

JUEGOS PARA LA EJERCITACIÓN DE LOS PASOS FUNDAMENTALES (SKIP Y GALOP) EN EL PRIMER GRADO DE LA EDUCACIÓN PRIMARIA**GAMES FOR THE EJERCITACIÓN OF THE FUNDAMENTAL STEPS (SKIP AND GALOP) IN THE FIRST GRADE OF THE PRIMARY EDUCATION**

Autores: MSc. Annette Núñez- González

MSc. Yoany Navarro- Andreu

Lic. Osmany Vargas- Morales

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La Habana

País. Cuba

RESUMEN

La Educación Física como parte integrante de la formación multilateral y armónica de la personalidad del niño constituye un proceso pedagógico que desde las primeras edades incluye la formación y el desarrollo de hábitos, habilidades y actitudes que posibilitan sentar las bases de un desarrollo físico, moral e intelectual de forma sana acorde con las exigencias de la sociedad. Adquiere singular significación la educación del movimiento en lo que respecta al desarrollo de la coordinación y su ritmo de ejecución con el fin de realizar los ejercicios físicos con

armonía, de ahí la importancia de la presencia de la unidad de Actividades Rítmicas en el medio escolar como parte de la Educación Física. La investigación propone 10 juegos clasificados en Pequeños, Rítmicos y Co-educacionales recomendados para la ejercitación de los pasos fundamentales Skip y Galop en el primer grado, logrando una mayor motivación e interés en los niños por estas actividades favoreciendo la participación activa de los alumnos en las clases de Educación Física. Se utilizaron técnicas y métodos de investigación. Entre los métodos teóricos: el análisis documental, el histórico- lógico y análisis y síntesis;

como empíricos: la entrevista y la observación.

Palabras clave. Juegos rítmicos, coeducaciones y de habilidades motrices básicas, pasos fundamentales (skip y galop)

ABSTRACT

Physical Education as part of the multilateral and harmonious development of the personality of the child is an educational process that from the earliest ages includes the formation and development of habits, skills and attitudes that enable lay the foundations for a physical, moral development and healthy intellectual form consistent with the requirements of society. The movement education acquires special significance with regard to the development of coordination and execution rate in order to make physical exercises with harmony, hence the importance of the presence of unity Rhythmic Activities in schools as part of Physical Education. The research proposes 10 games ranked in Small, Co-Educational, Rhythmical and recommended for the exercise of the fundamental steps Galop and Skip in first grade, achieving greater motivation and

interest in children because these activities promote the active participation of students in Physical Education classes. Techniques and research methods were used. Among the theoretical methods: document analysis, historical and logical analysis and synthesis; and empirical: the interview and observation.

Key words. Rhythm games, coeds and gross motor skills, basic steps (skip and gallop)

INTRODUCCIÓN

La Educación Física se vale de tres medios fundamentales: el deporte, la gimnasia y los juegos. Juegos, como la unidad que más se trabaja en dicha asignatura, es una de las actividades fundamentales para las niñas y niños que influye en su desarrollo bio- psico-social pues los prepara para acciones futuras.

Esta asignatura se imparte desde edades muy tempranas. En el primer grado el niño comienza a enfrentarse con un régimen que cambia su posición ante la vida, donde la escuela presenta actividades docentes con un objetivo fundamental que es la asimilación de conocimientos y el

desarrollo de habilidades que requieren de grandes exigencias.

Por lo anteriormente planteado se seleccionaron los juegos como facilitadores del proceso de enseñanza - aprendizaje en estas edades en la clase de Educación Física.

A raíz de visitas realizada por metodólogos municipales a diferentes escuelas primarias del Consejo Popular Armada, se detectaron dificultades por parte de los profesores al impartir los pasos fundamentales (Skip y Galop), así como la poca variedad de juegos que ejerciten estos dos pasos fundamentales en las clases que se imparten.

Por otra parte, en el Programa y Orientaciones Metodológicas de la Educación Física para el 1er ciclo de la Educación Primaria, en el 1er grado de las unidades de Juegos y Actividades Rítmicas se reflejan escasos juegos que contribuyan a la ejercitación de los pasos fundamentales (Skip y Galop) lo cual incide en el poco dominio de los profesores al impartir este contenido.

El objetivo de la investigación estuvo dirigido a elaborar juegos para la ejercitación de los Pasos Fundamentales

(Skip y Galop) en el primer grado (1er ciclo) de la Educación Primaria.

METODOLOGÍA

Para llevar a cabo esta investigación de tipo descriptiva, se tuvo en cuenta la población que comprende todos los profesores de Educación Física del consejo popular Armada, del municipio Cerro. Se tomó como muestra 8 profesores (6 masculinos para un 75% y 2 femeninas para un 25%) que imparten el primer grado, de los cuales el 37, 5% son graduados de la Escuela de Profesores de Educación Física (EPEF), otro 37,5% del curso de Instructores Deportivos, un 12,5% son Habilitados y el otro 12,5% optó por la carrera a través de la Orden 18; todos pertenecientes a 4 escuelas.

Métodos Teóricos.

Análisis Documental: se analiza la unidad Actividades Rítmicas del Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física del primer ciclo de la Educación Primaria, con el fin de conocer qué posibilidades brinda este, a los profesores para ejercitar los pasos fundamentales Skip y Galop.

Histórico- Lógico: se realizó un estudio de las principales conceptualizaciones de juegos a partir de la visión de diferentes autores.

Análisis. Síntesis: Se organizó la información obtenida analizándola y sintetizándola a partir de los objetivos propuestos con vistas a elaborar el informe final de esta investigación.

Métodos Empíricos y Técnicas.

Técnica de entrevista: se realizó una entrevista a los profesores de Educación Física con el objetivo de determinar las dificultades que presentan al impartir los pasos fundamentales (Skip y Galop), en la unidad de Actividades Rítmicas en el primer grado de la Educación Primaria.

Observación: se utilizó una guía de observación teniendo en cuenta cada una de las partes de la clase y las actividades a observar, y comprobar la utilización de juegos en las mismas al impartir los pasos fundamentales (Skip y Galop) en el primer grado de la Educación Primaria.

Técnicas estadísticas y procedimientos para el análisis de los resultados.

Las técnicas estadísticas utilizadas en esta investigación están relacionadas con el análisis porcentual dependiendo del

análisis realizado de la entrevista aplicada en la investigación.

RESULTADOS

A raíz de la aplicación y el análisis de los instrumentos en la investigación como la entrevista y la observación se contó con las herramientas necesarias para diseñar la propuesta de juegos con el propósito de ejercitar los pasos fundamentales Skip y Galop para lo cual se tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

- Lo sugerido en el programa de Educación Física de 1er ciclo.
- Los pasos metodológicos para la descripción de los juegos (Watson y colectivo, 2008).
- Los pasos metodológicos para la enseñanza de los juegos (Watson y colectivo, 2008).

La propuesta consta de un total de 10 juegos encaminados a la ejercitación de los pasos fundamentales Skip y Galop. A continuación se relacionan los juegos propuestos.

No.	Nombre del juego	Paso que ejercita	Clasificación del juego
1	Confituras para ti.	Skip	Rítmico
2	Skip hacia las figuras geométricas.	Skip	Co-educacional
3	Al derecho y al revés.	Skip	HMB
4	Construyendo el molino.	Skip	HMB
5	Suiza Skip	Skip	HMB
6	Vamos a cabalgar	Galop	Rítmico
7	Cabalgando sobre las figuras geométricas	Galop	Co-educacional
8	El Galop en ocho	Galop	HMB
9	Galop en zig-zag.	Galop	HMB
10	Jinete tras jinete.	Galop	HMB

JUEGOS PARA EL PASO SKIP

Juego No. 1

Nombre. Confituras para ti.

Objetivo: ejercitar el paso Skip al ritmo de la canción.

Materiales: ninguno.

Participantes: 20 alumnos. (H y V)

Organización: el grupo forma disperso en el terreno.

Desarrollo: un alumno realiza el paso Skip al ritmo de la canción que cantan sus compañeros. Cuando terminen de cantar debe escoger a otro niño para que realice el paso Skip al ritmo de la canción.

Reglas:

- El niño seleccionado por el compañero deberá realizar el paso Skip al ritmo de la canción y al

concluir esta seleccionar a otro
compañero.

Canción:

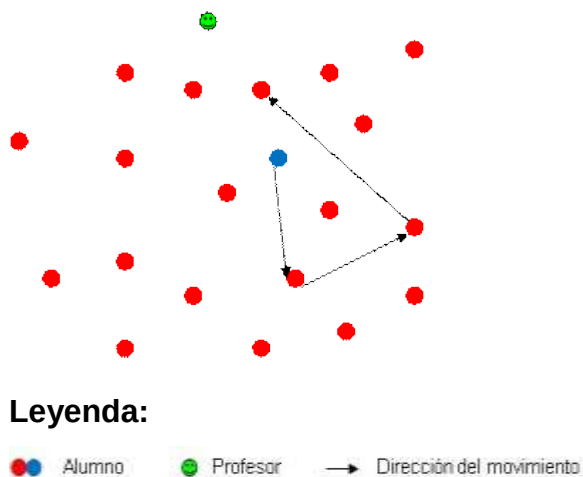
Tengo caramelo de la fiesta de Carmelo

Tengo chambelona de la fiesta de Ramona

Tengo un amigo con quien compartir

Por eso mis dulces serán para ti.

Diagrama:



Variante:

- Realizar el juego en parejas.

Juego No. 5

Nombre. SuizaSkip.

Objetivo. Ejercitar el paso Skip saltando la suiza a una distancia de 15 metros.

Materiales: suiza.

Participantes: 20 alumnos. (H y V)

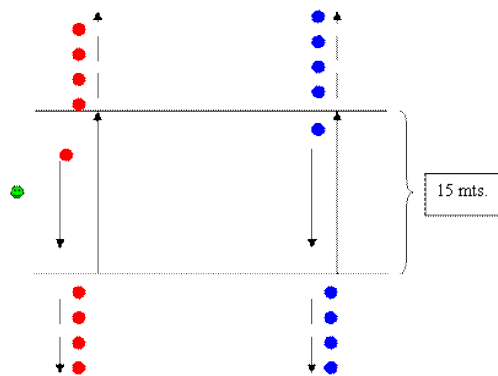
Organización: el grupo se divide en dos hileras una frente a la otra.

Desarrollo: al sonido del silbato los capitanes de cada equipo saldrán saltando la suiza ejecutando el paso Skip. Al llegar a la hilera de enfrente entrega la suiza a su compañero para que realice la actividad. Se debe pasarla suiza durante la fase de vuelo del paso Skip.

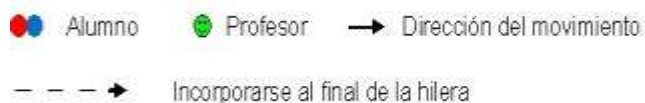
Reglas:

- Si un alumno se enreda con la suiza, debe comenzar la actividad desde el principio.
- Gana el equipo que primero termine.

Diagrama:



Leyenda:



Variante:

- En fila, realizar el paso Skip.
- Desde la posición de salida sentado, pararse y ejecutar el paso Skip.

JUEGOS PARA EL PASO GALOP

Juego No. 6

Nombre. Vamos a cabalgar.

Objetivo: ejercitar el paso Galop a través de una canción.

Materiales: Ninguno.

Participantes: 20 alumnos. (H y V)

Organización: el grupo forma en un círculo grande.

Desarrollo: a la señal del profesor ,todos los alumnos comienzan hacer el paso Galop al ritmo de la canción hacia la derecha del círculo, mientras uno de los integrantes lo realizará contrario a este, cuando culmina la canción él elige a otro para continuar el desarrollo del mismo.

Reglas:

- No se puede elegir a un compañero que lo haya realizado.
- Cuando se acabe la canción debe seleccionar a un compañero

Canción:

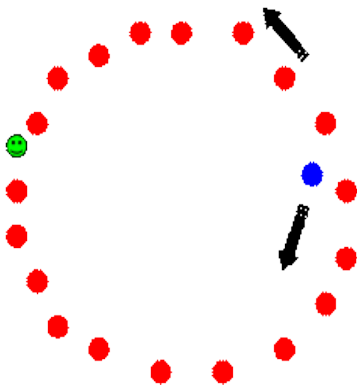
Sale Juanito para cabalgar.

El día es hermoso para ir a pasear.

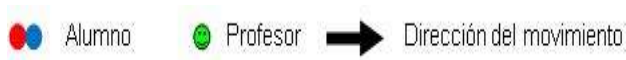
Elige un compañero que venga a galopar.

Porque tu turno ya debe terminar.

Diagrama:



Leyenda:



Variante:

- Los alumnos dispersos en el terreno, realizan el paso Galop al ritmo de la canción. Se toman de las manos cada vez que repitan la estrofa.

Sale Juanito para cabalgar.

El día es hermoso para ir a pasear.

Elige un compañero que te ha de acompañar.

Tomados de las manos más se divertirán

Juego No. 7

Nombre. Cabalgando sobre las figuras geométricas.

Objetivo: ejercitar el paso Galop avanzando sobre las figuras geométricas.

Materiales: Tizas y banderas.

Participantes: 20 alumnos. (H y V)

Organización: cada equipo estará formado en hilera, frente de cada una de ellas, se pinta en el suelo 4 figuras geométricas, con 1 metro de separación entre una y otra, y al final de la última figura a una distancia de 2 metros se coloca una bandera.

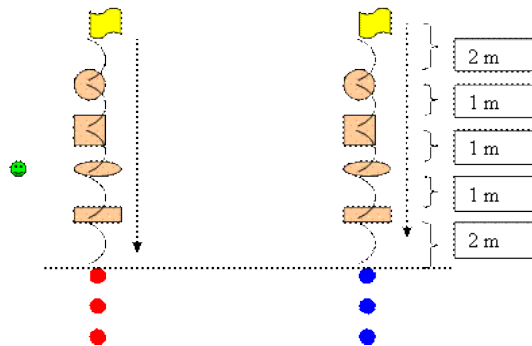
Desarrollo: Al sonido del silbato salen los primeros alumnos de cada equipo, realizan el paso Galop pasando por encima de las figuras geométricas sin tocarlas con el pie durante la fase de vuelo del mismo. Dan la vuelta en la bandera y regresan corriendo en línea recta. Le tocan la mano al próximo compañero y realiza la misma actividad.

Reglas:

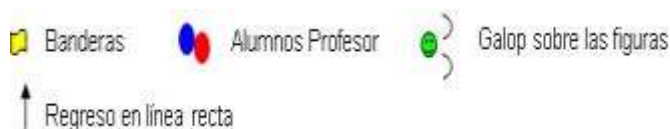
- Si el alumno pisa durante la realización del paso Galop una de las figuras geométricas pintadas en el piso debe iniciar la actividad.

- Ganará el equipo que primero termine y realice el paso Galop correctamente.

Diagrama:



Leyenda:



Variante:

- Se colocan encima de las figuras geométricas la letra **D** (derecha), **I** (izquierda) indicando qué pierna debe ir delante para realizar el paso Galop.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Los juegos que se proponen en la investigación se elaboraron teniendo en cuenta los resultados del diagnóstico que arrojó la problemática detectada,

posteriormente se realizó un trabajo de mesa en el que participaron los profesores de Teoría y Práctica de los Juegos, Gimnasia básica, Teoría y Metodología de la Educación Física y Educación Rítmica de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”, de la Habana.

Se efectuó un taller con los metodólogos y profesores de Educación Física de los diferentes municipios para la preparación metodológica relacionada con el tema y la utilización de estos para la ejercitación de los pasos fundamentales Galop y Skip en las clases de Educación Física del primer ciclo de la Educación Primaria.

Los juegos se emplearon por los estudiantes del segundo año de la carrera en la Práctica Laboral Investigativa en la unidad de Actividades Rítmicas y en la planificación de la clase del festival a nivel de base, municipio, provincia y nacional, en este último obtuvo la categoría de relevante.

Atendiendo a los resultados alcanzados y la utilidad que poseen los juegos se consideran una herramienta adecuada para el logro de tal fin y para facilitar el

trabajo de los profesores con este contenido.

CONCLUSIONES

- Luego del análisis del Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física para el primer ciclo de la Educación Primaria, en la unidad de Actividades Rítmicas se constató que se reflejan escasos juegos para ejercitar los pasos fundamentales Skip y Galop.
- La aplicación de instrumentos como la entrevista evidenció que los profesores de Educación Física poseen poco conocimiento acerca de los pasos fundamentales, así como la no utilización de juegos para ejercitar los pasos Skip y Galop en las clases.
- Se elaboraron 10 juegos, 5 para ejercitar el paso Skip y 5 para el paso Galop, como material de consulta para consolidar los pasos fundamentales en la unidad Actividades Rítmicas del 1er grado de la Educación Primaria.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alfaro Torres, Rolando. (2003) *Juegos Cubanos*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
2. Arboleda Gómez, Rubiela. (1996) *El Juego: Ceremonia de iniciación en la Cultura*. Colombia: Educación Física y Deportes.
3. Barbero, José Carlo (2000). *La enseñanza Individualizada y los juegos y deportes alternativos en Educación Físicas: unidad didáctica*. www.deporte.com digital. Buenos Aires.
4. Bequer Soto del Valle, María T. (2003). *Propuesta de Guía Técnica Metodológica para el desarrollo de la Creatividad motriz en la Gimnasia Rítmica como material de apoyo a la Aplicación del PPD Categoría (6-8 años)*. Tesis de Maestría. La Habana: ISCF "Manuel Fajardo."
5. Bonachea Estrialgo, Roberto (2001) *Juegos de Música*. La Habana: Editorial Gente Nueva.
6. Calas Rodríguez, Juan Luis. (2002) *Propuesta alternativa de juegos para la enseñanza primaria en el municipio*

Bayamo de la provincia Granma.
Granma.

Educación Primaria utilizando técnicas participativas. La Habana: ISCF “Manuel Fajardo”

7. Colectivo de autores (2003) *Gimnasia y Educación Rítmica.* La Habana: Editorial Deportes

14. Funes Aguar, Enrique (1987) *El juego.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación

8. Colectivo de autores (2006). *Teoría y Metodología de la Educación Física,* (Tomo II), Ciudad Habana. (Versión Digital).

15. Heinss. (1987) *Gimnasia Rítmica para niñas.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

9. Colectivos de autores. (2006) *Psicología. Libro de texto.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

16. Jiménez, Javier Francisco. (2001) *La enseñanza del deporte durante la fase de iniciación deportiva.* Revista digital Efdeportes.com Disponible en <http://www.efdeportes.com>. Buenos Aires.

10. Colectivo de Autores. (2001) *Programa y Orientaciones Metodológicas de Educación Física* (1er ciclo). La Habana: Editorial Deportes

17. López Rodríguez, Idalmis (2007) *Influencia de un sistema de juegos motores para el desarrollo de la coordinación en los alumnos de primer y segundo grada de la escuela Héroes de la Patria del municipio Güines.* La Habana. ISCF “Manuel Fajardo”

11. Döber, Erika. (1980) *Juegos Menores.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

12. Elkoin, D. B. (1984) *Psicología del juego.* Ciudad Habana: Editorial Pueblo y Educación.

18. Lora Risco, Josefa (1989) *Psicomotricidad hacia una educación integral.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación. 200 p.

13. Flores Cortiña, Ana Maylín. (2010) *Propuesta de juegos co-educacionales para ejercitar los contenidos de las asignaturas teóricas en el primer grado de la*

19. Queralta Rodríguez, María C. (2003)
Multimedia de Orientación metodológica para los contenidos de la unidad actividad Rítmica en el primer ciclo de la enseñanza primaria. La Habana: ISCF “Manuel Fajardo”
20. Watson Brown, Herminia (2008).
Teoría y Práctica de los Juegos. Ciudad de la Habana: Editorial Deportes.

Recibido: 19112013

Aprobado: 12042014

Datos de los autores:

MSc. Annette Núñez- González

Profesora Asistente

E-mail. annetteng@uccfd.cu

MSc. Yoany Navarro- Andreu

Profesor Asistente

Lic. Osmany Vargas- Morales

Universidad de Ciencias de la Cultura
Física y el Deporte “Manuel Fajardo” La
Habana