

**ALTERNATIVA METODOLÓGICA PARA LA INICIACIÓN DEPORTIVA MEDIANTE
LOS EJERCICIOS DEL MINI-ATLETISMO**
**METHODOLOGICAL ALTERNATIVE FOR SPORTS INITIATION THROUGH MINI-
ATHLETICS EXERCISES**

**Autores: ¹María Julia Dreke Salas, ²Alberto Bautista Sánchez Oms, ³Juan Manuel Perdomo
Ogando y ⁴Hiramnia Mabel Sánchez Acosta.**

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4888-3378>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3526-1553>

³ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7232-2074>

⁴ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-8760-7483>

¹E-mail de contacto: meryulia.dreke@gmail.com

²E-mail de contacto: 2asoms@uclv.cu

³E-mail de contacto: jpogando@uclv.cu

⁴E-mail de contacto: hisanchez@uclv.cu

Afiliación:^{1*}Centro Universitario Municipal de Sagua la Grande, (Cuba).^{2*} ^{3*} ^{4*}Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, (Cuba).

Artículo recibido: 2 de junio del 2025

Artículo revisado: 5 de junio del 2025

Artículo aprobado: 21 de junio del 2025

¹Licenciada en Cultura Física graduada en la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. Facultad de Cultura Física, (Cuba), con dieciséis años de experiencia laboral. Maestrante de Metodología del Entrenamiento Deportivo para el Alto Rendimiento graduada de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. Facultad de Cultura Física, (Cuba).

²Licenciado en Cultura Física graduado del Instituto Superior de Cultura Física, (Cuba) con cuarenta y tres años de experiencia laboral. Máster en Educación Avanzada en la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas de Facultad de Cultura Física, (Cuba). Doctor en Ciencias de la Cultura Física en la Universidad las Palmas de Gran Canaria, (España).

³Licenciado en Ciencias Pedagógicas ggraduado del Instituto Superior Félix Varela, (Cuba) con treinta y seis años de experiencia. Máster en Ciencias Pedagógicas graduado del Instituto Superior Félix Varela, (Cuba). Doctor en Ciencias Pedagógicas graduado en la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, (Cuba).

⁴Licenciada en Cultura Física graduada en la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas de la Facultad de Cultura Física, (Cuba) con nueve años de experiencia. Máster en Metodología del Entrenamiento Deportivo para el Alto Rendimiento graduada en la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas de la Facultad de Cultura Física, (Cuba). Doctor en Ciencias de la Cultura Física graduada en la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. Facultad de Cultura Física, (Cuba).

Resumen

La práctica del Atletismo es un potente instrumento para la formación de los niños que se inician, sin embargo, los esfuerzos realizados por especialistas en el campo de la enseñanza del Atletismo, no están siendo correspondidos en la práctica con un adecuado grado de motivación, con el deseado compromiso activo, ni con el nivel de ejecución óptimo durante las prácticas. Por todo ello el objetivo de este estudio fue diseñar una alternativa metodológica para la iniciación deportiva utilizando el Miniatletismo en el combinado deportivo "Manuel Ascunce". Esta investigación tuvo un enfoque mixto donde se emplearon métodos del nivel teórico y del nivel empírico. El preexperimento demostró que la alternativa metodológica diseñada para la iniciación deportiva utilizando el Miniatletismo en el combinado deportivo

"Manuel Ascunce" permitió desarrollar habilidades generales y deportivas de los niños objeto de estudio, pues los resultados en las mediciones realizadas en el juego fórmula uno una vez empleado el complejo de ejercicios así lo demuestran.

Palabras clave: Miniatletismo, Habilidades generales, Habilidades deportivas, Juegos, Iniciación deportiva.

Abstract

Athletics is a powerful tool for the development of beginner children. However, the efforts made by specialists in the field of athletics teaching are not being matched in practice with an adequate level of motivation, the desired active commitment, or the optimal level of performance during practice. Therefore, the objective of this study was to design an alternative method for sports initiation using Mini Athletics at the Manuel Ascunce Sports

Complex. This research had a mixed approach, employing theoretical and empirical methods. The pre-experiment demonstrated that the alternative method designed for sports initiation using Mini Athletics at the Manuel Ascunce Sports Complex allowed the children in the study to develop general and athletic skills, as demonstrated by the results of the measurements taken in the Formula One game after using the exercise complex.

Keywords: Mini Athletics, General skills, Sports skills, Games, Sports initiation.

Sumário

A prática do atletismo é uma ferramenta poderosa para o treinamento de crianças que estão apenas começando; no entanto, os esforços feitos por especialistas na área de ensino de atletismo não estão sendo correspondidos na prática com um nível adequado de motivação, o comprometimento ativo desejado ou o nível ideal de desempenho durante a prática. Portanto, o objetivo deste estudo foi projetar um método alternativo para iniciação esportiva usando Mini Atletismo no Complexo Esportivo Manuel Ascunce. Esta pesquisa teve uma abordagem mista, empregando métodos teóricos e empíricos. O pré-experimento demonstrou que a alternativa metodológica projetada para a iniciação esportiva usando Mini Atletismo no Complexo Esportivo Manuel Ascunce permitiu o desenvolvimento de habilidades gerais e atléticas nas crianças estudadas, como demonstrado pelos resultados das medições feitas no jogo de Fórmula 1, uma vez que o complexo de exercícios foi usado.

Palavras-chave: Mini Atletismo, Habilidades gerais, Habilidades esportivas, Jogos, Iniciação esportiva.

Introducción

La práctica del Atletismo es un potente instrumento para la formación de los niños que se inician, es en este sentido que los profesores tienen que tener mucho cuidado al momento de impartir clases, ya que deben ser los que propicien una educación y aprendizaje lúdico

para los mismos y donde el juego debe ser la herramienta principal de trabajo, ya que esta es la forma natural que tienen los niños de aprender, desarrollar su personalidad y su entorno social (Peraza et al., 2018). Sin embargo, los esfuerzos realizados por especialistas en el campo de la enseñanza del Atletismo, no están siendo correspondidos en la práctica con un adecuado grado de motivación, con el deseado compromiso activo, ni con el nivel de ejecución óptimo durante las prácticas. Por ello, tras un análisis de esta problemática desde el punto de vista didáctico, como causas que determinen la falta de interés que el niño siente por la práctica del Atletismo destacan, una metodología desfasada, la rígida estructura de las sesiones y una motivación demasiado centrada en elementos externos (Valero 2003), tales como premios, medallas, trofeos, lo que provoca un gran abandono deportivo por parte de sus practicantes, llevando a carecer de interés y provocando aburrimiento entre los niños que lo practican (García y García 2015), ya que sólo uno gana y los restantes pierden, lo cual coincide con criterios de los autores Peraza et al. (2018) en su trabajo "juegos para motivar la enseñanza Atletismo en edades tempranas desde la clase de Educación Física".

Se concuerda con Valero (2003) cuando plantean que la iniciación al Atletismo y en especial en las edades de 8-10 años, es como situaciones lúdicas en las que se busca la adquisición y mejora de los elementos técnicos que componen los gestos atléticos, envueltos en un ambiente de diversión, disfrute y descubrimiento, que persigue el desarrollo integral del niño, atendiendo a los dominios cognitivo y socio-afectivo, además del siempre presente dominio motor. Se concuerda, además, con Lalama y Calle (2019), en que el desarrollo psicomotriz se edifica socialmente mediante un conjunto de estímulos en los cuales la

interrelación entre los aspectos psicológicos, afectivos, sociales y motrices provoca una relación íntima que converge en la formación del individuo y garantiza la futura capacidad del niño en la realización de actividades físicas en las etapas precedentes de adolescencia, juventud y adultez, favoreciendo la práctica de deportes para un ambiente sano y agradable. Se coincide también con Castro et al. (2017), en que el movimiento es imprescindible para la vida cotidiana del ser humano, ya que, si la motricidad se adquiere adecuadamente durante la niñez, se contribuirá a la adquisición de la autonomía necesaria para hacer, estar y vivir relaciones sólidas con los demás. De ahí que la psicomotricidad juegue un papel muy importante en la vida de los niños, ya que a través de ella se puede trabajar un desarrollo holístico de la persona, donde no solo se desarrolle físicamente, sino que también se tenga en cuenta a capacidad cognitiva, social y afectiva para el mejoramiento de la personalidad.

Después de numerosas iniciativas de investigación y estudios sobre la actual situación, el desafío de la IAAF ha sido formular un nuevo concepto de Atletismo excepcionalmente adaptado para las necesidades de desarrollo de los niños, ha quedado en evidencia la urgente necesidad de desarrollar un nuevo tipo de programa para niños. Esta propuesta tiene en cuenta (organización de eventos, etc.) los siguientes requisitos: ofrecer a los niños un Atletismo atractivo, accesible e instructivo. El Miniatletismo tiene la intención de provocar excitación jugando al Atletismo. Nuevos eventos y una organización innovadora permitirán a los niños descubrir actividades básicas: carreras de velocidad, de resistencia, saltos, lanzamientos en cualquier sitio (estadio, patio de juegos, gimnasio, cualquier zona

deportiva disponible, entre otros). Los juegos de atletismo les proporcionarán a los niños la oportunidad de lograr el máximo beneficio de la práctica del Atletismo, en términos de Salud, Educación y Autorrealización. El Miniatletismo es un conjunto de juegos infantiles los mismos que buscan como objetivo inducir a la práctica del atletismo, es decir se aplican elementos atléticos, pero modificando las distancias en las pruebas de pista y pesos en las pruebas de campo a manera de concurso, buscando que el niño se divierta, creando una base de las cualidades físicas básicas y una multilateralidad.

Varios son los autores que han tratado esta temática entre los cuales están entre otros, Fabricio (2017) quien propone un procesos de iniciación deportiva utilizados en la preparación del mini atletismo en las pruebas de pista en los niños de 9 y 10 años en la unidad educativa “Isaac Acosta” de la ciudad de Tulcán en Ecuador en el cual elabora una guía didáctica de ejercicios coordinativos basados en el mini atletismo para desarrollar las pruebas de pista en los niños de 9 y 10 años, que enfatiza en una forma alternativa a la competición y a la iniciación al atletismo donde se intenta realizar actividades a manera de juego, no obstante no se organiza ni se estructura como un proceso anual. Calapiña. (2023) determina la incidencia de los juegos del Miniatletismo en las habilidades desarrolladas en la iniciación deportiva dentro de la clase de Educación Física, además es una investigación que realiza un diagnóstico, pero en el contexto de la Educación Física.

Almachi (2015) propone una estrategia didáctica lúdicas, que aportan al proceso de enseñanza – aprendizaje de los niños y niñas en el área de la Educación Física, en la práctica del deporte de las instituciones educativas de la

Parroquia Machachi, pero se realiza en el contexto de la Educación Física, También Castillo, et al. (2013) proponen una estrategia para la enseñanza-aprendizaje del Kids Athletics pero de igual manera en el marco de la Educación Física. Por otro lado, Cardozo (2023) propone una alternativa para promover el desarrollo de competencias motrices y el trabajo colaborativo en los estudiantes de quinto grado. Miranda (2018) presenta una sistematización de experiencias de Miniatlético desarrollada en una institución educativa de la ciudad de Cali, para generar un espacio de reflexión sobre el desarrollo de actividades de Miniatlético entre la comunidad de docentes encargados de la educación física en educación primaria. Diego (2013) investigan sobre la influencia del Miniatlético el desarrollo motor de los niños de la escuela fiscal Quito Luz de América de la parroquia Montalvo del Cantón Ambato.

Todas estas investigaciones revisten gran importancia, pero en su mayoría se realizan en el contexto de la Educación Física, de manera particular en la clase, por lo que no contemplan en sus propuestas otras unidades temporales a planificar, además, otras se centran en experiencias, reflexiones todo lo cual no responde al proceso de iniciación en el deporte de Atletismo, además el documento que norma lo relacionado con el Miniatlético sólo propone juegos para competir pero no para otros procesos del entrenamiento deportivo. En el contexto del actual Programa de Enseñanza, la Federación Cubana de Atletismo (FCA) convoca a la participación en el Festival de Mini-Atletismo 8-9 años en ambos sexos. Según este programa se convocan eventos del MiniAtlético entre los cuales se encuentran los relevos de velocidad/vallas y fórmula uno, sin embargo, hay que destacar que dicho programa, solo brinda contenidos para competir

jugando al Atletismo, pero no como entrenar en el proceso de iniciación deportiva. Todo lo antes mencionado evidencia carencias metodológicas para utilización Miniatlético en la iniciación deportiva. El objetivo del estudio se concreta en diseñar una alternativa metodológica para la iniciación deportiva utilizando el Miniatlético en el combinado deportivo "Manuel Ascunce".

Materiales y Métodos

La investigación tiene un enfoque dialéctico materialista en busca de la complementariedad de los métodos de investigación, los cuales se determinaron por la naturaleza de la investigación y su objeto de estudio. Es decir, tiene un enfoque Mixto o Modelo Multimodal, donde se pretende conjugar los procedimientos de la investigación cuantitativa con los de la investigación cualitativa. Del nivel teórico se utilizaron los siguientes métodos del nivel teórico; Inductivo-deductivo, Analítico-sintético y Sistémico-estructural-funcional. Entre los métodos del nivel empírico destacan; el análisis de documentos: permitió valorar los documentos que norman la preparación de los niños que se inician en el Atletismo. Además, la entrevista permitió recabar información de los directivos del Atletismo sobre el la iniciación al atletismo utilizando el Miniatlético y se siguieron criterios de (Delgado y Gutiérrez, 1999). Finalmente, la encuesta permitió obtener información la iniciación al Atletismo utilizando el Miniatlético. Esta se aplicó a los entrenadores y se realizó de manera estructurada y se siguieron las ideas de Fernández (2007) y Arribas (2004).

Dentro de los criterios de especialistas permitió valorar la alternativa metodológica para iniciación al Atletismo utilizando el Miniatlético. La medición permitió determinar el nivel de desarrollo de las

habilidades motrices mediante el juego Formula 1.



Figura 1. Test de Fórmula 1

Asimismo, las técnicas grupales (taller) posibilitaron determinar en conjunto con los entrenadores la propuesta de ejercicios. El preexperimento posibilitó valorar la alternativa metodológica a partir de su puesta en práctica. Se trató de que no aparecieran acontecimientos no previstos producto de la maduración y la historia, por ello la duración de la intervención no fue prolongada, Los test (pretest y postest). Se aplicó la fórmula 1, antes y después de aplicarse la propuesta de juegos del Miniatlético como medios del entrenamiento. Mediante el pre experimento se constató que la alternativa metodológica. Finalmente, se empleó la estadística descriptiva e inferencial, para estudiar y comparar los resultados obtenidos.

Resultados y Discusión

Resultado de las entrevistas directivos del Atletismo (comisionado, metodólogo y jefe técnico)

De forma generalizada consideran importante y necesaria una alternativa metodológica para la iniciación deportiva, utilizando el Miniatlético pues en esas edades los niños gustan de los juegos y es una vía de motivarlos a la práctica del Atletismo. Plantean que han podido constatar mediante los controles, que los entrenadores no utilizan los contenidos del Miniatlético en la iniciación a este deporte. Todos opinan que les gustaría que se implementara una alternativa metodológica

para la iniciación deportiva, utilizando el Miniatlético.

Resultados de la encuesta a entrenadores

Tabla 1. Conocimiento de los entrenadores sobre el Miniatlético y sus actividades

Pregunta 1	Frecuencia	%
Si	5	71,43
No	2	28,57
Total	7	100,00

Fuente: elaboración propia

Como se puede apreciar, el 71% de los entrenadores consideran que saben que es el Miniatlético y sus actividades y argumentan que no lo aplican por falta de recursos e implementos deportivos y que estos poseen ejercicios que solo les sirve para competir, pero no para entrenar.

Tabla 2. Cuenta con documentos que guíen el proceso de iniciación deportiva utilizando los argumentos del Miniatlético

Pregunta 2	Frecuencia	%
Si	1	14,29
No	6	85,71
Total	7	100,00

Fuente: elaboración propia

En el gráfico se observa que cerca de la totalidad considera que cuentan con documentos sobre Miniatlético, pero estos documentos proponen ejercicios para competir y como medio de disfrute y motivación, pero no para la preparación de los niños que se inician.

Tabla 3. Considera importante contar con una alternativa metodológica para la iniciación en el de los deportistas utilizando el Mini atlético

Pregunta 3	Frecuencia	%
Si	6	85,71
No	0	0,00
Tal vez	1	14,29
Total	7	100,00

Fuente: elaboración propia

También un gran número de entrenadores sienten la necesidad de contar con una

alternativa metodológica para la iniciación de los niños utilizando el Miniatletismo.

Tabla 4. Considera importante contar con una alternativa metodológica para la iniciación en el de los deportistas utilizando el Mini atletismo

Pregunta 4	Frecuencia	%
Carencia de equipamiento deportivo	2	28,57
Falta preparación de los entrenadores	1	14,29
Poca motivación para practicar el atletismo	2	28,57
Ausencia de espacios deportivos	2	28,57
Total	7	100,00

Fuente: elaboración propia

Entre las limitaciones que señalan los entrenadores se encuentra la carencia de equipamiento especializado para los juegos del Miniatletismo, falta de preparación de los entrenadores para aplicar los juegos en la preparación de los atletas que se inician, la falta de motivación de los niños para entrenar, sobre cuando se utilizan métodos tradicionales, ausencia de espacios deportivos con características especiales para aplicar los juegos del Miniatletismo.

Procedimiento para la selección de los ejercicios del Miniatletismo

El procedimiento empleado para la selección de los ejercicios comienza con el estudio de artículos donde se proponen actividades lúdicas para desarrollar habilidades en el Atletismo en la iniciación deportivas y aquellos contenidos en los documentos del Miniatletismo. Una vez analizadas las diferentes propuestas se determinó mediante un taller con los entrenadores, la propuesta de ejercicios que pueden ser utilizados en el Atletismo para desarrollar habilidades. A continuación, se muestran los juegos del Miniatletismo según el Manual metodológico para la implementación del Miniatletismo en la Educación Física en enseñanza primaria (Rodríguez et al., 2016).

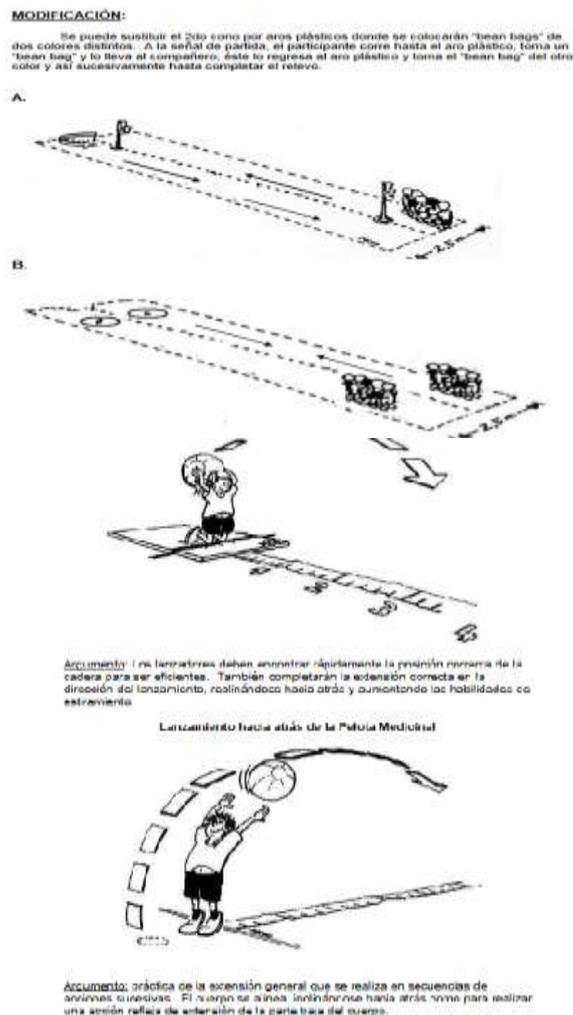


Figura 2. Juegos del Miniatletismo.

Resultados del taller con los entrenadores para seleccionar los ejercicios para la preparación de los niños que se inician en Atletismo

El objetivo principal del taller fue determinar cuáles son los ejercicios del Miniatletismo y de la literatura que facilitan la preparación de los niños que inician en el Atletismo. Durante la discusión, se consideró que resulta muy sugerente y esclarecedor para los entrenadores contar con las orientaciones contenidas en el documento que indica metodológicamente la utilización del Miniatletismo para el desarrollo de las habilidades. La propuesta de ejercicios del Miniatletismo presentados busca concretar actividades que potencien las habilidades motrices de los niños, adaptándose a sus

capacidades y etapa de desarrollo. La relación entre estas actividades y las habilidades específicas que deben adquirir los niños en sus etapas iniciales resulta fundamental para propiciar un aprendizaje eficaz y ameno. Por otra parte, respecto a la contextualización teórica, se abordó la relatoría del taller en la que se expuso la propuesta del concepto de invariantes de habilidades motrices deportivas específicamente aplicadas a los saltos horizontales. Los entrenadores consideraron que esta propuesta resulta adecuada y que está claramente definida mediante el empleo de métodos científicos. La incorporación de los invariantes se percibió como un enfoque sugerente y esclarecedor, puesto que permite relacionar conocimientos técnicos, experiencias motrices y habilidades, facilitando la comprensión del proceso de enseñanza y aprendizaje en esta disciplina. Los entrenadores destacaron que este concepto cumple con sus expectativas, dado que en su esencia relaciona los conocimientos necesarios y las habilidades que deben desarrollar los niños de entre 10 y 12 años para ejecutar correctamente los saltos horizontales, favoreciendo así la enseñanza según su maduración. En definitiva, la incorporación de estos invariantes contribuye a comprender de manera integral las relaciones entre el desarrollo del deportista y las demandas que impone la enseñanza del salto horizontal, permitiendo adaptar las estrategias pedagógicas y facilitar la progresión motriz de los niños en función de sus capacidades individuales y su proceso madurativo.

La alternativa metodológica diseñada cuenta con una etapa de diagnóstico, donde se constata la preparación con que cuentan los entrenadores para implementar la alternativa metodológica para la iniciación deportiva mediante los ejercicios del Miniatletismo, una etapa de planificación donde se prepara el equipamiento

y procedimientos para aplicar el Miniatletismo así como preparación de las actividades para mejorar el desempeño de los entrenadores para aplicar los ejercicios para el desarrollo de habilidades, una etapa de planificación de las sesiones de entrenamiento y una etapa de retroalimentación después de aplicar la propuesta

Resultados de antes y después de aplicada la propuesta de ejercicios del Miniatletismo

Se aplicó un preexperimento cuya hipótesis y definición operacional de las variables es la siguiente: La hipótesis explícita corresponde a: Si se aplica una alternativa metodológica donde se pongan en práctica los ejercicios del Miniatletismo, se logrará un desarrollo notable de las habilidades motrices deportiva y generales de los niños que se inician en el Combinado Deportivo "Manuel Ascunce". En este proceso se definieron las siguientes variables: Variable dependiente: desarrollo de habilidades motrices deportivas generales y especiales. Variable independiente: Alternativa metodológica para la iniciación deportiva de los niños del Combinado Deportivo "Manuel Ascunce". Se evitó la influencia del experimentador y efectos intencionados, haciéndose en colectivo los test efectuados.

Tabla 5. Resultados del test desarrollado en el preexperimento (Test Formula 1)

No.	Atletas	Antes de la propuesta	Después de la propuesta
1	Femenino	21.32s	15.17s
2	Femenino	22.07s	16.48s.
3	Femenino	21.43s	16.35s
4	Femenino	20.56s	16.31s
5	Femenino	21.45s	18.09s.
6	Masculino	19.23s	14.21s
7	Masculino	17.57s	13.52s
8	Masculino	17.45s	13.33s
9	Masculino	18.09s	15.56s
10	Masculino	17.35s	14.73s

Fuente: elaboración propia

Los resultados de la puesta en práctica de la alternativa metodológica para la iniciación

deportiva mediante los ejercicios del Miniatletismo, apuntan a una mejora de los tiempos realizados en la prueba Formula 1 después de aplicada la propuesta, lo cual evidencia un desarrollo de las habilidades de los niños objeto de estudio.

Conclusiones

La presente investigación evidenció que la aplicación de una alternativa metodológica basada en ejercicios del Miniatletismo mejora significativamente el desarrollo de habilidades motrices en niños que se inician en el Atletismo, específicamente en edades entre 8 y 12 años. A través de la utilización de un enfoque dialéctico combinando métodos cualitativos y cuantitativos, se comprobó que los programas tradicionales presentan deficiencias en motivación, recursos y estructura, lo que afecta la adherencia y el interés de los niños en la práctica deportiva. La propuesta diseñada, que incluye actividades lúdicas y adaptadas a la etapa evolutiva de los niños, favorece no solo el desarrollo técnico sino también aspectos cognitivos, sociales y afectivos, promoviendo una participación activa y motivada. Los resultados del preexperimento corroboran que la implementación de estos ejercicios del Miniatletismo propicia una mejora notable en las habilidades motoras específicas, lo que reafirma la pertinencia y efectividad de esta estrategia para la iniciación deportiva. En conclusión, el uso de este enfoque metodológico innovador es una alternativa adecuada para potenciar la formación integral de los niños en Atletismo, contribuyendo a consolidar una base sólida para su desarrollo físico, técnico y personal en contextos educativos y deportivos.

Referencias Bibliográficas

Almachi, C. (2015). Diseño de estrategias didácticas lúdicas para el desarrollo del mini

- atletismo en instituciones de educación básica. Tesis. Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato.
- Arribas, M. 2004. Diseños y validación de cuestionarios. *Matronas Profesión*. 5(17).
- Calapiña, J. (2023). Los juegos del Miniatletismo en la iniciación deportiva dentro de la clase de educación física en estudiantes de educación básica media. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador.
- Castillo, Y., Sotelo, A, Vallecillo, W. (2013). Propuesta de estrategias para la enseñanza-aprendizaje del Kids Athletics para niños y niñas de 9 a 11 años en la escuela pública primaria Manuel Ignacio Pereira del municipio Larreynaga – Malpaisillo departamento de León. Tesis. UNAN León.
- Castro, A, Esquerria, P. y Argos, J. (2017). Efectos de los programas de Educación Física en el desarrollo de la motriz, cognitivo y social a través del juego. <https://researchgate.net>
- Diego, I. (2013). El Miniatletismo y el desarrollo motor de los niños y niñas de la escuela fiscal Quito Luz de América de la parroquia Montalvo del Cantón Ambato provincia de Tungurahua. Tesis. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador.
- Delgado, J. y Gutiérrez, J. (1999). Métodos y técnicas cualitativas de investigaciones en Ciencias Sociales. (Síntesis).
- Fabricio, A. (2017). Procesos de iniciación deportiva utilizados en la preparación del mini atletismo en las pruebas de pista en los niños de 9 y 10 años en la unidad educativa “Isaac Acosta” de la ciudad de Tulcán en el año 2017. Tesis. Universidad Técnica del Norte. Ecuador.
- Fernández, L. 2007. ¿Cómo se elabora un cuestionario? nº 8. Barcelona, Barcelona: Butlletí LaRecerca. Universitat de Barcelona.
- García, R. y García, A. (2015). Juegos para motivar la enseñanza atletismo en edades tempranas desde la clase de Educación Física. <https://podium.upr.edu.cu>.
- Lalama, A., y Calle, M. (2019). Psicomotricidad: contrayendo aprendizaje a

través del movimiento. *Sathiri: Sembrador* 14 (2). <https://revistadigitales.upec.edu.ec>

Miranda, J. (2018). Desarrollo de una propuesta de Mini atletismo en la institución educativa Pedro Antonio Molina: una sistematización de experiencias. Tesis. Universidad del Valle. Cali.

Peraza, C., Morales, C. A., & Rodríguez, M. (2018). Games to motivate teaching athletics at early ages from Physical Education class. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 13(3), 287-300.

Rodríguez, A., Martínez, D. y Molina, R. (2016). Manual metodológico para la implementación del Mini atletismo en la

Educación Física en enseñanza primaria. EFDeportes.com, *Revista Digital. Buenos Aires*, 20(214)

Valero, A. (2003). Atletismo: Enfoque Ludotécnico. *Didáctica de la Educación Física* (42).



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © María Julia Dreke Salas, Alberto Bautista Sánchez Oms, Juan Manuel Perdomo Ogando y Hiramnia Mabel Sánchez Acosta.

