

Original Recibido: 18/05/2023 | Aceptado: 18/08/2023

Actividades físicas recreativas para preparar a la familia en el desarrollo motor en niños

Recreational physical activities to prepare the family for motor development in children

Yanneris Castellanos Zamora. Licenciado en Cultura Física. Máster en Actividad Física Comunitaria. Profesor Instructor. Dirección Municipal de Deportes de Tercer Frente, Santiago de Cuba. ORCID: [\[yanneris.castellanos@inder.gob.cu\]](mailto:yanneris.castellanos@inder.gob.cu)^{ID}

Wilfrido González La O. Licenciado en Cultura Física. Máster en Actividad Física Comunitaria. Profesor Asistente. Dirección Municipal de Deportes de Tercer Frente, Santiago de Cuba ORCID: [\[gonzalezlaowilfredo@gmail.com\]](mailto:gonzalezlaowilfredo@gmail.com)^{ID}

Aliennis Jerez Rodríguez. Licenciado en Educación. Circulo Infantil de Tercer Frente, Santiago de Cuba [\[jerezrodriguezaliennis@gmail.com\]](mailto:jerezrodriguezaliennis@gmail.com)^{ID}

Frank Cabrera Aguilar. Ingeniero Agrónomo. Máster en Ciencia de la Educación. Profesor Instructor. Centro universitario Municipal de Tercer Frente, Santiago de Cuba. [\[cabreraaguilarfrank@gmail.com\]](mailto:cabreraaguilarfrank@gmail.com)^{ID}

Resumen

En la investigación realizada se aborda la estimulación del desarrollo motor de los niño/as del 5to año de vida a partir de un conjunto de actividades físicas recreativas, y la importancia de la preparación de la familia. El objetivo está dirigido a proponer un conjunto de actividades físicas recreativas que contribuyan a potenciar la preparación de la familia del programa Educa a tu Hijo de los niño/as del 5to año de vida. Fueron utilizados como métodos de investigación los siguientes: análisis-síntesis, inductivo-deductivo, la revisión documental la observación, la encuesta, la entrevista y la distribución empírica de frecuencias. El estudio realizado demostró las insuficiencias y potencialidades que se presentan durante el proceso educativo en esta etapa, además de la necesidad y la atención especialmente dirigida a potenciar la preparación de la familia bajo la orientación de los ejecutores y demás personas que tienen su influencia sobre estas, para la intervención educativa vinculada al desarrollo de la actividad motriz, lo que repercutirá



favorablemente en el crecimiento saludable de los pequeños. El conjunto de actividades físicas recreativas que se propone en la presente investigación está conformado por secciones de actividades para el trabajo con las diferentes habilidades motrices básicas, como caminar, correr, escalar, saltar, lanzar y trepar, con sugerencias de objetivos, medios y sugerencias metodológicas. Esta propuesta, en manos de los ejecutores y de las familias participantes en el programa Educa a tu Hijo, constituye una vía para la preparación de estos factores en la educación integral de los niño/as del 5to año de vida.

Palabras clave: Preparar a la familia; actividades físicas recreativas; programa Educa a tu Hijo; niños del 5to año de vida.

Abstract

The research carried out addresses the stimulation of the motor development of children of the 5th year of life from a set of recreational physical activities, and the importance of family preparation. The objective is aimed at proposing a set of recreational physical activities that contribute to enhancing the preparation of the family for the Educa a tu Hijo program for children in the 5th year of life. The following were used as research methods: analysis-synthesis, inductive-deductive, documentary review, observation, survey, interview and empirical distribution of frequencies. The study carried out demonstrated the insufficiencies and potentialities that are presented during the educational process at this stage, in addition to the need and attention especially aimed at promoting the preparation of the family under the guidance of the executors and other people who have their influence on them, for the educational intervention linked to the development of motor activity, which will have a favorable impact on the healthy growth of children. The set of recreational physical activities proposed in this research is made up of sections of activities for work with the different basic motor skills, such as walking, running, climbing, jumping, throwing and climbing, with suggestions for objectives, means and suggestions. methodological. This proposal, in the hands of the executors and families participating in the Educa a tu



Hijo program, constitutes a way to prepare these factors in the comprehensive education of children in the 5th year of life.

Keywords: Prepare the family; recreational physical activities; Educate your Son program; children of the 5th year of life.

Introducción

La Revolución cubana a través de la cultura física ha logrado promover la práctica sistemática de actividades físicas de manera que constituya parte de la cultura general de cada individuo, así como el desarrollo social, propiciando el aumento de los niveles de salud, esparcimiento y capacidad física como factores indispensables en la utilización de todas las capacidades de los individuos. Cada uno independientemente de su condición social, modo de vida particular, merece una atención social sustentada en la única y verdadera condición: La condición de ser humano donde nuestro país es ejemplo para el mundo. El proyecto social cubano tiene como objetivo satisfacer las necesidades materiales y espirituales del hombre en todas las esferas de la vida, influyendo de forma positiva en su cultura.

Es importante reconocer el papel que han jugado en Cuba las diferentes organizaciones y organismos en función de lograr el objetivo anterior, donde se destaca el Ministerio de Educación y dentro de este la enseñanza preescolar en todas sus edades incluyendo las dos alternativas, institucional y no institucional, la que responde a una concepción pedagógica única, acerca de la educación de los niño/as del 5to año de vida, su formación y desarrollo fundamentado en una concepción filosófica y martiana.

Las educadoras al dirigir la actividad deben poseer habilidades, pues sin ellas no se logra propiciar el surgimiento de iniciativa en los niño/as; ellas deben de poseer arte pedagógico y ser capaces de atender simultáneamente la actividad individual y la colectiva. Además deben crear situaciones en correspondencia con los intereses de los niños y que a la vez influya de manera positiva en diversos aspectos de su desarrollo físico. (Franco 2013 p. 65)



Por tanto, las condiciones en que se desarrollan los niño/as en el ámbito social y la educación en todo el desarrollo de la personalidad del niño en general, de cómo se eduque, del sistema de enseñanza y educación desde sus primeros años de vida, ya sea en las condiciones de vida familiar o en una institución educativa, así será su personalidad.

En este sentido la familia cubana como célula primaria de la sociedad tiene la responsabilidad de formar integralmente a todos sus miembros con énfasis en los niño/as, para ello está obligada ante ella a concluir el proceso de formación moral, físico y espiritual de estos. La familia educa en todo momento de manera consciente o inconsciente, con sus particularidades y modos de vida propios, de esta forma cumple su función educativa en la sociedad.

Por lo que, al orientar a la familia en relación con la educación de sus hijos, debemos considerar sus potencialidades más funcionales; y cómo estas pueden preponderar una adecuada satisfacción de las necesidades del desarrollo y crecimiento sano de sus hijos, lo cual se genera.

Estudios realizados en Cuba y en nuestro municipio sobre familia (Arés (2000), Arias (2002), Castro (1999), Núñez (2000), Román (2007); Castro (2009) resaltan que la familia es la institución más importante para el desarrollo de los niño/as en las primeras etapas de su vida; es decir, en su seno llegan al mundo, va adquiriendo sus primeros valores, normas de comportamiento, sentimientos, lo que influye en el desarrollo de su personalidad.

En los años 1991-1992 se inicia la implementación a nivel nacional del programa Educa a tu hijo, avalado por los resultados obtenidos durante la investigación en varios de los municipios seleccionados para su aplicación, que daba solución al problema de la cantidad de niño/as que no podían beneficiarse con la atención educativa desde las primeras edades (aproximadamente el 70%). Este programa persigue como objetivo “Preparar a la familia a partir de sus experiencias para realizar acciones educativas con sus hijos en las condiciones del hogar, y así estimular su desarrollo integral” (p3).



El programa cuenta con un grupo de ejecutores que proceden de diversos organismos de la comunidad, los cuales aún no poseen la suficiente preparación para dirigir dicha actividad; de igual forma sucede con la familia debido a su diversidad en cuanto a nivel cultural. Los monitoreos realizados al programa Educa a tu Hijo, así como los resultados de las investigaciones realizadas en las diferentes zonas de la nación, la provincia y el municipio sobre el desarrollo de los niño/as del 5to año de vida arrojan resultados que apuntan hacia la atención insuficiente que la familia presta al desarrollo físico motor de sus hijos, lo que repercute en que estos no desarrollen suficientemente las habilidades motrices básicas correspondientes a los logros del desarrollo en esta etapa y limita a los pequeños a ser cada vez más seguros e independientes en la realización de las diferentes actividades.

También existen dificultades en la orientación a la familia por parte de los ejecutores, para estimular acciones educativas dirigidas al desarrollo motor, a pesar de que se ha determinado como prioridad ministerial el trabajo educativo con los niño/as de estas edades y sus familias.

El objetivo es preparar a la familia para una mejor educación de los pequeños; por ello, los padres deben asistir a los dos encuentros semanales que se realizan en el cual se ejecuta la labor educativa en tres momentos, “el primer momento es de orientación a la familia, en el segundo se demuestra la actividad, y en el tercero, se le dejan acciones o tareas para el hogar” (Leyva y Concepción 2019 p. 4)

En este sentido (Roa p. 3 2019) plantea que: “este programa es una vía no institucional que prepara a los niños para enfrentar la conducta a seguir para tratar de mejorar a su hijo y, así, este pueda iniciar la enseñanza primaria con mayor nivel”.

Como resultado de los balances realizados en la dirección municipal del Instituto Nacional de Deporte y Recreación y del Consejo Popular de Matías así como por los grupos Coordinadores a diferentes niveles y del análisis de los resultados de las visitas efectuadas, se revela una serie de insuficiencias que aún existen en el trabajo educativo vinculado a la edad temprana, las cuales constituyen



preocupaciones y punto de partida en el estudio de la temática seleccionada, con relación a la reflexión anterior se resumen los siguientes aspectos: La no sistematicidad y permanencia del representante, provoca la carencia de una orientación especializada de gran importancia en cuanto al desarrollo de las habilidades motrices en estas edades.

Con la consecuente permanencia del niño/as en el hogar bajo las influencias educativas de sus padres (principalmente de las madres), realza la necesidad de que estos reciban una mejor orientación por parte de los ejecutores, en relación con el desarrollo físico motor de sus hijos y que se logre la comprensión del valor preventivo que tiene el desarrollo de habilidades motrices como base para el desarrollo integral de los niño/as.

Eso significa que se debe exigir la construcción de conocimientos para que “el niño tenga la posibilidad de comprender de manera amplia su entorno y el mundo cotidiano en el que interactúa diaria y constantemente, con el fin de que en un futuro pueda actuar sobre su propia realidad”. (Escobar 2016) p.78)

Durante las actividades de preparación que brindan las promotoras a los ejecutores, se aborda insuficientemente el aspecto relacionado con la atención a las actividades vinculadas al desarrollo físico motor de los niño/as del 5to año de vida, haciéndose mayor énfasis en el desarrollo sensorial y del lenguaje.

En tal sentido, se deben emprender actividades con acciones de orientación que involucre a la familia en todas las esferas de su contexto y entornos sociales, donde se tenga en cuenta las diferencias de cada uno de los miembros que la integran, encaminados a guiarlas en cada uno de los procesos en la que se requiere tomar decisiones para la solución de problemas en la crianza de los hijos, y a su vez ayudarlos a promover una formación sana y armónica de la personalidad autónoma de los infantes.



Basado en ello, Arias (1988), citado por Torres (2019), plantea que “la familia y en especial los padres se constituyen como un “otro”, mediante el cual los niños... obtienen conocimientos, habilidades y capacidades... promueve su desarrollo”; si bien los “otros” constituyen agentes potenciadores para la formación y desarrollo del individuo, también los “otros” necesitan ser potenciados para desempeñar de una manera más óptima su función”. (pp. 83-84).

A pesar de que existen algunas actividades en los folletos del programa Educa a tu Hijo, estas aún son insuficientes para que puedan convertirse en recursos para el trabajo educativo cotidiano de los ejecutores y las familias que se orientan. Insuficiencias de investigaciones en el municipio, específicamente vinculadas al desarrollo físico motor de los niño/as del 5to año de vida.

El objetivo de esta investigación es elaborar un conjunto de actividades físicas recreativas que contribuyan a potenciar la participación de la familia del Programa Educa a tu Hijo para estimular el desarrollo físico motor de los niño/as del 5to año de vida.

La investigación realizada tiene una significación de orden práctico metodológico, ya que su introducción a la práctica educativa mediante el programa Educa a tu Hijo hará posible una mejor preparación familiar, a través de los ejecutores, para la atención al desarrollo físico motor de los niño/as del 5to año de vida, además de ser factible su aplicación en otros contextos. La actualidad de la investigación radica fundamentalmente en que se inserta en la línea de investigación de este trabajo relacionada con la evaluación del trabajo comunitario integrales de actividades físicas.

Materiales y métodos

En cuanto a los sujetos de la investigación: de un total de 13 familias con niño/as del 5to año de vida que conforma la población de la circunscripción No.25 de la zona 45 del Consejo Popular de Matías, donde fueron seleccionada 7 familias, lo cual representa el 53.84% de esa población del territorio en donde la situación económica de las familias es favorable en sentido general. El criterio de selección de la



muestra fue intencional. La intencionalidad estuvo dada por las siguientes razones: Las familias seleccionadas viven en una zona considerada con un desarrollo social adecuado. Las 13 familias tienen niño/as en edades del 5to año de vida y hay estabilidad de la promotora (más de cinco años de experiencia con resultados satisfactorios en su labor).

La investigación consta de tres etapas:

1. Diagnóstico
2. Elaboración y aplicación
3. Valoración

Los métodos y técnicas utilizados fueron el analítico-sintético, el inductivo-deductivo, la revisión documental, la observación, la encuesta, la entrevista y la distribución empírica de frecuencias.

En la primera etapa de investigación los métodos utilizados fueron:

En la observación directa a actividades: Para constatar el estado actual de preparación de la familia del programa Educa tu Hijo del 5to año de vida.

En la segunda etapa de investigación los métodos utilizados fueron:

La revisión documental, el inductivo-deductivo y el analítico-sintético, estos se utilizaron a partir de la encuesta realizada en la etapa anterior y los elementos esbozados en la introducción. También se emplearon en la confección de las actividades físicas recreativas y la distribución empírica de frecuencias, la cual permitió ilustrar el análisis y valoración de todos los datos obtenidos.

El otro método utilizado fue el pre experimento, el cual se realizó en condiciones naturales, durante un período de tiempo de dos meses (septiembre-octubre 2022), con dos frecuencia semanal y 30 minutos de duración cada una.

En la tercera etapa de investigación los métodos utilizados fueron:



La observación, la cual se realizó con el objetivo de valorar la implementación de las actividades físicas recreativas en los niño/as del 5to año de vida.

La encuesta se les realizó a las familias con el propósito de determinar si las actividades físicas recreativas propuestas cumplieron las expectativas, las preguntas fueron las mismas que se realizaron en la encuesta de la primera etapa de la investigación.

Análisis y discusión de los resultados

Como resultado de las observaciones realizadas se pudo comprobar que fueron observadas 5 actividades donde se pudo constatar que el 85.71% no se realizan actividades físicas recreativas que contribuyen al desarrollo de las habilidades motrices básicas y el 14.29% lo realiza a veces lo que demuestra dificultades por parte de las ejecutoras.

En lo que respecta a la preparación de las familias para desarrollar actividades físicas recreativas con sus hijos se pudo observar que el 71.42% no posee la preparación necesaria para ejecutar con la calidad que se requiere las mismas y el 28.58% a veces manifiesta la preparación en este sentido.

Por otro lado el 100% de las familias no muestran motivación para el desarrollo de la actividad evidenciando el poco interés hacia la actividad que se realiza y no se les estimula lo suficientemente.

En el aspecto 4 se pudo constatar que en el 100% de las actividades que se observaron no se orienta a la familia como estimular las habilidades motrices básicas a partir de las actividades físicas recreativas, resultados que apuntan hacia la insuficiente orientación a la familia por parte de los ejecutores.

En la encuesta realizada a la familia de un total de 7 familias para obtener información sobre la preparación que poseen para estimular el desarrollo físico motor en sus niño/as a partir de las actividades físicas recreativas, se pudo constatar que el 71.42% a veces participa y el 28.58% no participa. Esta respuesta demuestra que la participación de la familia en el programa es Insuficiente, justifican la



participación con los problemas personales, lo que limita las posibilidades que brinda el Programa para recibir orientaciones.

En el otro aspecto el 100% de las familias encuestadas considera que su preparación para contribuir al desarrollo de habilidades motrices básicas en sus hijos es mala, todo esto demuestra que no se planifican acciones encaminadas a lograr el fin de este programa.

Así mismo al referirse a su valoración acerca de las orientaciones que recibe sobre el tema del desarrollo de las habilidades motrices básicas mediante las actividades físicas recreativas expresa el 100% que es insuficiente.

En lo que concierne a la realización de actividades físicas recreativas encaminadas al desarrollo físico motor de sus hijos el 57.14% expresan que a veces efectúan estos tipos de actividades y el 42.86% que no la realizan, esto da la medida que no se utilizan todas las potencialidades por parte de las familias para el desarrollo de estas habilidades con los niño/as en esta etapa del desarrollo.

En entrevista realizada a la promotora se pudo comprobar, sobre como planifican las actividades del programa del 5to año de vida, la realizan teniendo en cuenta las orientaciones que recibe a través del Programa Educa a tu Hijo no incorporando actividades físicas recreativas que ayudan a que la familia se sienta motivada a participar en estas. Sobre las orientaciones que recibe plantea que estas son a través del Grupo Coordinador del Consejo popular. En la participación de la familia y su asistencia a la actividad expresa que la familia no es sistemática en su asistencia en muchas ocasiones envía al niño/as con otra persona y esto trae consigo que no se cumpla correctamente con las actividades planificadas además que no recibe la familia la información requerida para el trabajo en el hogar. Sobre si se apoya o no con los factores de la comunidad para elaborar las actividades plantea que en ocasiones si y en otras no.

Fundamentación de la propuesta



Es importante tener en cuenta que en el desarrollo de la propuesta de actividades que cada una cuenta con la estructura siguiente: Actividad, objetivo, medios, contenido y las sugerencias metodológicas.

Las actividades que se deben de realizar hay que tener en cuenta que no produzca fatiga, excitación y cansancio, no convirtiéndose en un entrenamiento constante y sistemático, sino que las mismas se conviertan en momentos de alegría y satisfacción para ellos siendo por tanto la propuesta de actividades sencillas y ricas en creatividad.

Sección I. Actividad física recreativa para el desarrollo de la habilidad caminar.

Actividad # 1 Alto como el pino. Objetivo: Caminar en puntas de pie. Medios: Claves y maracas.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Como mi Mamita voy a caminar, me pongo tacones sin mirar atrás, estoy elegante, tú me puedes ver, sigue ahora conmigo, vamos para allá. Camino y me agacho y me vuelvo agachar, así pequeñito como un enanito y vuelvo hacer grande como mi Mamá.

Sugerencias metodológicas: Con esta canción motivaremos a los niño/as a que realicen la habilidad de caminar en puntas de pies por todo el patio de la casa con los brazos extendidos hacia el lateral para que logren mantener el equilibrio. También pueden decirle que van a ponerse grande como su papa o como su Mamá. Otro aspecto importante es que cuando el niño se vaya a agachar las manos deben ir en la cintura para que mantengan el equilibrio. Este ejercicio lo pueden realizar libremente por todo el espacio que disponen.

Actividad # 2 Vamos a caminar. Objetivo: Caminar sobre líneas dibujadas en el piso en una dirección. Medios: tizas, banderas y una tarjeta con la canción .



Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Por esta línea voy a caminar muy despacito la voy a pasar y si gano, seré el mejor.

Sugerencias metodológicas: Se puede hacer un trencito o cada uno formando dos filas intentará pasar por encima de la línea y así caminar, entonando la canción. Al final de cada línea se ubica una banderita y se estimula por diferentes maneras los que resulten ganadores. Caminar sobre las líneas dibujadas en el piso por los padres. Todos los niño/as deben caminar en una misma dirección para realizar esta actividad los mismos pueden extender las manos para mantener el equilibrio o no. Los niño/as pueden caminar uno detrás de otro y realizar el trencito, con esto se está contribuyendo a que los niño/as posteriormente puedan situarse en alineaciones, como hileras.

Actividad # 3 Vamos a caminar sin hacer ruido.

Objetivo: Caminar en puntas de pies.

Medios: claves y una tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: En puntas de pie camino yo, y voy a tocar a mi amigo el Sol. Luego despacito me agacho y respiro el perfume de la flor.

Sugerencias metodológicas: Todos los niño/as se desplazaran por el área seleccionada. Otro aspecto es que cuando el niño/as se vaya a agachar las manos deben ir en la cintura para que mantengan el equilibrio. Esta actividad la pueden realizar libremente por todo el espacio que disponen. Con la canción que se tiene prevista motivaremos y estimularemos a los niños que caminan en puntas de pies por todo el patio de la casa o el área seleccionada con mejores resultados.

Actividad # 4 Gigantes y enanitos. Objetivo: Caminar en puntas de pie, en posición de agachados.

Medios: sonajeros.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Unas veces soy muy grande y otras veces pequeñito. Me parezco un enanito y otras veces a un gigante.



Sugerencias metodológicas. Los niño/as deben, desde la posición de agachados, caminar en puntas de pie motivándolos como si fueran unos enanitos. Deben estar en la posición de cuclillas y con las manos en la cintura. Insistir en caminar después por todo el espacio disponible.

Sección II. Actividad física recreativa para el desarrollo de la habilidad correr.

Actividad #5 Corre, que te atrapo. Objetivo: Correr disperso. Medios: claves.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: El conejo de Pedrito, corre rápido y ligerito. Qué bonito sus colores, no lo vez, está en las flores.

Sugerencias metodológicas: La carrera se realizará en el espacio disponible del hogar, este ejercicio también se puede realizar en un parque o cualquier otro lugar donde se creen las condiciones. Se debe orientar bien a los niños para que corran en diferentes direcciones. La carrera se realizará al compás de las claves (despacio y rápido).

Actividad #6 Vamos a correr. Objetivo: Correr de diferentes formas.

Medios: Caminos dibujados en el piso, juguetes, banderitas y una tarjeta con las canciones.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Corro hacia delante, para el trencito coger, me desvió hacia este lado, porque la cola voy hacer.

Sugerencias metodológicas: Los niño/as realizarán la carrera hacia las banderitas ubicadas en un área seleccionada. Las líneas o caminos trazados en el piso pueden ser rectos, inclinados o curvos para que el niño/as realice el cambio de dirección, aunque se le puede permitir que realice el cambio hacia donde él desee respetando su independencia. Deben cumplir las órdenes que se les dan en la canción y al final, puede caminar por todo la casa.

Actividad #7 Vamos a correr como un caballito. Objetivo: Correr lenta y rápidamente.

Medios: Claves, un palo y una tarjeta con la canción.



Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Troto como un caballito, mira qué bien lo sé hacer, rápido o despacito y vuelvo al pasto a correr.

Sugerencias metodológicas: Los niño/as pueden correr al compás de las claves (despacio y rápido). El niño/as debe cumplir las órdenes que se le dan en la canción (al comienzo la carrera será suave y al final de la canción es cuándo comenzarán a correr más rápido).

Actividad # 8 Vamos a correr como un gatito. Objetivo: Correr libremente.

Medios: silbato y una tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Somos unos gatos negros que huimos de nuestra mamá, cuando nos encuentren debemos de regresar.

Sugerencias metodológicas: La persona encargada de la actividad (mamá gata) cierra los ojos e inmediatamente los gatitos (niño/as) empezaran a correr libremente por el local o el área seleccionada. Al sonido del silbato comienzan a correr al lado de ella.

Sección III. Actividad física recreativa para el desarrollo de la habilidad de reptar.

Actividad # 9 Soy un gusano y mira como me arrastro. Objetivo: Reptar libremente.

Medios: cordeles y una tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Como una serpiente me voy a arrastrar, junto a mi hermanita yo quiero jugar.

Sugerencias metodológicas: Los niño/as alternarán los movimientos de brazos y piernas; para ello la familia tendrá en cuenta la disposición que tiene el niño/as para realizar la actividad. Con esta actividad la familia contribuye a desarrollar en los niño/as la coordinación de los movimientos.

Actividad # 10 Me arrastro por el piso. Objetivo: Reptar con obstáculos.

Medios: mesas, tablas, bancos y algún juguete para motivar.



Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Por debajo de las sillas yo quiero pasar pero sin tocarlas, pues quiero ganar.

Sugerencias metodológicas: La reptación desarrolla la coordinación de los movimientos, por ello es necesario que la familia insista y si es necesario que demuestre (realización conjunta, cuestión esta que estimulará al niño/as para que alterne el movimiento de brazos y piernas). Al utilizar obstáculos para pasar por debajo, la altura de los mismos deberá ser de aproximadamente de unos 20cm.

Sección IV. Actividad física recreativa para el desarrollo de la habilidad de lanzar.

Actividad 11: Lanzando y cogiendo. Objetivo: lanzar una pelota.

Medios: pelotas, bolos o pomos plásticos y una tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Veo los bolos delante y la pelota lanzaré luego correré a cogerla y a mi amigo la daré.

Sugerencias metodológicas: El lanzamiento con una mano y con dos manos a un objeto en el piso, a la altura de la vista en lo alto, a otro niño/as, la distancia aproximada es de 1 a 150 cm. A través de esta actividad se desarrolla la coordinación y la orientación, es importante que cada uno trate de recibir la pelota lanzada por el compañero. Entre cada espacio con cada uno de los participantes la responsable de la actividad, cantará la canción prevista como una manera de estimular la participación de los niño/as.

Actividad # 12 Vamos a lanzar. Objetivo: Lanzar pelotas alternando el movimiento de las manos.

Medios: pelotas.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Lanza la pelota, mira qué bien lo sé hacer, con una mano primero y con la otra después.

Sugerencias metodológicas: Los niño/as lanzarán con una mano de forma alterna, primero libremente y después el adulto lo estimulará para que se la lance.



El lanzamiento con una mano y dos manos se puede hacer de diferentes formas: por encima de la cabeza, del hombro, desde el pecho y desde abajo. Hacia diferentes direcciones: hacia delante, arriba, detrás, abajo (rebote).

Actividad # 13 Vamos a lanzar la pelota hacia la pared. Objetivo: Lanzar y capturar pelotas.

Medios: Pelotas de diferentes diámetro (de tenis de campo o de otro tipo que sea capaz de rebotar.) y una tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Coge la pelota que Pedrito rodará cógela, no la sueltes para que la vuelvas a lanzar.

Sugerencias metodológicas: A través de los ejercicios de lanzar se desarrolla la coordinación, orientación y flexibilidad. En estas edades es necesario ejercitar previamente al niño/as en sostener y trasladar la pelota, saquitos rellenos, juguetes pequeños u otros objetos, realizándolo primero con una mano y después con la otra. Con posterioridad lanzará con una mano de forma alterna, primero libremente y después el adulto lo estimulará para que se la lance. En dependencia de las vivencias y el desarrollo alcanzado por los niño/as se estimularán e introducirán las variantes: de diferentes formas y hacia diferentes direcciones. Para realizar esta actividad se pueden colocar de frente a sus padres, hermanos y u otros familiares, recuerde que es muy importante que la pelota sea capturada.

Sección V. Actividad física recreativa para el desarrollo de la habilidad de escalar.

Actividad # 14 Subiendo y bajando escaleras. Objetivo: Escalar una escalera.

Medios: escalera, (juguete y sonajero como estímulo en lo alto del implemento) y una tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: En la escalerita yo quiero jugar subiendo primero que mamá y papá.



Sugerencias metodológicas: Los escalamientos se desarrollan la coordinación de los movimientos, por lo que es importante insistir en que el niño/as alterne el movimiento de brazos y piernas al subir y bajar. Para realizar este ejercicio es necesario observar la disposición del niño/as, garantizar la seguridad y brindar protección y ayuda si es necesario.

Se utilizarán estímulos en lo alto del implemento para motivar a los niño/as. En la medida en que cada participante desarrolle la actividad se cantará, esto es un factor desde el punto de vista psicológico muy importante para que estos se sientan alegres y contentos, además deben utilizarse todas las variantes posibles para lograr que esta sea dinámica y socializadora.

Sección VI. Actividad física recreativa para el desarrollo de la habilidad de saltar.

Actividad # 15 Saltando y saltando. Objetivo: Saltar dispersos.

Medios: cuerdas, pequeños objetos, aros, marcas en el piso y la tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Salta el conejo salta muy alto, salta la rana cerca del charco.

Sugerencias metodológicas: Se realizará el salto con la parte anterior de los pies, caída con semiflexión y sobre una superficie suave. En la posición de cuchilla imitando a la rana el salto se hará apoyando las manos. Pueden realizar el salto con ambas piernas imitando al conejo por encima de obstáculos. Es recomendable que la responsable de la actividad realice una demostración de cómo se va efectuar el salto, utilizar la canción en todo momento para que los niño/as imiten a los animales que se escogen, además en el espacio intermedio puede utilizarse cuentos tradicionales acorde a la edad.

Actividad 16: Saltamos sobre el río. Objetivo: Saltar sobre un obstáculo.

Medios: cuerdas, pequeños objetos, aros, marcas en el piso y la tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Salto como un canguro este río grande, junto con mis amigos a la orilla poder estar.



Sugerencias metodológicas: Los niño/as formados en dos filas en el área separados ambos a una distancia prudencial, frente a cada uno se colocará un obstáculo que hará la función de río. Cuando el adulto diga a saltar el río, los participantes realizaran el movimiento de saltar con ambas piernas pasando el obstáculo, la persona responsable de la actividad iniciará la misma con la canción establecida. Ganará la fila el primero que haya pasado a todos los niño/as a la otra orilla del río.

Sección VII. Actividad física recreativa para el desarrollo de la habilidad de saltar y correr.

Actividad # 17 Saltamos y corremos en el campo. Los conejos y las ranas. Objetivo: Ejercitar las habilidades correr y saltar. Medios: tizas, aros, cuerdas, juguetes y la tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Tres conejos y tres ranas, fueron a jugar al río unos llevaban pececitos y otros panecillos empezaron a saltar por el borde del camino todos querían llegar de primero a su destino.

Sugerencias metodológicas: Trazar un círculo que se asemeje a un charco; a tres o cuatro metros, trazar la raya de donde los niño/as van a partir. Estará papá conejo que va a ser otro niño, quien dará la orden para comenzar a saltar. El papá conejo es quien va a dirigir este juego, por lo que debe ser un niño diestro, ágil y rápido.

Los niño/as van a tener en las manos objetos que representen los pececitos y los panecillos y los ponen en el charco, luego regresan corriendo y se colocan al final para que salga la otra pareja. El número de niño/as a jugar se decide de mutuo acuerdo y entonces se cambiará el primer verso en dependencia de la cantidad que juegan. Se formarán dos hileras para representar los equipos.

Actividad # 18: Saltamos, corremos y lanzamos en el campo. Combinando mis habilidades.

Objetivo: Correr, saltar y lanzar la pelota. Medios: pelota, bancos de pequeña altura y la tarjeta con la canción.



Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Yo corro, yo salto, y tú no me alcanzas, tiro la pelota y tú no la atrapas.

Sugerencias metodológicas: Este juego lo pueden ir realizando por equipos y los niño/as ir imitando lo que dice la canción y ganará el equipo que primero termine. También pueden participar los padres, con este juego contribuyen a la socialización de los niño/as, atendándose aspectos importantes para el desarrollo de su personalidad ya que a través de estos juegos el niño/as conoce cuáles son sus deberes y derechos, es decir las reglas que debe cumplir para el desarrollo exitoso del juego.

Actividad 19: Corremos y lanzamos en el campo. Objetivo: Lanzar y correr.

Medios: Flores, pelotas y una tarjeta con la canción.

Para el desarrollo de la misma se deben de apoyar en esta canción: Una flor para mi amiga corriendo le voy a llevar un beso grande me dará y corriendo voy a regresar.

Sugerencias metodológicas: Un grupo de niño/as se mantiene de pie formando un círculo mientras que otro niño se encuentra en el centro con una pelota en las manos. Cada uno tiene el nombre de una flor, incluido el del centro. Este rodara la pelota a la vez que dice el nombre de una flor, el niño que representa la flor corre al centro y trata de agarrar la pelota. Si lo logra, vuelve a su puesto y el niño del centro repite el proceder anterior diciéndole el nombre de otra flor, por ejemplo, mariposa.

Implementación de las actividades físicas recreativas para la preparación de la familia dirigida al desarrollo físico motor de los niño/as del 5to año de vida.

Las actividades se desarrollaron en un área de la comunidad que reúnen las condiciones para la contribución con la implementación y puesta en práctica de la misma creando las condiciones de apoyo como: la limpieza, eliminación de peligros. Se efectuó durante dos meses septiembre-octubre del 2022, con dos frecuencias semanales y treinta minutos de duración cada una.

La aplicación de los instrumentos en esta etapa final arrojó como regularidades.



- Se desarrollaron dos actividades por semana. (Con un total de 16 actividades en los dos meses).
- Las actividades desarrolladas propiciaron una mayor incorporación de la familia a las mismas.

Tabla # 1 Comparación de los resultados en la etapa Inicial y Final

Indicadores	Etapa Inicial		Etapa Final	
	1 mes		2 mes	
	Ca ntidad	%	Cantidad	%
Cantidad de actividades por semana	8	50	16	100
Participación de la familia en las actividades	5 a veces	71 .42	7 sistemáticos	100

En la tabla # 1, se puede observar que en la tercera etapa como resultado de las observaciones realizadas, se pudo comprobar que durante el primer mes las familias participaban a veces en las actividades, pero a partir del segundo mes las 7 familias, que constituyen el 100%, participaban de manera sistemática en las actividades implementadas. Entre las actividades se encontraban las 19 propuestas confeccionadas en esta investigación y otras creadas por las ejecutoras.

De estos resultados se puede inferir que:

-La puesta en práctica de la propuesta de actividades contribuyó notablemente a elevar la actitud consciente de las familias para enfrentar el desarrollo físico motor de los niño/as.

-Las familias lograron un nivel de motivación significativo en función de alcanzar los objetivos propuesto en esta etapa evolutiva del desarrollo.



-La propuesta de actividades en sentido general contribuyó significativamente a elevar la preparación de todas las personas que tienen que ver con la formación integral de los niño/as.

-La aplicación de la propuesta de actividades demostró que, cuando se es sistemático y se emplean actividades variadas y creativas, se despierta el interés de los participantes y estos hacen el mayor esfuerzo para superar sus deficiencias.

Tabla # 2 Comparación de los resultados en la etapa Inicial y Final

Preguntas	Inicial	Final
¿Participa usted en las actividades del Programa Educa a tu Hijo relacionada con el desarrollo físico motor de sus hijos?	Sí--- 0 No--- 28.58% A veces--- 71.42%	Sí--- 100% No--- 0 A veces--0
¿Cómo considera su preparación para contribuir al desarrollo de habilidades motrices básicas en sus hijos?	Muy buena--- 0 Buena--0 Mala--- 100%	Muy buena--- 71.42% Buena--- 28.58% Mala--- 0
Señale con una X su valoración acerca de las orientaciones que recibe sobre el tema del desarrollo de las habilidades motrices mediante las actividades físicas recreativas.	Suficiente----- Insuficiente---- -100%	Suficiente--- 100% Insuficiente---
¿Se efectúan actividades físicas recreativas encaminadas al desarrollo motor de sus hijos?	Si--0 No---42.86% A veces--- 57.14%	Si---100% No---0 A veces--0



En la tabla # 2, la encuesta realizada a la familia de la muestra objeto de estudio después de aplicada la propuesta, se pudo conocer que las 7 familias que representa el 100% participa en las actividades del Programa Educa a tu Hijo relacionada con el desarrollo físico motor de sus hijos.

En el aspecto 2, el 71.42% de las familias encuestadas considera que su preparación para contribuir al desarrollo de habilidades motrices básicas en sus hijos es muy buena, solo el 28.58% refiere que es buena, todo esto demuestra las ventajas que tiene la participación de estas en cuanto a la concepción del desarrollo físico motriz en estas edades.

En el aspecto 3, el 100% de las familias valora que es suficiente las orientaciones que recibe sobre el tema del desarrollo de las habilidades motrices básicas mediante las actividades físicas recreativas y en el aspecto 4, el 100% de las familias plantean que si se realizan actividades físicas recreativas encaminadas al desarrollo motor de sus hijos.

Al concluir el análisis realizado, se pudo constatar que las familias contribuyen con su ejemplo en el desarrollo integral del niño/as. La aplicación de estas actividades arrojó como resultado que las familias se encuentran en una etapa superior de preparación a la que poseían anteriormente para su incidencia en la labor educativa de sus hijo/as. En el desarrollo de las actividades conjuntas la asistencia de los niño/as y se observa mayor protagonismo por parte de estas durante los tres momentos de la actividad.

Conclusiones

El diagnóstico permitió conocer las principales dificultades que presentan las familias en la participación del programa Educa a tu Hijo, no se emplean variedad de actividades físicas recreativas que pueden desarrollar cotidianamente con sus hijos en el hogar para estimular su desarrollo motor, lo que también son insuficientes las orientaciones que reciben por parte de los ejecutores.



Se elaboró un conjunto de actividades físicas recreativas que contribuyó a potenciar la participación de la familia al Programa Educa a tu Hijo para estimular el desarrollo físico motor de los niño/as del 5to año de vida.

La aplicación del conjunto de actividades físicas recreativas propuestas fueron efectivas ya que constituyen una vía valiosa de conocimiento para las familias del programa Educa tu Hijo en niño/as del 5to año de vida.

Referencia bibliográfica

Arez Muzio, Patricia. Abriendo las puertas a las familias del 2000. Ciudad de La Habana: Editora Política Abril, 2000.

Arias Beatón, Guillermo. El conocimiento de los niños y sus familias. En reflexiones desde nuestros encuentros --Ciudad de La Habana: UNESCO, CELEP, 2002.

Castro Alegret, Pedro y S. M. Castillo Suárez Para conocer mejor a la familia. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1999.

Castro Milán, L. (2009). Preparación de las familias para la estimulación del desarrollo físico motor de sus hijos de dos a tres años de edad del Programa Educa a tu Hijo. Tesis de Maestría.

Escobar Londoño, J.V.; González Álzate, M.N., & Manco Rueda, S.A. (2016). Mirada pedagógica a la concepción de infancia y prácticas de crianza como alternativa para refundar la educación infantil. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, 47, 64-81.

Franco García, O (2013). Lectura sobre el juego en la primera infancia. Editorial pueblo y educación.

Leyva Gómez, Y. Concepción Bencosme, M. (2019): La preparación a la familia del programa educa a tu hijo en el tratamiento del patrón sensorial color, Revista Caribeña de Ciencias Sociales (julio 2019).



Núñez Aragón, Elsa y Silvia Castillo Suárez Curso Pre-encuentro Internacional de educación Inicial y Preescolar: Familia y Comunidad: Dos pilares de la Ciudad de La Habana CELEP, UNICEF. 2000

Roa González, S., Hernández Garay, A., & Valero Inerarity, A. (2019). Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa Educa a tu Hijo. Revista Conrado

Román Cabrera, D. (2007). Propuesta de juegos de movimientos, a través de las actividades programadas en el Programa Educa tu Hijo para el año de vida. Trabajo de Diploma.

Seminario Nacional para la preparación del curso de promotoras. Matanzas, noviembre de 2019.

Torres Hernández, Y. (2019). La superación de las promotoras del programa “educa a tu hijo” para la atención educativa a los niños con signos de alarma del trastorno del espectro de autismo. (Tesis Doctoral). Universidad “Hermanos Saíz Montes de Oca”.

