

## LA PREPARACIÓN DE LA FAMILIA: UNA VÍA PARA ESTIMULAR EL DESARROLLO MOTOR EN LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS DE 1 A 3 AÑOS.

### FAMILY PREPARATION: A WAY TO STIMULATE MOTOR DEVELOPMENT IN GIRLS AND BOYS FROM 1 TO 3 YEARS OLD.

Autores: <sup>1</sup>Roberto Inocencio Chávez Chávez, <sup>2</sup>Yaquelmi Benites Reyes, y <sup>3</sup>Juan Miguel Peña Fernández.

<sup>1</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2328-5526>

<sup>3</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4195-7365>

<sup>1</sup>E-mail de contacto: [rchavezc@udg.co.cu](mailto:rchavezc@udg.co.cu)

<sup>3</sup>E-mail de contacto: [juan.penaf@ug.edu.ec](mailto:juan.penaf@ug.edu.ec)

Artículo recibido: 20 de Agosto del 2021

Artículo revisado: 26 de Octubre del 2021

Artículo aprobado: 20 de Noviembre del 2021

<sup>1</sup>Licenciado en Cultura Física egresado del Instituto Superior Blas Roca Calderio (Cuba). Posee una maestría del Instituto Superior Blas Roca Calderio (Cuba) mención Pedagogía del Deporte y la Cultura Física.

<sup>2</sup>Licenciada en Pedagogía egresada del Instituto Superior Blas Roca Calderio (Cuba).

<sup>3</sup>Licenciado en Cultura Física egresado del Instituto Superior Blas Roca Calderio (Cuba) con 25 años de experiencias en la docencia. Posee un PhD en Análisis Estructural Sistemático de los Juegos Deportivos aplicaciones a la Iniciación a la Selección de Talento al deporte escolar y al rendimiento deportivo en la Universidad de las Palmas de Gran Canaria (España)

#### Resumen

En este trabajo se aborda la estimulación del desarrollo motor de las niñas y los niños de 1–3 años y la importancia de la preparación de la familia, a través de los ejecutores, para enfrentar esta tarea de gran significación para el desarrollo integral de las niñas y los niños. El objetivo está dirigido a proponer un Conjunto de acciones educativas que contribuyan a potenciar la preparación de la familia de las niñas y niños que asisten al programa Educa a tu Hijo para estimular el desarrollo motor de sus hijos. El Conjunto de acciones educativas propuesto está conformado por secciones de ejercicios para el trabajo con las habilidades motrices básicas, caminar, correr, escalar, saltar, lanzar y trepar, con sugerencias de objetivos, medios y sugerencias metodológicas. La propuesta, en manos de los ejecutores y las familias participantes en el programa Educa a tu Hijo, constituye una vía para la preparación de estos factores en la educación integral de las niñas y los niños de 1–3 años de edad.

**Palabras claves:** Conjunto de acciones educativas, Estimulación del desarrollo motor.

#### Abstract

This work addresses the stimulation of the motor development of girls and boys aged 1–3 years and the importance of preparing the family, through the executors, to face this task of great significance for the integral development of the girls and boys. The objective is aimed at proposing a set of educational actions that contribute to enhancing the preparation of the families of the girls and boys who attend the Educate your Child program to stimulate the motor development of their children. The proposed set of educational actions is made up of sections of exercises for working with basic motor skills, walking, running, climbing, jumping, throwing and climbing, with suggestions of objectives, means and methodological suggestions. The proposal, in the hands of the executors and the families participating in the Educate your Child program, constitutes a way to prepare these factors in the comprehensive education of girls and boys 1–3 years of age.

**Keywords:** Set of educational actions, Stimulation of motor development.

#### Sumário

Este trabalho aborda o estímulo ao desenvolvimento motor de meninas e meninos de 1 a 3 anos e a importância de preparar a

família, por meio dos executores, para enfrentar essa tarefa de grande significação para o desenvolvimento integral de meninas e meninos. O objetivo é propor um conjunto de ações educativas que contribuam para aprimorar o preparo das famílias de meninas e meninos que frequentam o programa Educa Seu Filho para estimular o desenvolvimento motor de seus filhos. O conjunto proposto de ações educativas é composto por seções de exercícios para trabalhar as habilidades motoras básicas, caminhar, correr, escalar, pular, arremessar e escalar, com sugestões de objetivos, meios e sugestões metodológicas. A proposta, nas mãos dos executores e das famílias participantes do programa Educa Seu Filho, constitui uma forma de preparar esses fatores na educação integral de meninas e meninos de 1 a 3 anos de idade.

**Palavras-chave:** Conjunto de ações educativas, Estimulação do desenvolvimento motor.

### **Introducción**

La familia cubana tiene como célula primaria de la sociedad la responsabilidad de formar integralmente a sus miembros más jóvenes, para ello está obligada ante ella a concluir el proceso de formación moral, físico y espiritual de las niñas y niños.

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.

El currículo en la edad preescolar tiene como objetivo principal lograr el máximo desarrollo posible de cada niña y niño mediante un sistema de influencias pedagógicas sistemáticamente organizadas y estructuradas, dirigidas al desarrollo de las distintas esferas de la personalidad en correspondencia con las particularidades de esta edad, lo cual debe garantizar una preparación óptima de las niñas y niños para la vida escolar. Tomando como punto de partida el desarrollo de las distintas

esferas de la personalidad de las niñas y niños que estamos formando, ya sea por vía institucional o por el programa educa a tu hijo, se realizan valoraciones sobre los contenidos de Educación Física correspondientes al área de conocimiento y desarrollo de Motricidad, los que persiguen como objetivos en los años de vida que se estudian, los siguientes:

- Que las niñas y niños pongan de manifiesto elementos de coordinación y equilibrio y flexibilidad al ejecutar distintos tipos de ejercicios y expresen agrado y satisfacción al realizar los movimientos.

Para poder darle cumplimiento a este objetivo general la promotora, el ejecutor y la familia trabajará para que las niñas y niños logren las siguientes habilidades:

- Caminar con coordinación, dispersos y sobre tablas y líneas en el piso.
- Caminar solo por arriba de bancos con buena estabilidad.
- Correr libremente.
- Lanzar la pelota con una mano al frente; con las dos manos hacia arriba y hacia objetos colocados a distancia.
- Reptar por el piso con movimientos coordinados.
- Escalar con coordinación.
- Correr combinando la carrera con otras habilidades.
- Capturar pelotas con ambas manos y lanzar de diferentes formas.

Los monitoreos realizados al programa Educa a tu Hijo, así como los resultados de las investigaciones realizadas en la provincia de Granma sobre el desarrollo de las niñas y niños de 1 a 3 años arrojan resultados que apuntan hacia la atención insuficiente que la familia presta al desarrollo 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 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 las niñas y los niños de estas edades y sus familias.

Como resultado de los balances metodológicos realizados a diferentes niveles, además del análisis de los resultados de las visitas a los diferentes municipios, 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 en la orientación especializada en cuanto al desarrollo de las habilidades motrices en estas edades.
- El carácter extensivo de la licencia de maternidad hasta el año, con la consecuente permanencia de las niñas y niños 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 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 las niñas y los niños.
- 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 motor de las niñas y los niños en las edades comprendidas entre 1 y 3 años, haciéndose mayor énfasis en el desarrollo sensorial y del lenguaje.

- 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 orientan.
- La carencia de investigaciones en la provincia, específicamente vinculadas al desarrollo motor de las niñas y los niños de 1 a 3 años, reafirma la necesidad de este estudio y de la búsqueda de soluciones para satisfacer las necesidades de preparación de todos los factores encargados de la educación en la edad temprana.

La atención educativa por vía no institucional en Cuba tiene carácter flexible y adopta diferentes modalidades en correspondencia con la diversidad de contextos donde se aplique. Entre estas modalidades se encuentran las siguientes:

- Atención conjunta individual.
- Atención conjunta grupal

Esta variante se adopta para las edades de 1 a 3 años. Las actividades conjuntas están conformadas por tres momentos importantes:

- Primer momento: Las niñas y los niños juegan y se valora con la familia el cumplimiento de las orientaciones ofrecidas en el encuentro anterior, cómo lo hicieron, qué dificultades tuvieron, qué han logrado sus hijos y se demuestran las actividades a realizar con la familia discutiendo los procedimientos y recursos materiales (cómo y con qué realizan la actividad, los objetivos y por qué estos contribuyen al desarrollo de las niñas y los niños).

- Segundo momento: Se ejecuta la actividad de la familia con sus niñas y niños, orientada y estimulada por el ejecutor.
- Momento final: Los pequeños juegan atendidos por una persona de la comunidad, la ejecutora valora con la familia las actividades realizadas, escucha sus comentarios y opiniones sobre lo que más llamó la atención, qué les pareció o resultó más difícil, cómo hacerlo en el hogar y qué materiales utilizar. Es en este momento donde se orientan las demás actividades que pudieran complementar y enriquecer su desarrollo, las cuales deben ser realizadas durante la semana; se realizan charlas con estos procedimientos para preparar a la familia sobre otros aspectos importantes, por ejemplo: el cepillado y el uso de los cubiertos.

Es importante que en el trabajo con la familia se dominen las características de cada una de las modalidades de atención por vía no institucional, lo que facilitará la orientación y/o reorientación de la familia, en correspondencia con los logros y dificultades que se presentan en el desarrollo de sus hijos.

### **Desarrollo**

*Particularidades del desarrollo motor de las niñas y los niños en edad temprana.*

Para que el desarrollo motor de las niñas y los niños de 1 a 3 años sea rápido y variado es preciso que crezca en un ambiente que le ofrezca la medida adecuada de estímulos de movimientos y posibilidades de reacción, además de educadores y padres comprensivos que sepan cómo educar el sano afán de movimientos y actividades de las niñas y los niños.

A medida que la niña y el niño aprendan a andar derecho y hablar, su radio de acción se amplía

considerablemente; con ello aumenta la cantidad y variedad de estímulos que influyen sobre ellos, al moverse en el mundo material y humano circundante, con el cual se enfrentan “accionando”. Su actividad de “exploración” se extiende ahora a todo el espacio disponible y a los objetos.

En condiciones propicias la niña y el niño alcanza hacia el final de la edad preescolar un estadio de desarrollo motor muy parecido al del adulto: se va apropiando de las formas básicas del movimiento: puede caminar, trepar, correr, saltar y domina por lo general estos movimientos con buena coordinación, aunque en una forma que necesita ser perfeccionada.

El fuerte afán de movimientos se manifiesta también en el hecho de que los movimientos no se efectúan con brevedad y ahorro como acostumbra a ocurrir con el adulto: los movimientos de las niñas y los niños presentan todo un derroche de movimientos de acompañamiento, que es superfluo desde el punto de vista de la economía de ejecución. Además, muchos movimientos están dirigidos exactamente a un fin, todavía no se consigue un control funcional de los movimientos, el cual habrá de ir adquiriendo paulatinamente.

El exceso de movimientos se explica fisiológicamente por el hecho de dominar los procesos de excitación por encima de los procesos reguladores y orientadores de inhibición. Poco a poco la niña y el niño va adquiriendo el equilibrio entre la excitación y la inhibición, los movimientos superfluos de acompañamiento desaparecen y van desarrollándose cada vez movimientos más controlados y bien dirigidos.

La rapidez del desarrollo motor depende del número de formas básicas de movimiento que se están adquiriendo. En el primer año de vida

se encuentra en el primer plano la evolución hacia el andar derecho, hay una línea dominante en la que se encuentran nuevos avances en períodos cortos y de forma constante, ya que a partir de esta edad se desarrollan varias formas básicas paralelamente, las cuales van afianzándose y mejorando hasta el comienzo de la edad preescolar.

Ante los impulsos rítmicos las niñas y los niños reaccionan ya desde los primeros años y esto va perfeccionándose en momentos posteriores de desarrollo, realizando movimientos adecuados ante los ritmos simples y bien marcados. Por ejemplo, ante el ritmo de galope, con los correspondientes brincos a paso de galope. De acuerdo con las investigaciones realizadas (Bécquer G. y González Catalina (1995), hay muy pocos niñas y niños en edad preescolar que no reaccionan ante el ritmo, sobre todo ante el estímulo acústico en forma musical, el que despierta de inmediato reacciones motrices cuando se corresponde con la capacidad de comprensión de las niñas y los niños. Con un adiestramiento adecuado pueden obtenerse también buenos resultados de acomodación adecuada de los movimientos a ritmos simples como los de galopar, brincar, marchar, etc.

### **Metodología**

Las acciones elaboradas se dirigen especialmente al trabajo de orientación que deben desarrollar los ejecutores con la familia de las niñas y los niños en edades entre 1 y 3 años.

Los ejercicios que se proponen tienen como objetivo propiciar la realización de ejercicios en el hogar motivados por canciones, y juegos de movimientos, lo que contribuye al desarrollo de determinadas habilidades motrices básicas, de gran importancia para el desarrollo integral de las niñas y los niños. En la valoración de las habilidades motrices básicas la familia, bajo la

orientación de los ejecutores, debe tener en cuenta lo siguiente:

- Valorar diariamente los logros y dificultades con el fin de realizar un profundo análisis de las necesidades presentadas por las niñas y los niños en la actividad.
- Considerar el estado emocional de las niñas y los niños, sus manifestaciones durante el desarrollo de los juegos de movimiento, la ejecución de ejercicios complejos; su participación en la actividad y, sobre todo, el grado de satisfacción y alegría que muestran las niñas y los niños al final de ésta.

Para ello se realizarán un conjunto de acciones educativas para la preparación de la familia en el desarrollo motor de los niños de 1 – 3 años.

### **Ejercicios para la habilidad “caminar”**

#### ***Ejercicio 1 La lluvia.***

*Objetivo:* Caminar dispersos

*Medios:* Claves, silbatos, maracas u otros objetos sustitutos propios del hogar.

Cae la lluvia, con su canción.

Bailan las plantas, Tilín tilón.

Entra en su casita Don camaleón.

No quiere mojarse, tilín – tilón.

El sapito verde, verde limón, salta muy contento; Tilín – tilón, Tilín - tilín - tilón

*Sugerencias metodológicas.* (Para las niñas y los niños de 1 – 3 años)

- Caminar con las niñas y los niños (dispersos) por todo el espacio disponible en el hogar, para lo cual se deben seguir estas orientaciones:
- Caminar al compás de las claves cuando acompañan la canción, rápido o despacio.
- Caminar al escuchar el primer sonido del silbato y detenerse en el lugar cuando escuchen de nuevo el sonido.

### **Ejercicio 2** *Vamos a caminar*

**Objetivo:** Caminar sobre líneas dibujadas en el piso en una dirección.

**Medios:** Cordeles y tizas

Por esta línea voy a caminar.

Muy despacito la voy a pasar

**Sugerencias metodológicas:** Se puede hacer un trencito y para pasar por encima de la línea y así caminar uno detrás del otro (hilera).

- En esta canción las niñas y los niños deben seguir las orientaciones que damos a continuación:
- Caminar sobre las líneas dibujadas en el piso por los padres o sobre cordeles o cintas que están en el piso.
- Todos las niñas y los niños deben caminar en una misma dirección para realizar este ejercicio los niños pueden extender las manos para mantener el equilibrio o no.

### **Ejercicio 3.-** *Vamos a tocar el Sol*

**Objetivo:** Caminar en puntas de pie

**Medios:** Claves.

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:**

- Con esta canción motivaremos a las niñas y los niños a que caminen en puntas de pies por todo el patio de la casa.
- Las niñas y los niños deben caminar en la punta de los pies con los brazos extendidos hacia arriba para que trate de alcanzar el sol. También pueden decirle que van a ponerse grande como sus padres.

### **Ejercicio 4.-** *Gigantes y enanos.*

**Objetivo:** Caminar en puntas de pie, en posición de agachados.

**Medios:** Sonajeros.

Cuando doblo las rodillas,

me parezco un enanito.

Y de nuevo me levanto,

caminando derecho

**Sugerencias metodológicas:**

- Las niñas y los niños deben, desde la posición de agachados, caminan en puntas de pie motivándolos como si fueran unos enanitos.
- Deben estar en la posición de cuclillas y con las manos en la cintura.
- Deben caminar después por todo el espacio disponible. Esto pueden realizarlo las niñas y los niños de 3 años.

### **Ejercicio 5.** *Haremos una ronda*

**Objetivo:** Caminar en círculos.

**Medios:** Pañuelos.

En una rondita yo quiero cantar  
caminando siempre junto a mis papás.

**Sugerencias metodológicas.**

- Realizarán una ronda con pañuelos en las manos.
- Los padres deben estar cogidos de las manos para realizar la ronda y caminarán cantando la rima.
- Marcar con círculos en el piso para que las niñas y los niños y los padres caminen sobre la marca.

### **Ejercicios para la habilidad correr**

#### **Ejercicio 1.** *Corre, que te atrapo*

**Objetivo:** Correr dispersos

**Medios:** Sonajeros

Corro, corro, corro y tú no me alcanzas.

Para poder llegar primero a la casa

**Sugerencias metodológicas:**

- La niña o el niño correrá por el espacio disponible en el hogar, este ejercicio también se puede realizar en un parque o cualquier otro lugar donde se creen las condiciones.
- Las niñas y los niños pueden correr al compás del sonajero (despacio y rápido).

### **Ejercicio 2. Corriendo, corriendo**

*Objetivo:* Correr de diferentes formas.

*Medios:* Caminos dibujados en el piso, juguetes, banderitas.

#### Variante 1

Corre, corre, corre que para el círculo voy. Me levanto temprano, para el colectivo coger uno detrás del otro porque la cola hay que hacer

#### Variante 2

Corro hacia delante, para el trencito coger. Me desvío hacia este lado, porque la cola voy hacer.

*Sugerencias metodológicas.*

- Las niñas y los niños realizarán la carrera con la parte anterior de los pies, sin hacer ruido (a partir de los 2 años).
- Las líneas o caminos trazados en el piso pueden ser rectas, inclinadas o curvas para que la niña o el niño realice el cambio de dirección, aunque se le puede permitir que realice el cambio hacia donde él desee respetando su independencia.
- Las niñas y los niños deben cumplir las órdenes que se le dan en la canción y al final, puede caminar por toda la casa.

### **Ejercicio 3: Rápido y despacio**

*Objetivo:* Correr lenta y rápidamente.

*Medios:* Claves.

Troto como un caballito, mira qué bien lo sé hacer. Rápido o despacio, y vuelvo al pasto a correr.

*Sugerencias metodológicas.*

- Las niñas y los niños pueden correr al compás de las claves (despacio y rápido).
- Las niñas y los niños realizarán la carrera con la parte anterior de los pies, sin hacer ruido.

### **Ejercicios para la habilidad reptar**

**Ejercicio 1:** *Mira cómo me arrastro.*

*Objetivo:* Reptar libremente

*Medios:* Cordeles, silla.

#### Variante 1.

Como una serpiente me voy a arrastrar. Junto a mi hermanita yo quiero jugar.

*Sugerencias metodológicas.*

- Los niños alternarán los movimientos de brazos y piernas; para ello la familia tendrá en cuenta la disposición que tienen las niñas y los niños para realizar la actividad.
- Con este ejercicio la familia contribuye a desarrollar en las niñas y los niños la coordinación de los movimientos.

### **Ejercicio 2 Reptando**

*Objetivo:* Reptar con obstáculos.

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

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 demuestre (realización conjunta, cuestión está que estimulará a las niñas y los niños para que alternen el movimiento de brazos y piernas).
- Al utilizar obstáculos para pasar por debajo, la altura de los mismos deberá ser de aproximadamente unos 20cm.

### **Para la habilidad lanzar.**

**Ejercicio 1. Lanzando y corriendo**

*Objetivo:* Correr hacia una dirección, lanzar a un obstáculo.

*Medios:* Pelotas, bolos o pomos plásticos.

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, la distancia aproximada es de 100 a 150 cm.

- A través de este ejercicio se desarrolla la coordinación y la orientación espacial.

### **Ejercicio 2. Vamos a lanzar**

*Objetivo:* Lanzar pelotas alternando el movimiento de las manos

*Medios:* Pelotas.

Lanzo la pelota mira qué bien lo sé hacer, con un mano primero y con la otra después.

*Sugerencias metodológicas*

- Las niñas y los niños 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).

### **Ejercicio 3. Lanzando y capturando.**

*Objetivo:* Lanzar y capturar pelotas.

*Medios:* Pelotas de diferentes materiales (tela, papel, etc.)

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 a las niñas y los niños 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.

- Las niñas y los niños para realizar este ejercicio se pueden colocar de frente a sus padres, hermanos y otros familiares, recuerde es muy importante que capturen la pelota.

### **Ejercicios para la habilidad escalar**

#### **Ejercicio 1. Subiendo y bajando escaleras**

*Objetivo:* Escalar una escalera.

*Medios:* Escalera, (juguete y sonajero como estímulo en lo alto del implemento).

Variante 1

Por la escalera voy a subir  
agárrame fuerte para poder seguir.

Variante 2

En la escalerita yo quiero jugar,  
subiendo primero que mamá y papá.

*Sugerencias metodológicas.*

- Los escalamientos desarrollan la coordinación de los movimientos, por lo que es importante insistir en que las niñas y los niños alternen el movimiento de brazos y piernas al subir y bajar. Para realizar este ejercicio es necesario observar la disposición de las niñas y los niños, garantizar la seguridad y brindar protección y ayuda si es necesario.
- Se utilizarán estímulos en lo alto del implemento para motivarlos, como, por ejemplo, un juguete, un sonajero, etc.

### **Ejercicios para la habilidad saltar**

#### **Ejercicio 1. Saltando, saltando**

*Objetivo:* Saltar dispersos.

*Medios:* Cuerdas, pequeños objetos, aros, marcas en el piso.

Variante 1

Salta el conejo. Salta muy alto. Salta la rana. Cerca del charco

Variante 2

Saltan ranas y conejos. Y no dejan de saltar. Luego cansados se vuelven a la casa a descansar.

*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.

**Juegos de Movimientos.**

**Ejercicio 1. Los conejos y las ranas**

*Objetivo:* Ejercitar las habilidades correr y saltar.

*Medios:* Tizas, aros, cuerdas, juguetes.

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 las niñas y los niños van a partir. Estará papá conejo que va a ser otra niña o niño, quien dará la orden para comenzar a saltar. El papá conejo es quien va a dirigir este juego, por lo que debe ser diestro, ágil y rápido.
- Las niñas y los niños 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. En este juego pueden jugar las niñas y los niños de 3 años, junto con sus padres en una de las actividades conjuntas grupales.
- El número de niñas y niños a jugar se decide de mutuo acuerdo; pueden 5, 7 u 8

parejas y entonces se cambiará el primer verso en dependencia de la cantidad de parejas que juegan.

**Ejercicio 2. Combinando mis habilidades.**

*Objetivo:* Correr, saltar y lanzar la pelota

*Medios:* Pelota, bancos de pequeña altura. 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 las niñas y los niños 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 las niñas y los niños atendiendo aspectos importantes para el desarrollo de su personalidad ya que a través de estos juegos las niñas y los niños conocen cuáles son sus deberes y derechos, es decir, las reglas que debe cumplir para el desarrollo exitoso del juego.

**Ejercicio 3. Las flores**

*Objetivo:* Lanzar y correr.

*Medios:* Flores, pelotas

*Sugerencias metodológicas.*

- Un grupo de niñas y niños se mantienen de pie formando un círculo mientras que otra niña o niño, en el centro con una pelota en las manos.
- Cada uno tiene el nombre de una flor, incluido el del centro. Este rodará la pelota a la vez que dice el nombre de una flor, la niña o 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 la acción anterior diciéndole el nombre de otra flor, por ejemplo, mariposa.
- El nombre del juego puede variar, en lugar de hacerlo con flores, se puede hacer con el nombre de animales y se le puede realizar preguntas a las niñas y los niños, tales como:

- ¿De qué tiene el cuerpo cubierto?, por ejemplo, la gallina y la niña o el niño que sepa responder regresa a su lugar mientras que la niña o el niño del centro repite el proceder anterior.

### Conclusiones

En este trabajo se abordó la necesidad de estimular el desarrollo motor de las niñas y los niños de 1–3 años y la importancia de la preparación de la familia, a través de los ejecutores, para ello se diseñaron una serie de actividades para enfrentar esta tarea de gran significación para el desarrollo integral de las niñas y los niños. Mediante el conjunto de acciones educativas se contribuirá a potenciar la preparación de la familia de las niñas y niños que asisten al programa Educa a tu Hijo para estimular el desarrollo motor de sus hijos. El Conjunto de acciones educativas propuesto está conformado por secciones de ejercicios para el trabajo con las habilidades motrices básicas, caminar, correr, escalar, saltar, lanzar y trepar, con sugerencias de objetivos, medios y sugerencias metodológicas. La propuesta, en manos de los ejecutores y las familias participantes en el programa Educa a tu Hijo, constituye una vía para la preparación de estos factores en la educación integral de las niñas y los niños de 1–3 años de edad.

### Referencias Bibliográficas

Ajuria Guerra, J. (1999). De los movimientos espontáneos al diálogo tónico-postural y las actividades expresivas. Anuario de Psicología.

Alba, M. (1992). La orientación en la actividad pedagógica. La Habana, Pueblo y Educación.

Acosta Tiele, Néstor. (2007). Maltrato infantil. Prevención. Instituto cubano del libro, Científico técnico.

Alonso Álvarez, Armando. (2006). Psicodiagnóstico. La Habana, Ciencias Médicas.

Álvarez, A. y del Río. (2003). “Educación y desarrollo, la teoría de Vigotsky y la Zona de Desarrollo Próximo”. En el Desarrollo Psicológico y Educación II. Alianza. Madrid.

Álvarez, C. (1990) Diseño Curricular de la Educación Especial. Conferencia Especial. Congreso Pedagogía 90. La Habana.

Álvarez, C. y V. Sierra. (1998). Metodología de la Investigación. La Habana, MES.

Álvarez, M. y otros (1990). Acerca de la familia cubana actual. La Habana, Academia.

Áres Muzio, Patricia. (2002). Psicología de la familia. Una aproximación a su estudio. La Habana. Félix Varela.

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

Castellanos Simons, Doris (2003): Estrategias para promover el aprendizaje desarrollador en el contexto escolar, La Habana: Universidad Pedagógica “Enrique José Varona”. (Material en soporte electrónico).

Martí P., José. (2009). Cuaderno Martiano I. La Habana: Pueblo y Educación.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright (c) Roberto Inocencio Chávez Chávez, Yaquelmi Benites Reyes, y Juan Miguel Peña Fernández.

