
Juegos motivacionales y/o preparadores para la clase de Educación Física de tercer grado

Motivation and/or warm up games for third grade children Physical Education lesson

Margelia Bárbara Ramírez Blanco, Maidelín Díaz Miranda, Ayrán Arencibia Moreno

Máster en Ciencias, Profesora Auxiliar. Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca", Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza".

Departamento Didáctica de la Educación Física.

Correo electrónico: margeliab.ramirez@upr.edu.cu ; maidelin.diaz@upr.edu.cu ; ayran.arencibia@upr.edu.cu

Recibido: 30 de mayo de 2017.

Aprobado: 10 de julio de 2017.

RESUMEN

La Educación Física es un elemento importante para la formación multilateral y armónica del niño, su adecuada ejecución es fundamental para el desarrollo de la capacidad de rendimiento físico del individuo, el mantenimiento de la salud y para la formación de valores morales y sociales. El juego es una tarea fundamental para el correcto y adecuado desarrollo físico, psíquico y social del niño, estos tienen como derecho disfrutar plenamente de los juegos y la recreación, los cuales deberán estar orientados hacia fines educativos; universalmente es reconocida la importancia de los mismos en el desarrollo integral del individuo, es también un medio muy efectivo de la Educación Física. Apoyado en métodos investigativos teóricos y empíricos se pudo llevar a vía de hecho el presente trabajo, aportando juegos motivacionales y/o preparadores como herramienta eficaz a emplear por el profesor para la parte inicial de la clase de Educación Física de los niños y niñas de tercer grado de la escuela primaria "Camilo Cienfuegos" del municipio Pinar del Río. La propuesta conformada consta de diez juegos con características propias de los considerados como

ABSTRACT

The Physical Education is an important element for the child's multilateral and harmonic formation, its appropriate implementation is paramount for the development of the individual's physical performance capacity, the health preservation and for the moral and social values formation. The game is an important task for the child to appropriate and correct physical, psychological and social development, they have as rights to enjoy fully the games and the recreation, which will be guided toward educational aims, their importance in the individual's integral development is universally recognized, they are also an effective aid in the Physical Education. Supported on theoretical and empiric research methods we could carry out our work offering motivational and warm up games like effective tool to be used by the professor in the Physical Education initial part lesson to work with the third grader boys and girls of "Camilo Cienfuegos" elementary school in Pinar del Rio municipality. The designed proposal is composed of ten games, which have the appropriate characteristics of the motivation and/or warm up games, that's to say, games

motivacionales y/o preparadores, o sea, juegos que eleven el estado emocional de los alumnos, de fácil comprensión, de corta duración, que preparen las extremidades a trabajar en la parte principal de la clase, lo que implica la correcta relación con el objetivo a cumplirse en esta forma de organización de la docencia.

Palabras clave: niños; juegos; Educación Física.

to increase the students' motivation; easy to comprehend, of short duration, and to prepare the body to be worked with in the main part of the lesson, what implies the correct relationship with the objective of it.

Key words: children; games; Physical Education.

INTRODUCCIÓN

El sistema educacional cubano está eslabonado en diferentes niveles y tipos de educación, a los que corresponden objetivos y contenidos determinados. La Educación Física se inserta en este sistema en sus diferentes niveles (preescolar, primario, medio y superior), adoptando sus peculiaridades en correspondencia con la edad y sexo de los alumnos y con el carácter de docente, extradocente o extraescolar, teniendo como medio principal al ejercicio físico en sus tres manifestaciones fundamentales: el juego, la gimnasia y el deporte.

La Educación Física en Cuba constituye un componente fundamental del desarrollo de la personalidad del educando; tiene como objetivo el desarrollo de capacidades y habilidades físicas, la transmisión de conocimientos y el desarrollo de cualidades psíquicas de la personalidad, contando para ello con el ejercicio físico como medio fundamental, que influye positivamente en el desarrollo de los hábitos y las habilidades motrices.

La Educación Física escolar aporta los elementos necesarios que favorecen el desarrollo integral de los niños y niñas en correlación con una adecuada estimulación de lo individual y lo social,

mediante la práctica sistemática de la actividad física.

Por su parte, el juego es una tarea fundamental para el correcto y adecuado desarrollo físico, psíquico y social del niño. Estos tienen como derecho disfrutar plenamente de los juegos y la recreación, los cuales deberán estar orientados hacia fines educativos; universalmente es reconocida la importancia de los mismos en el desarrollo integral del individuo, es también un medio muy efectivo de la Educación Física.

Muchos autores consideran el juego como un factor importante para el desarrollo tanto físico como psíquico del ser humano, especialmente en su etapa infantil; su desarrollo está directa y plenamente unido al juego, debido a que además de ser una actividad natural y espontánea a la que el niño le dedica todo el tiempo posible, a través de él, el niño desarrolla su personalidad y habilidades sociales, sus capacidades intelectuales y psicomotoras y, en general, le facilita tener experiencias que le enseñan a vivir en sociedad, a conocer sus posibilidades y limitaciones, a crecer y madurar.

Según manifiestan Chávez y Valecillos (2013): "el juego es una herramienta de crecimiento personal para todo ser

humano, en el niño y la niña, especialmente, porque le permite ir integrándose a su entorno". Al respecto, Ortega et al. (2007) refieren que la escuela debería ser sensible a la naturaleza del juego, pues las representaciones ficticias forman parte de las actividades de los niños. También señalan estos autores que "El juego es la actividad placentera por excelencia. Así pues, podía ser el medio de educar para la felicidad y las buenas relaciones afectivas" (p. 26). También estos mismos autores precisan su significado de la siguiente manera: "El juego es un factor de desarrollo, como el lenguaje o la función simbólica. A través del juego se ejercita la libertad de elección y de ejecución de actividades espontáneas y eso proporciona al ser humano la dirección de ser libre, activo y seguro". (p. 19).

El juego le permite al niño participar en una actividad sin estar obligado a realizar ningún esfuerzo, simplemente lo ejecuta en un ambiente libre, disfrutándolo. Pero además, el juego reúne toda una gama de aspectos que lo hacen imprescindible en la vida cotidiana del infante, pues desarrolla capacidades psicomotrices, le da la oportunidad de determinar la dimensión de su entorno y le permite conocer las reglas sociales. Para reforzar el planteamiento de la importancia que tiene el juego para desarrollar las capacidades psicomotrices del niño, Contreras (2006) señala: "Después de adquirir las capacidades motoras básicas, el niño aprende a integrar sus movimientos con otras capacidades perceptivas, especialmente la espacial. Ello es crucial para lograr la coordinación óculo-manual, así como para lograr el alto nivel de destreza que muchas actividades deportivas requieren. Por ello consideramos que cuando se aprovecha como medio en la clase de Educación Física se logra trabajar la habilidad motriz o la capacidad física de manera más efectiva.

Es por ello que resulta importante motivar las clases de Educación Física mediante juegos y otras opciones de interés para los alumnos, pues además, como plantea Escudero (2009), este resulta un buen recurso, constituyendo un método de aprendizaje y motivación muy útil, a través del cual los alumnos experimentan satisfacción y al mismo tiempo desarrollan habilidades y capacidades importantes para la vida en sociedad. Si somos capaces de incorporar los juegos en las clases, acordes a las características de los educandos, para apoyar el cumplimiento de los objetivos previstos, contribuiríamos al desarrollo de los alumnos de una forma activa y placentera.

En este sentido, Pérez Bleda (2016) acota la importancia de que el profesorado de Educación Física adquiera conocimientos dirigidos a predecir el tipo de emociones que se pueden activar acorde a los juegos utilizados, además de proponer actividades con un diseño lógico, relacionado con la práctica corporal involucrada necesaria para cumplir el objetivo. Por ello, la metodología a emplear será fundamental para garantizar la motivación del alumnado. Si bien uno de los rasgos prácticamente inherente de los juegos es su alto componente motivacional, si la metodología aplicada por el docente no es la correcta puede generar el efecto contrario y con ello, el abandono de la práctica deportiva por parte del alumno.

Existen estudios recientes que han analizado la incidencia del juego en las clases de Educación Física como el de López Nadal et al. (2015), en el que se analizan las tendencias motivacionales de los alumnos por medio del test AMPET, concluyendo con la necesidad de recomendar el uso de los juegos en las clases de Educación Física para aumentar la motivación de los alumnos, debido a los resultados positivos encontrados hacia el juego.

Otros estudios como los de Calvo et al., 2005 y Martí y Valls, 2009 (citados por Pérez Bleda, 2016), también han defendido la utilización del juego en clases de Educación Física ya que provoca un aumento del clima motivacional y la cohesión del grupo y fomenta la participación en vez de la competición.

En la Educación Física resulta imprescindible una correcta orientación motivacional por parte de los alumnos, ya que esta influye notablemente en el cumplimiento de los objetivos propuestos. La motivación es el factor más importante para la adquisición de una habilidad motriz. Esta interviene también en la actitud que adoptan los alumnos, el modo en que realizan las actividades, así como en el nivel de esfuerzo que requieren para cumplir con las tareas de la misma. En este sentido, el juego es un buen recurso para motivar, constituyendo un método de aprendizaje y motivación muy útil en las clases de Educación Física (Escudero, 2009).

No obstante, la importancia de los fundamentos antes abordados, relacionados con el proceso docente en las clases de Educación Física, aún se reflejan dificultades en la preparación de los docentes para dirigir dicho proceso, desde el punto de vista cognoscitivo, afectivo y motivacional. Como refieren Jiménez y Coromina (2014), a pesar de existir varios trabajos relacionados con la temática, estos no han estado encaminados a ofrecer las herramientas necesarias que ayuden a la labor del profesor para promover el desarrollo de la motivación profesional pedagógica en sus estudiantes, que pueden ser utilizados en las clases o cualquier otro contexto.

A su vez, a través de un estudio exploratorio en que se efectuaron observaciones a las clases de Educación Física, se constató que no se realizaban

juegos motivacionales y/o preparadores en la clase, aspecto fundamental que propicia la preparación del estado físico y emocional de los niños y niñas para adentrarse en la parte principal de la clase de Educación Física. De aquí la motivación de emprender la presente investigación, con el objetivo fundamental de diseñar un conjunto de juegos motivacionales y/o preparadores para la clase de Educación Física de los niños/as de tercer grado de la escuela primaria "Camilo Cienfuegos" del municipio Pinar del Río.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se utilizaron métodos de investigación teóricos tales como el histórico-lógico, el análisis documental, el análisis-síntesis y el método de inducción-deducción.

Entre los métodos empíricos se efectuó la observación a las clases de Educación Física en la escuela primaria "Camilo Cienfuegos" para constatar la situación existente, utilizando como instrumento la guía de observación, fundamentada en los siguientes indicadores: el cumplimiento del tiempo de planificación de la clase, la distribución de los contenidos, la dosificación adecuada por actividad, la motivación y dinamismo durante la clase, la variabilidad de las actividades y movimientos, utilización de juegos planificados en el transcurso de la clase y la aplicación de juegos motivacionales y/o preparadores en las clases.

A su vez se realizó una entrevista al profesor de Educación Física de tercer grado de la referida escuela.

Como método matemático estadístico se utilizó la estadística descriptiva y de ella la moda como instrumento para analizar la información obtenida.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Como resultado general de las observaciones realizadas se resumen los siguientes elementos:

- El profesor controla y dirige el proceso pero sin una adecuada planificación; es decir, lo realiza de forma empírica.
- No se aprovecha al máximo la posibilidad que ofrece el juego como un medio para la preparación del organismo desde la parte inicial de la clase, para el desarrollo y cumplimiento del objetivo de esta en la parte principal.
- El profesor utiliza algunos métodos activos pero no los potencia en sus clases, emplea algunos medios de enseñanza, atiende las diferencias individuales, corrigiendo errores al nivel establecido y particularizando la atención a los alumnos con mayores dificultades.
- Existe correspondencia entre el objetivo que planifica y la clase que desarrolla.
- Existe desinterés por parte de los alumnos, lo que atribuimos al escaso desarrollo de juegos, prevaleciendo los de la parte principal, encaminados a trabajar las habilidades motrices básicas y algunas capacidades físicas, no aplicando juegos motivacionales o preparadores.

Analizando los resultados de la entrevista realizada al profesor que imparte las clases de Educación Física a los niños y niñas de tercer grado de la escuela "Camilo Cienfuegos", este manifiesta inicialmente que posee escasa experiencia pues es de reciente graduación y que la que posee es la adquirida en la Práctica Laboral Investigativa, no correspondiéndose con el trabajo en su forma más amplia. En

la segunda pregunta dirigida a si conoce que existen juegos para las diferentes partes de la clase, menciona algunos, pero de forma general. En la tercera pregunta expresa que trabaja las habilidades motrices básicas y las capacidades físicas según el grado, mayoritariamente en forma de ejercicios aislados respectivamente por no poseer variabilidad de juegos dirigidos a la parte inicial de la clase, conocidos como motivacionales y/o preparadores. Hace alusión de algunas orientaciones que aparecen en el programa para el trabajo de las habilidades motrices básicas y las capacidades físicas, pero no se siente capaz de crear en el momento un juego para eso, lo que nos hace ver que necesita juegos para poder aplicar en ese momento de la clase.

Aspectos a tener en cuenta por el profesor al utilizar los juegos que se proponen

Es preciso que antes de iniciarse el juego:

- El profesor cree un ambiente psicológico que favorezca la atención de los niños y las niñas.
- Que los juegos sean sencillos, alegres, dinámicos y de corta duración.
- Que el profesor cumpla con los pasos metodológicos para la enseñanza de los juegos.

Durante el desarrollo del juego:

- Que todos participen en el juego.
- Exigir a cada cual según sus posibilidades individuales.
- Cambiar de juego o realizar variantes antes de que se pierda el interés.
- Controlar los resultados.

Después de la realización del juego:

Continuar con el ejercicio que mantenga correlación con las extremidades previamente preparadas.

Indicaciones metodológicas

El profesor, para lograr la comprensión de los juegos por parte de los niños, debe cumplimentar la metodología para la enseñanza de los mismos, según Amparo, M y Torres, Rodríguez (*Folleto de Teoría y Práctica de los Juegos*, 2000).

Propuesta de juegos motivacionales

1. Nombre: Gallinas y gallitos.

Material: Tizas.

Objetivo: Trabajar el equilibrio sobre un pie.

Organización: En parejas o tríos.

Desarrollo: Dos jugadores, con los brazos cruzados sobre el pecho y saltando sobre una pierna, intentan mutuamente hacerse perder el equilibrio, de manera que tengan que apoyar el segundo pie sobre el suelo. Esto se puede lograr mediante empujones, un esquivar ágil y movimientos de amagos. Termina la lucha cuando el segundo pie de un jugador toque el suelo. Se permite el cambio de piernas.

Variante: En lugar de obligar al rival a poner la pierna levantada sobre el suelo, también es posible llevar a cabo la lucha en un pequeño campo delimitado de 3 x 3 m. La tarea consiste en obligar al rival a abandonar el campo.

Reglas: Se comenzará el juego cuando el profesor dé la voz de mando. No se puede cambiar la posición de brazos

orientada. El que es tocado se convierte en la gallinita ciega.

2. Nombre: ¡Me congelé!

Materiales: Ninguno.

Objetivo: Mejorar la rapidez de reacción.

Organización: Dispersos en el terreno.

Desarrollo: A la señal del profesor los alumnos se desplazarán caminando por el área. A la voz de ¡congelados! se deben parar inmediatamente, tratando de no moverse manteniendo esa postura hasta oír la señal de continúen.

Reglas: Cada vez que un jugador se mueva saldrá del juego. Al final del mismo se verá qué cantidad de jugadores lograron no moverse.

3. Nombre: Los jardineros y el leñador.

Materiales: Arbusto.

Objetivo: Correr en una misma dirección.

Organización: El grupo se distribuirá en dos equipos. En un extremo se ubicarán los jardineros y en el opuesto se ubicará el leñador; a 15 metros de distancia de ambos se sitúa el arbusto.

Desarrollo: A la voz del profesor: "Cuidado que viene el leñador", los alumnos correrán y procurarán atrapar al leñador haciendo un círculo, no permitiéndole llegar al bosque.

Regla: El equipo que logre atrapar al leñador será el ganador.

4. Nombre: Cambio de planeta.

Materiales: Aros.

Objetivo: Saltar en diferentes direcciones.

Organización: Aros repartidos por todo el espacio, serán los planetas.

Desarrollo: Un aro por niño/a, menos uno/a que será el que primero se quede. Este gritará "Cambio de planeta" y deberán cambiar de aro desplazándose a saltos. El que se quedaba también debe buscar planeta, quien se queda sin él es el que se queda. Se pueden cambiar los tipos de salto para desplazarse: con dos pies juntos, a la pata coja.....

Regla: Todos participarán.

5. Nombre: La Cadena.

Materiales: Ninguno.

Objetivo: Correr en diferentes direcciones.

Organización: Dispersos en el área.

Desarrollo: Un alumno seleccionado tratará de atrapar corriendo a sus compañeros dispersos en el área.

Regla: Quien sea atrapado se unirá a la cadena.

Los juegos propuestos se ajustan a las particularidades y necesidades de los niños objeto de estudio, constituyendo una herramienta para los profesores de Educación Física de poca experiencia, para elevar la motivación de sus alumnos en las clases y favoreciendo su aplicación para el desarrollo de habilidades motrices básicas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Contreras, M. (2006). Los juegos tradicionales como estrategia pedagógica para facilitar el desarrollo integral del niño de edad preescolar. Trabajo no publicado. Facultad de Humanidades, Universidad de Los Andes.

Chávez, M., y Valecillos, C. (2013). Estudio diagnóstico sobre la aplicación del juego en la Educación Física: Caso Municipio Torbes, estado Táchira. *Investigación y postgrado*, 28(1), 165-180.

Dirección Nacional de Educación Física (2001). Programas y Orientaciones Metodológicas de Educación Física. Enseñanza primaria (primer ciclo). Editorial Deportes, La Habana.

Escudero Sanz, Dencil (2009). La motivación hacia las clases de Educación Física. *Revista digital efdeportes- Buenos Aires - Año 14 - Nº 134*

Giménez, María Elena; Coromina, Niurmy (2014). Juegos para estimular la motivación en las clases de Educación Física en el escolar menor. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires - Año 19 - Nº 194.
<http://www.efdeportes.com/>

López Nadal, A., Camerino Foguet, O., y Castañer Balcells, M. (2015). Evaluar la motivación en la educación física, una aplicación con AMPET. *Tándem: Didáctica de La Educación Física*, (47), 55-64.

López Rodríguez, D. (2003) El proceso Enseñanza Aprendizaje en Educación Física: Hacia un enfoque integral Físico Educativo. Editorial Deporte.

Ortega, R., Lozano M., Díaz, M. y Martín, J. (2007). *El juego en la*

- educación inicial*. Madrid: Serie Educación Inicial, Cándidos Editores Educativos.
- Pastor, V. M. L., Brunicardi, D. P., Arribas, J. C. M., & Aguado, R. M. (2016). Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. *Retos*, 29, 182-187.
- Pérez Bleda, M. (2016). El juego como herramienta principal en las clases de educación física. En: <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/2806/1/TFG%20Manuel%20P%C3%A9rez%20Bleda.pdf>