrevistar a los profesores.
- Encuestar a la familia.
- Constatar el conocimiento que poseen los profesores sobre la concepción metodológica.
- Taller de intercambio con los profesores acerca de su conocimiento de la Concepción metodológica y criterios favorables o desfavorables sobre la aplicación de actividades para el desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa Educa a Tu Hijo.

Etapas de planificación.

Objetivos:

- Analizar los resultados obtenidos con el diagnóstico correspondiente a la etapa anterior.
- Proyectar las actividades a realizar para resolver los resultados negativos que se hayan obtenido en el diagnóstico.
- Considerar las actividades a realizar con la familia, así como los juegos de roles y ejercicios con los niños para su desarrollo psicomotor.

Acciones:

- Realizar un análisis colectivo con los profesores para hacerles conocer los resultados obtenidos en el diagnóstico.
- Efectuar una breve reunión con la familia para que conozcan los resultados diagnósticos importantes para ella.
- Planificar, en correspondencia con los resultados del diagnóstico, la realización de una conferencia especializada con la familia para ofrecer orientaciones que enriquezcan su preparación y participación en el Programa Educa a Tu Hijo.

- Determinar los juegos de roles y ejercicios más convenientes a aplicar para el desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa Educa a Tu Hijo.

Etapa de ejecución.

Objetivos:

- Preparar a la familia para la aplicación de los juegos de roles y ejercicios con los niños.
- Ejecutar los juegos de roles y ejercicios que contribuyen al desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa Educa a Tu Hijo.

Acciones:

- Realizar una actividad con la familia que la prepare para la aplicación de los juegos de roles y ejercicios con los niños.
- Aplicar los siguientes juegos de roles para el desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa Educa a Tu Hijo:

1. Juego motriz: paseo por el zoológico.

- Habilidades a desarrollar: caminar, el tiempo de trabajo es 15 a 20 minutos de 3 a 4 repeticiones y dos frecuencias semanales.
- Habilidades del lenguaje: cantar

Desarrollo de la actividad: el profesor explica un viaje imaginario al zoológico caminando donde los niños deben hacer diferentes sonidos o movimientos de animales, deben desplazarse en diferentes direcciones. Este juego implica:

- Complejidad del ejercicio: deben caminar hacia el frente, hacia al lado, hacia atrás.
- Familiarizar al niño con el juguete.
- Describir el juguete.
- Actividad motriz.
- Reglas: caminar por un plano inclinado y regresar corriendo.
- Medios a utilizar: juguetes, láminas y video.

2. Juego motriz la playa y el cangrejo.

- Habilidades a desarrollar: Cuadrupedia y reptar.

Desarrollo de la actividad: el profesor explica a través de una situación de imagen un paseo a la playa hace énfasis en el movimiento del cangrejo y su desplazamiento apoyándose en este contexto, explica las habilidades y con una canción incentiva al niño la ejecución de la actividad. Este juego implica:

- Familiarizar al niño con el juguete.
- Describir el juguete.

- Actividad motriz.
- Medios a utilizar: canción el cangrejito salió a pasear y juguetes.
- Complejidad del ejercicio: realizar la Cuadrupedia al frente, atrás, luego arrastrarse y regresar en reptar.
- Reglas: Variante: regresar corriendo.

3. Juego motriz el pelotero.

- Habilidades a desarrollar: correr y capturar.

Desarrollo de la actividad: el profesor enseña una foto de un juego de pelota, le explica que a la hora de batear deben de correr a la voz o señal del profesor, le dibuja las bases en el terreno, le demuestra cómo deben de correr y capturar la pelota. Este juego implica:

- Familiarizar al niño con el juguete.
- Describir el juguete.
- Realizar la actividad motriz.
- Complejidad del ejercicio: la habilidad se enfatiza en la coordinación de brazos y piernas.
- Medios a utilizar: láminas, pedazos de cartón como base.
- Reglas: Variante: lanzar, correr, y capturar.

4. Juego motriz lanzando peces.

- Habilidades a desarrollar: lanzar.
- Familiarizar al niño con el juguete.
- Describir el juguete.
- Realizar la actividad motriz.

Desarrollo de la actividad: realizar un paseo al acuario a través de una lámina donde se tiene que alimentar los peces en un estanque lanzándole comida según la habilidad mostrada por el profesor para ser ejecutada por los niños.

- Medios a trabajar: un cajón sueco o caja de cartón, pececitos de cartón y juguetes plásticos.
- Reglas: variante: lanzar, correr, y capturar.
- Complejidad del ejercicio: lograr lanzar al cajón con una mano, con dos, de frente, de espalda, a una distancia de 5 cm.

5. Juego motriz: caballito moro.

- Habilidades a desarrollar: trepar.
 - Familiarizar al niño con el juguete.
 - Describir el juguete.
 - Realizar la actividad psicomotriz.

Desarrollo de la actividad: se les incita a que se imaginen montados en el caballo de Elpidio Valdés y necesitan bajarse del mismo de la forma explicada y demostrada por el profesor.

- Medios a utilizar: lámina, tronco, o un cajón sueco.
- Complejidad del ejercicio: lograr treparse al medio.
- Reglas: regresar caminando.

6. Juego motriz: el helicóptero.

- Habilidades a desarrollar: escalar.
- Habilidades del lenguaje. Cantar canciones cortas, hablar, describir, narrar.
- Familiarizar el niño con el juguete.
- Describir el juguete.
- Realizar la actividad motriz.

Desarrollo de la actividad: hacer un viaje imaginario en un helicóptero que los llevara a dar un paseo, pero para eso deben subir una escalera, el profesor les orienta la ejecución de la actividad.

- Medios a utilizar: escalera o espaldera, llevarlos a un parque.
- Complejidad del ejercicio: que logran escalar la escalera.
- Reglas: Subir y bajar la escalera.

7. Juego motriz: el saltarín.

- Habilidades a desarrollar: saltar.
- Describir el juguete.
- Realizar la actividad motriz.

Desarrollo de la actividad: el profesor utiliza los procesos imaginarios y les dice que tienen que descubrir dónde está el conejo y que cada uno debe saltar como es.

- Complejidad del ejercicio: realizar un salto hacia arriba, hacia el frente, con cada pierna.
- Medios a utilizar: láminas, juguetes y canción.
- Reglas: saltar en pareja y regresar corriendo.

Desarrollar con los niños los siguientes ejercicios para el desarrollo psicomotor:

- En Educación Física si la motivación está relacionada con un paseo por el campo se invitará a los niños a caminar, a recoger los frutos de un árbol abriendo las manos para cogerlos y cerrarlas desprendiéndolo del árbol.
- En nociones elementales de Matemática, si la motivación está referida a la visita de los deportistas, para que los niños seleccionen los colores que llevarán en sus trajes al finalizar

la actividad se les propondrá tomar uno por uno los materiales utilizando solamente el dedo índice y el pulgar para que los deportistas vean lo bien que ellos lo hacen caminando.

- En Lengua Materna si la motivación está relacionada con el día de las madres se les propone a los niños confeccionar algún objeto para regalar a mamá.

Etapa de evaluación

Objetivo: Evaluar los resultados obtenidos con los juegos y ejercicios aplicados para el desarrollo psicomotor de los niños.

Acciones:

- Evaluar el desarrollo psicomotor obtenido por los niños con la aplicación de los juegos de roles y ejercicios mediante la prueba de medición de la psicomotricidad.
- Realizar un análisis comparativo con relación a los resultados obtenidos en la etapa diagnóstica.
- Precisar los aspectos del desarrollo psicomotor de los niños que se deben continuar trabajando.
- Considerar el rol desempeñado por la familia en la aplicación de la Metodología.
- Determinar qué nuevas acciones realizar para mejorar el papel de la familia y el desarrollo psicomotor de los niños.

La Metodología para el desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa Educa a Tu Hijo posee también un carácter de sistema, pues sus propósitos sólo pueden alcanzarse a través del conjunto de los elementos que la constituyen y sus relaciones, lo que es imposible lograr con la mera suma independiente de cada uno de ellos.

Se realizó un pre experimento para valorar la factibilidad de los principales resultados teóricos y prácticos de la investigación cuyos resultados.

A partir de los indicadores utilizados para la evaluación de los resultados obtenidos con la aplicación de la metodología, la misma permitió elevar la preparación de profesores y familia para ejecutar el Programa Educa a Tu Hijo y elevar el desarrollo psicomotor en niños de 3 a 4 años del Programa.

También se realizaron talleres de opinión crítica con profesores y la familia, los que confirmaron los resultados del pre experimento y corroboraron los avances logrados en el desarrollo psicomotor de los niños y una preparación más elevada de profesores y familiares para contribuir a ello.

Conclusiones

Los referentes teóricos de la investigación realizada permitieron valorar la importancia del proceso de enseñanza aprendizaje del desarrollo psicomotor entre 3 y 4 años del Programa Educa a Tu Hijo, lo que fue enriquecido con la concepción metodológica aportada en la investigación que permitió una caracterización de los juegos de roles y ejercicios a aplicar con los niños y otros aspectos de importancia para su desarrollo psicomotor.

Esta concepción sustentó teóricamente la metodología para el desarrollo psicomotor en niños de 3 y 4 años pertenecientes al Programa Educa a tu Hijo, la que permitió potenciar la formación integral de los mismos, así como la mayor preparación de profesores y familia.

En la investigación se demostró la factibilidad de ambos aportes, teórico y práctico.

Referencias bibliográficas

- Balderrama, J. y otros. (2015). Activación física y deporte: su influencia en el desempeño académico. Revista Ra Ximhai, Vol. 11, No. 4, julio-diciembre. Universidad Autónoma Indígena de México. ISSN: 1665-0441 raximhai@uaim.edu.mx
- Barbosa, S. y otros. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. Revista Katharsis, N 25, enero-junio 2018. Disponible en <http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis>
- Bermúdez, et al. (2004). La personalidad: su diagnóstico y su desarrollo La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Calderón, C. y otros. (2006). Teoría Y Metodología de la Educación Física. (Tomo I). La Habana. Editorial Deportes.
- González, C. (2001). La motricidad infantil de 1 a 6 años, Educación física preescolar. Barcelona. Editado por INDE.
- Ibarra, S. y otros. (2015). Propuesta de ejercicios para mejorar la efectividad de las habilidades defensivas en boxeadores juveniles. Revista Española de Educación Física y Deportes, 411
- INDER. (2012). Publicación del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. <http://www.jit.cu/NewsDetails.aspx?idnoticia=45526> Consultado 1 de mayo de 2020.
- Muñiz, B. (2010) Propuesta de actividades para el desarrollo de la motricidad fina en los niños de cuarto ciclo. Disponible en: <http://www.efdeportes.com>. Revista Digital. Buenos Aires.
- Obando, A. (2018). La personalidad en los deportistas de alto rendimiento. Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Ecuador. OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma. Vol.15, Núm. 48. Edición especial. ISSN: 1817-9088. RNPS: 2067.

- Pérez-Santana, H. (2020). Tabla de progresión atlética de los nadadores de la ESFA “Giraldo Córdova Cardín”. Revista Teoría y práctica de los Deportes.
- Pirazán, M. y otros. (2020). Efectos de un programa de entrenamiento concurrente sobre el perfil antropométrico y la fuerza muscular en un grupo de jóvenes universitarios. Revista Actividad Física y Deporte. Artículos de investigación científica y tecnológica Vol. 6 Núm. <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1420>
- Rubinstein, J. (1967). Principios de Psicología General. La Habana. Instituto del Libro. Edición Revolucionaria.
- Vigotsky, S.L. (1987). Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores. La Habana. Cuba. Editorial Científico Técnica.