

**Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte  
Manuel Fajardo  
Holguín**

*Alternativa de actividades físicas para la preparación de  
la familia del programa "Educa a tu Hijo" en el Reparto  
Lenin, Municipio Holguín*

*Tesis en opción al título de Máster en la Actividad Física  
Comunitaria.*

*Autor: Lic. Arelis Isidora Hernández Rodríguez.*

*Tutor: MSC. Fernando Llampay Miranda*

*2011*

## *Pensamiento*

*Creo que es para un padre un mal cálculo no molestarse un poco por la educación de sus hijos; porque la educación, en cualquier situación de fortuna que se vea colocada una persona, es la mejor herencia que puede recibir.*

*JOHN LOCKE (1693)*

## *Agradecimientos*

*A mi tutor Fernando Llampay, por sus valiosas orientaciones y sugerencias.*

*Sería injusto no expresar mis sinceros agradecimientos, a todas aquellas personas que en el orden material y espiritual, han hecho posible la concreción de este trabajo. La lista es interminable. De todas formas, quede plasmada aquí la contribución necesaria y desinteresada de cada uno de ellos.*

*A Todos Muchas Gracias...*

## *Dedicatoria*

*Con inmensa ternura y cariño va dirigida:*

*A mi madre, que supo con su dulzura y esmerada entrega, educarme y prepararme para la vida.*

*A mis hijos por existir, que constituyen el principal estímulo para mi desempeño profesional.*

*A nuestra Revolución cubana y su principal líder por darnos la posibilidad de superarnos gratuitamente.*

*A los niños porque representan nuestra fuente de inspiración.*

## **SÍNTESIS**

En Cuba, la dirección del gobierno, encabezada por nuestro líder Fidel, se propuso la meta de convertirnos en el país más culto del mundo y para lograrlo centra sus esperanzas en el Ministerio de Educación. Corresponde entonces a cada educador cumplir con el reclamo de preparar, desde la más joven generación, a ciudadanos capaces de utilizar su lengua natal correctamente y realizar actividades físicas que preparen al niño para la vida.

En este orden, el programa "Educa a tu Hijo" es el núcleo esencial por el que transita el niño como vía no institucional, en las edades comprendidas entre cero y seis años de vida. Donde la familia es eslabón fundamental en la conducción, estimulación y orientación a la hora de realizar las actividades físicas. (Anexo 1)

En este sentido, se realizó un diagnóstico el cual tuvo como resultado la insuficiente preparación de la familia a la hora de estimular al niño en las actividades físicas a desarrollar en la gimnasia con el niño; como servicio del programa "Educa a tu Hijo" en las edades de cuatro a cinco años.

La utilización del método empírico, la observación sirvió de mucho ya que mediante la técnica aplicada, la entrevista – encuesta, así como el estudio de documentos y criterios de personas con experiencia permitió crear actividades teórico-práctica para la preparación de la familia siendo de utilidad y motivación a la hora de apoyar las actividades físicas con el niño.

## INDICE

	<b>PÁG</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b>	1
<b>Capítulo I: Fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el desarrollo de las actividades físicas en la preparación de las familias en el programa “Gimnasia con el niño”.</b>	7
1.1 Posiciones teóricas acerca del papel protagónico de la familia en la educación de los niños de cuatro a cinco años de edad.	7
1.2 Antecedentes históricos del programa “Gimnasia con el niño”. Características fundamentales.	11
1.3 Características de las actividades físicas en niños de cuatro a cinco años. Su importancia.	17
1.4 El desarrollo físico a través de las actividades físicas en el programa “Gimnasia con el niño”.	20
1.5 Contribución de la familia en el desarrollo físico de los niños, a través del programa “Gimnasia con el niño”.	21
1.6 Fundamentación de la alternativa de actividades físicas para la preparación de la familia del programa “Gimnasia con el niño”.	23
<b>Capítulo II: Propuesta de la alternativas de actividades físicas para la preparación a la familia de niños de cuatro a cinco años de edad, atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”.</b>	29
2.1 Análisis de los resultados del diagnóstico aplicado.	29
2.2 Propuesta de la alternativa de actividades físicas para la preparación de la familia del programa “Gimnasia con el niño”.	35
2.3 Valoración de los resultados obtenidos en la implementación de la alternativa de actividades físicas para la preparación de las familias del programa “Gimnasia con el niño”.	53
<b>CONCLUSIONES</b>	56
<b>RECOMENDACIONES</b>	57
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	58
<b>ANEXOS</b>	

## INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas se ha multiplicado el interés desde diferentes ciencias por el valor social de la familia, en especial en lo relativo a la formación de las nuevas generaciones, para tratar asuntos relacionados con procesos de desarrollo humano. La actualidad del tema se refleja en Cumbres Iberoamericanas de Jefes de Estados y de Gobiernos y en Conferencias Iberoamericanas sobre Familia, al constituir un objetivo importante en las políticas de desarrollo de los gobiernos.

En investigaciones realizadas por prestigiosos autores nacionales e internacionales, tales como: P. L. Castro, P. Arés, G. Árias, E. Núñez, S. Castillo, M. Álvarez, C. Martínez, y A. Bateson, S. Minuchin, M. Barroso, Virginia Satir, M. Araya, entre otros y los intercambios en eventos con especialistas del tema, han corroborado la necesidad de ampliar las fuentes dirigidas a estimular los procesos motivacionales hacia el trabajo con la familia.

En la Convención de la ONU ( Organización de Naciones Unidas) en 1989 se planteó que los derechos de los niños y las niñas se agrupan bajo los conceptos generales de supervivencia, protección y desarrollo. Este último se refiere a las condiciones que se requieren para acceder a la educación, al disfrute de las actividades físicas- culturales y al esparcimiento. En este orden, y al decir de P. L. Castro y S. Castillo (2002 Pág.3): "(...) La escuela, las organizaciones, las comisiones que hemos creado, intentan conducir el proceso de educación familiar y no toman en cuenta las posibilidades que tienen los propios padres en hacerlo. La familia necesita encontrar su propio sentido, rescatar su intencionalidad en esos procesos".

El Código de la Niñez y la Juventud puntualiza que la familia tiene la obligación ante la sociedad de conducir el desarrollo integral de los niños y jóvenes y estimular en el hogar el ejercicio de sus deberes y derechos. En este proceso desempeña un papel importante la forma de pensar y los estilos de comportamiento de las personas que conforman la familia, la existencia de una conciencia de voluntad para educar y la capacidad para desarrollarse a partir de la aplicación de acciones con la participación de todos los componentes de la familia.

Se ha comprobado que la familia desempeña una función privilegiada al ejercer las influencias más tempranas, directas y duraderas en la formación de la personalidad de los individuos, y que actúa en el transcurso de sus vidas como agente modulador en su

relación con el medio. En Cuba son diversas las instituciones, organismos y centros de estudios que abordan programas sociales y científicos para contribuir con el perfeccionamiento del valor social de la familia. Se considera que todo niño puede crecer y desarrollarse mejor si se le ayuda y estimula, y aunque es tarea de muchos, la familia constituye un eslabón fundamental.

De este modo los programas educativos creados para la familia, están estructurados teniendo en cuenta las teorías que protegen las funciones de éstas y expresan su práctica educativa de variadas formas. Por lo anterior, el programa "Gimnasia con el niño" funciona sobre la base de un sistema de atención integrado por ministerios y organizaciones representantes de la sociedad dirigido fundamentalmente por el Ministerio de Educación el que integra el trabajo a través de promotoras, ejecutoras voluntarias, maestros y sobre todo la familia.

Este programa se desarrolla en todo el país con la misma concepción que las vías institucionalizadas y toma como centro la familia y a los infantes. Esta forma de atención favorece la satisfacción de necesidades de los niños de estas edades, garantiza los procesos de sociabilización - comunicación y a la vez propicia el intercambio y las relaciones entre los niños y las familias. El mismo se estructura a través de un trabajo comunitario que reúne a los diferentes factores de la comunidad y del territorio en la realización de acciones educativas con un carácter sistémico e intersectorial, y se fundamenta en el papel que se le asigna al adulto, principalmente en el ámbito familiar. Es el adulto realmente por su posición y experiencia el encargado de dirigir, orientar y organizar este proceso.

Por tanto entre las funciones del programa "Gimnasia con el niño" está la orientación a la familia para que realicen actividades que permitan la estimulación del máximo desarrollo de todas las potencialidades y posibilidades físicas, morales, estéticas e intelectuales de los niños preescolares en unión de los demás factores comunitarios. La educación cubana en sus diferentes niveles tiene dentro de sus prioridades el trabajo preventivo con la familia; donde se han mostrado avances cualitativamente superiores y se propone elevar la calidad educativa al crear condiciones que favorezcan la formación cultural del hombre y su preparación, desde su nacimiento, para ponerlo a la altura del mundo actual.

En este sentido, se traza vías, lineamientos y acciones encaminadas a fortalecer y desarrollar la educación sobre la base de los avances de la ciencia, la técnica y la política educacional actual con el objetivo de elevar la calidad del proceso educativo. En la realización de diferentes eventos de Pedagogía y Congresos de la Federación de Mujeres de Cuba, se ha tratado el papel de la familia cubana, sustentado en el diseño y aplicación del trabajo político- ideológico de las organizaciones políticas y de masas y la preparación y orientación de la familia y la comunidad, como parte de exigencias actuales de esta tercera Revolución Educativa.

En este orden, la preparación a la familia permite fortalecerla y orientarla para enfrentar, junto al maestro, ejecutor y técnicos del Instituto Nacional de Deporte Educación y Recreación, el desarrollo de actividades físicas a desarrollar en edades tempranas. Es la familia la encargada de hacer cumplir estos derechos como papel protagónico en la estimulación del máximo desarrollo integral de sus hijos.

- q El permanente contacto con las mismas ha permitido constatar sus fortalezas, recursos, habilidades, nivel de preparación, reclamos y necesidades; así como la observación, valoración e intercambio con promotoras, ejecutoras voluntarias y otros miembros de la comunidad involucrados en el programa “Gimnasia con el niño”.; confirman las interrogantes y profundas contradicciones en torno a la formación y preparación de la familia en el logro de su misión social formativa y desarrolladora.

Al educador, junto a la familia y la comunidad, se le ha encomendado la misión de conducir el proceso educativo, que conlleve a la formación y desarrollo de las nuevas generaciones. Para realizar con eficiencia esta labor, se hace necesario tener presente la gran diversidad existente de familias, para aceptar las diferencias y lograr potenciar el desarrollo de cada una de estas y en general de todas.

Varios especialistas reconocen que en el seno de la familia se instaura el proceso de socialización del hombre; allí se tejen los lazos afectivos primarios, los modos de expresar el afecto, la vivencia del tiempo y del espacio, las distancias corporales, el lenguaje y la historia que comprende a las distintas generaciones que nos precedieron; es decir, todas las dimensiones humanas más significativas se plasman y transmiten en la cotidianidad de la vida en familia.

Se debe lograr dimensionar el papel ya reconocido de la familia, como primera y permanente institución encargada de la educación y socialización de sus miembros, para lo cual se hace necesario el logro de cambios de actitud sobre su funcionamiento, que eleven sus acciones como promotora de desarrollo, como fuente de las riquezas espirituales de los hombres, desde un proceso de concientización en el desarrollo personal, individual y colectivo a tono con las cambiantes realidades sociales.

En este orden, el Consejo Popular # 7 ubicado en el reparto Lenin durante el curso escolar 2010-2011 ha recibido asesoramiento y control sistemático, de visitas, utilizando el Entrenamiento Metodológico Conjunto como método fundamental y visitas especializadas. No obstante, un diagnóstico realizado en dicho escenario permitió determinar limitaciones en la preparación de las familias en lo referido al mejoramiento y preparación de la misma para apoyar al ejecutor en el desarrollo de las actividades físicas en los niños de cuatro a cinco años de edad atendidos por el programa "Gimnasia con el niño".

Entre las **insuficiencias** detectadas se encuentran las siguientes:

1. El pobre intercambio y comunicación entre las diferentes familias de la comunidad.
2. Desconocimiento y tratamiento inadecuado a los logros motrices del desarrollo físico en estas edades por parte de la familia.
3. Predominio de la atención individual y no la grupal.
4. Pobre motivación de la familia, por las actividades físicas que desarrolla el niño. Las mismas se deben a **causas** tales como:

1. El insuficiente vínculo con la familia para conocer lo que realiza el niño en el hogar.
2. La poca vinculación con los técnicos y coordinadores del programa.
3. Insuficiente orientación de las actividades que realizara el niño en el desarrollo del programa "Gimnasia con el niño".

Este análisis permite determinar insuficiencias en la preparación de las familias en lo referido al desarrollo de actividades físicas lo que requiere un abordaje más profundo y sistemático, que propicie acciones de preparación de padres, madres o tutores para el cumplimiento de los objetivos que poseen las actividades físicas.

Los análisis realizados en el plano teórico-práctico proporcionan solidez científica al tema y ponen al descubierto la **contradicción** que se establece entre: la cultura general integral

que se aspira alcanzar en las familias que integran el programa “Gimnasia con el niño” del reparto Lenin y las carencias manifestadas en la preparación y orientación de actividades físicas a desarrollar en el programa.

Por lo antes expuesto se determina como **problema científico** siguiente: ¿Cómo preparar a las familias para desarrollar la actividad física en los niños de cuatro a cinco años de edad atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”, del reparto Lenin, del municipio de Holguín?

Se determina como **objeto de investigación**: El programa “Gimnasia con el niño”.

Para darle solución al problema se declara como **objetivo**: Elaboración de alternativa de actividades físicas para preparar a la familia de los niños de cuatro a cinco años de edad del programa “Gimnasia con el niño”, del reparto Lenin del municipio Holguín.

Se declara como **campo de acción**: La preparación a la familia de los niños de cuatro a cinco años de edad atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”.

Para guiar la investigación se trazaron las **preguntas científicas** siguientes:

1-¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan las actividades físicas en la preparación de la familia para favorecer el desarrollo físico de los niños del programa “Gimnasia con el niño”?

2-¿Cuál es el estado actual de la preparación de las familias de los niños de cuatro a cinco años de edad del programa “Gimnasia con el niño”, del reparto Lenin del municipio Holguín?

3-¿Cómo elaborar la alternativa de actividades físicas para la preparación de las familias para apoyar las actividades físicas en los niños de cuatro a cinco años de edad del programa “Gimnasia con el niño”, del reparto Lenin del municipio Holguín?

4- ¿Qué elementos científicos y prácticos justifican la efectividad de la alternativa de actividades físicas para la preparación de las familias de los niños de cuatro a cinco años de edad atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”, del reparto Lenin del municipio Holguín?

Se declaran las **tareas científicas** siguientes:

1.—Determinar los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan las actividades físicas en la preparación de la familia del programa “Gimnasia con el niño”.

2.-Diagnosticar estado actual de la preparación de las familias para favorecer el desarrollo físico en los niños de cuatro a cinco años de edad del programa “Gimnasia con el niño”, del reparto Lenin del municipio Holguín

3.-Elaborar la alternativa de preparación de las familias para favorecer el desarrollo físico en los niños de cuatro a cinco años de edad atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”, del reparto Lenin del municipio Holguín.

4- Definir los elementos científicos y prácticos justifican la efectividad de la alternativa de actividades físicas para la preparación de las familias de los niños de cuatro a cinco años de edad atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”, del reparto Lenin del municipio Holguín.

En la investigación se emplearon los **métodos científicos** siguientes:

### **Métodos teóricos**

**Histórico-Lógico:** permite hacer un análisis de los antecedentes del problema; así como el surgimiento del programa hasta la actualidad.

**Análítico-Sintético:** se utilizan en todo el proceso de la investigación y de forma particular permiten analizar críticamente los problemas que existen en la preparación y orientación de las familias; además en la elaboración de conclusiones.

**Enfoque sistémico estructural funcional:** se utiliza en la elaboración de alternativas de actividades físicas dirigidas a la preparación de las familias.

### **Métodos empíricos**

**Observación:** a diferentes sesiones de preparación familiar desarrolladas (actividades individuales, actividades conjuntas, entre otras) y facilita determinar las lagunas de conocimientos que posee la familia.

**Encuesta:** permite comprobar la preparación se posee acerca de la realización de las actividades físicas, así como las orientaciones dadas por el técnico del INDER o promotoras para su aplicación en la práctica cotidiana con los niños.

**Entrevista:** permite conocer la preparación que se posee para accionar con la familia; así como el desarrollo de este programa en el territorio y los resultados obtenidos.

**Criterio de Especialista:** para constatar la efectividad de la alternativa propuesta en la investigación.

### **Métodos matemáticos**

**Cálculo porcentual:** para el procesamiento de los datos obtenidos para su interpretación con el fin de analizar cualitativamente los resultados obtenidos.

**Tipo de investigación:** Es cuantitativa.

Para la intervención comunitaria se consideró como **población** a las 35 familias que contempla el programa, así como 9 del grupo ejecutor. Se seleccionó una **muestra intencional** constituida por las 35 familias que la conforman; lo que representa el 100% de la población y una muestra intencional del grupo ejecutor.

Como **aporte práctico** se propone la elaboración de alternativa de actividades físicas que logren preparar a la familia de los niños de cuatro a cinco años de edad del programa “Gimnasia con el niño” del reparto Lenin del municipio Holguín.

La **novedad** radica en que la misma se dirige a la preparación de la familia en los niños del programa, considerada por muchos especialistas como la primera escuela y a los padres como los primeros educadores; teniendo en cuenta que este es un medio de enormes potencialidades para realizar esta función.

**Capítulo I: Fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan el desarrollo de las actividades físicas en la preparación de las familias en el programa “Gimnasia con el niño”.**

En este capítulo se exponen las concepciones teóricas y metodológicas sobre la familia y su papel protagónico en las actividades que desarrollan sus hijos en las edades tempranas. Se analiza la preparación de la familia para facilitar un mejor trabajo con los niños a través del programa “Gimnasia con el niño”.

**1.1 Posiciones teóricas acerca del papel protagónico de la familia en la educación de los niños de cuatro a cinco años de edad.**

Existen diferentes criterios clasificatorios de las funciones familiares. Entre ellos se encuentran las funciones de cuidado, socialización, afecto, reproducción y status. Por ello se hace necesario recurrir a diferentes fuentes, entre las que se destacan:

La socialización primaria de los niños y estabilización afectiva de los adultos. (A.S.Makarenko).

La familia como núcleo central en la educación inicial del niño. (Parsons y Bales)

El mantenimiento físico de sus miembros, la adición de nuevos miembros (función generativa), la socialización de los hijos, el mantenimiento del orden en el seno familiar y entre miembros familiares y extra familiares, el mantenimiento de la moral familiar y la motivación a cumplir con las tareas en y fuera de la familia y la producción de bienes y servicios necesarios para mantener la unidad familiar. (Geraldo Meil Landwelin).

Con los avances de ciencias como la Sociología y la Psicología, con las características de otro contexto histórico, delimitado fundamentalmente por las necesidades socioeconómicas específicas, se requiere una nueva interpretación sobre la familia, que retome su definición, sus funciones, y en especial la educativa, así como las vías, métodos y formas en que se desarrolla el trabajo pedagógico con la misma.

En este orden, Inés C. Recas Moreira (1996) valora la familia en su modo de vida como el conjunto de formas típicas de la efectividad vital que realizan los integrantes de ella a diario, las relaciones que establecen entre sí y con su entorno mediante los cuales se apropian de determinadas condiciones de vida objetivas y subjetivas en el marco de una formación económica social determinada. En este modo de vida la sociedad desempeña su rol porque en ella se concretan y desarrollan, mediante sus actividades y relaciones cotidianas.

Para Ares P (1990, Pág.1) la familia "(...) es el grupo natural del ser humano jurídicamente y se organiza sobre la base del matrimonio, el cual suele definirse como una institución social en la que un hombre y una mujer se unen legalmente con el fin de vivir juntos, procrear, alimentar y educar a sus hijos por tanto, la existencia de una persona está estrechamente unida al ambiente familiar, este ambiente circunda su vida, sus triunfos y fracasos".

Por tanto, se asume como familia la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia común, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia.

En este orden, Engels realizó un análisis enriquecedor sobre las relaciones familia-sociedad, familia – individuo, según sus funciones. Dejó establecido, en una época tan temprana para el desarrollo de las ciencias sociales, que la familia no es una relación primordialmente biológica, sino que tiene un doble carácter natural y a la vez social; constituyendo las relaciones de cooperación entre sus miembros su esencia social.

La definición estructural de familia agrupa tres criterios diferentes:

El consanguíneo

El cohabitacional

El afectivo

De estos se distinguen tres conceptos fundamentales:

- Familias son todas aquellas personas con vínculos conyugales o consanguíneos donde se destacan los vínculos de parentesco resaltando la ontogénesis de la familia.
- Familias son todas aquellas personas que cohabitan bajo un mismo techo unidos por constante espacio corporales. Enfatiza el marco de referencia medio ambiental más próximo a la persona.
- Familia son todas aquellas personas que tienen un núcleo de relaciones afectivas estable. Lo principal en este caso es el grado de intimidad y estabilidad de los vínculos afectivos.

Las condiciones de vida son el conjunto de aspectos materiales, sociales y que caracterizan el medio en el cual los hombres desarrollan sus actividades y relaciones y están determinadas por el modo de vida de la sociedad. En este orden, se hace necesario conocer las funciones que desempeña la familia.

La función desde el punto de vista filosófico se entiende como la manifestación externa de la esencia de las cosas, de fenómenos y objetos; de tal manera, al examinar las funciones familiares y su desempeño se puede conocer que la familia no es una relación

primordialmente biológica, sino que tiene un doble carácter natural y a la vez social; constituyendo las relaciones de cooperación entre sus miembros su esencia social.

En la realización de las diferentes actividades aparecen acciones conscientes e inconscientes, ambas tienen un efecto educativo en correspondencia con el sentido subjetivo que tenga para cada miembro; hasta qué punto las regulan y cómo se asumen en sus planes de vida depende tanto del modo de vida familiar, de las peculiaridades de cada familia y de cada miembro.

La concepción de Vigostky, L.S y otros autores en la comprensión de la determinación del desarrollo psicológico del hombre como el resultado de la acción del medio, pero a través de la vivencia, la condiciones de vida y la situación social del desarrollo de la familia son decisivas en la formación y desarrollo de la psicología individual y familiar, no como influencia lineal, sino desde las vivencias que de esas condiciones de vida tiene en cada uno de los miembros y la familia como grupo en su complejas interacciones.

Al decir de P. L. Castro y S. Castillo. (2002 Pág.3) “La escuela, las organizaciones, las comisiones que hemos creado, intentan conducir el proceso de educación familiar, y no toman en cuenta las posibilidades que tienen los propios padres en hacerlo. La familia necesita encontrar su propio sentido, rescatar su intencionalidad en esos procesos”.

Se considera de gran importancia en esta investigación sobre el papel de la familia en la educación de sus hijos, como se hace referencia en las tesis de la teoría de la comunicación que sirve de soporte las que se nutre de los aporte de Lomov. F. B. (1990); González. R. F. (1989) los que han sido utilizados en estudio de las funciones de la comunicación y los resultados se incluyen como parte de los contenidos que son analizados por su relevancia en la eficacia de la misma.

Desde el punto de vista filosófico la función se entiende como la manifestación externa de la esencia de las cosas, de fenómenos y objetos; de tal manera, al examinar las funciones familiares y su desempeño se puede conocer la esencia de este grupo.

Existen diferentes criterios clasificatorios de las funciones familiares. Entre ellos se encuentran las funciones de cuidado, socialización, afecto, reproducción y status (Anameli Monroy, s/a); biológica, ideológica y educativa (A.S.Makarenko); la socialización primaria de los niños y estabilización afectiva de los adultos (Parsons y Bales), centrados en la

familia nuclear,(referidos por Geraldo Meil Landwelin, 1992); el mantenimiento físico de sus miembros.

La adición de nuevos miembros (función generativa), la socialización de los hijos, el mantenimiento del orden en el seno familiar y entre miembros familiares y extra familiares, el mantenimiento de la moral familiar y la motivación a cumplir con las tareas dentro y fuera de la familia y la producción de bienes y servicios necesarios para mantener la unidad familiar (Hill); Kaufman en 1980, concreta el funcionamiento familiar en función que cumple para la sociedad desde lo generativo y desde la perspectiva para el proceso de socialización mediante la transmisión de los valores del sistema sociocultural.

En análisis realizados por Aurora García en tesis de doctorado y como plantea Arés Muzio, Patricia. (1990). "Mi familia es así". Páginas 7, 8 y 9. La familia como objeto de investigación científica supone la solución de un conjunto de problemas teóricos y metodológicos. Muchos de los psicólogos y sociólogos de la materia valoran la importancia de la familia para el desarrollo de la personalidad

La familia tiene la responsabilidad de influir positivamente en el aprendizaje inicial del niño, a través de sus diversas formas de relaciones ofreciéndole un contexto rico en experiencias y vivencias para lograr el máximo desarrollo de sus capacidades y potencialidades, pues los padres tienen el deber de contribuir activamente a la educación y la formación integral de sus hijos, como ciudadanos útiles y preparados para la vida en sociedad.

## **1.2 Antecedentes históricos del programa "Gimnasia con el niño".**

### **Características fundamentales.**

Desde sus inicios hasta la actualidad ha pasado por diversas transformaciones, en aras de su perfeccionamiento con prioridades específicas de la enseñanza y por resultados del crecimiento económico y del avance de las políticas sociales y los avances del conocimiento. Ello se sustenta en la tesis que refiere que la formación del individuo se logra en las condiciones de la educación y la enseñanza por medio de la apropiación de la experiencia histórica social de la humanidad.

Esta modalidad de educación programa "Gimnasia con el niño", tuvo su antecedente en una investigación desarrollada en los años 1983-1992 por el Instituto de colaboración con los pueblos, dirigida por la Doctora A. M. Silverio Gómez, iniciándose en zonas rurales

cuyo propósito fundamental estaba centrado en lograr el desarrollo armónico de los niños y las niñas desde las edades más tempranas y su preparación para el futuro ingreso escolar.

Para su aplicación, se elaboró una colección de 9 folletos educativos dirigidos a la familia, cuya efectividad fue investigada de manera experimental mediante una estrategia, de esta forma quedó demostrado el efecto positivo de esta intervención en el desarrollo integral de los niños que lo recibieron, independientemente de las zonas donde residían, así como las posibilidades de su aplicación por las familias en las condiciones del hogar, al elevarse paulatinamente su nivel de cultura psicológica y pedagógica.

En los folletos elaborados con orientaciones a la familia para la atención integral de sus hijos. Abarca los diversos aspectos de la formación de los niños de las edades de cero a seis años, tales como la salud, nutrición, el desarrollo intelectual motriz, socio-afectivo y la protección, todo ello de manera intersectorial y participativa. Se aplica por la familia en las condiciones del hogar una vez orientado por los diferentes agentes educativos que participan en él.

En 1946 se crea la oficina de Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia, que tiene desde el principio una participación activa en la puesta en práctica del programa "Gimnasia con el niño" a nivel nacional, apoya el diseño de materiales y medios educativos para estos fines educativos comunitarios, así como la divulgación a través de diferentes medios.

El programa "Gimnasia con el niño" es una vía educativa creada en Cuba para la atención de los niños de cuatro a cinco años de edad que no asisten a una institución con el propósito fundamental de preparar a la familia para que ella desempeñe este rol en su hogar y en la comunidad. Pero es la dirección de educación municipal responsabilizada de prepararlas y no todo se ha logrado en este sentido, por ello es necesario seguir perfeccionando esta esfera de actuación preescolar tanto por la vía práctica como investigativa. Las políticas emanadas del gobierno cubano van encaminadas a preservar el bienestar de la primera infancia y se complementan a través de leyes y documentos, todos encaminados a crear programas en concordancia con las ideas filosóficas, psicológicas, sociológicas y pedagógicas que están estipuladas en los proyectos educativos.

En estudios realizados en la actualidad se ha demostrado que se debe transformar el medio familiar en el que se desenvuelve el pequeño, en cuento a su preparación para

incidir favorablemente en la educación de estos, teniendo en cuenta las exigencias actuales de la enseñanza, con énfasis en las prioridades, partiendo del trabajo preventivo que tiene como objetivo general en el curso 2007-2008. Perfeccionar el trabajo preventivo en el Sistema Nacional de Educación, a partir del fortalecimiento del trabajo del Consejo de Atención a Menores, el seguimiento sistemático a los indicadores que miden eficiencia educacional y la formación de valores ciudadanos partiendo de: directriz.

La generalización de este programa "Gimnasia con el niño" en todo el país, se realiza con la misma concepción y se fundamenta en la estructuración de un trabajo comunitario, donde los diferentes factores del territorio se involucran en el cumplimiento de acciones educativas con un carácter sistémico e intersectorial entre los que se encuentran los siguientes: Educación, Salud Pública, Cultura, Deportes, Federación de Mujeres Cubanas, Comités de Defensa de la Revolución, Asociación Nacional de Agricultores Pequeños, Asociaciones Estudiantiles, Sindicatos y los medios de difusión masiva entre otros; en la actualidad se incorporan, trabajadores sociales, entre otros miembros.

#### **Tareas del programa "Gimnasia con el niño"**

1. Fortalecer la acción del Grupo Técnico Nacional del programa "Gimnasia con el niño" con los territorios a partir del análisis con todos los organismos y organizaciones representados.
2. Manteniendo un diagnóstico sistemático y preciso de los niños de cuatro a cinco años y sus familias, que permita utilizar sus resultados para perfeccionar la atención de los casos que así lo requieran de manera oportuna.
3. Concebir una política de divulgación televisiva y de radio para el tratamiento a los problemas que aparecen en el estudio del programa "Gimnasia con el niño" y solicitar al Ministerio de Cultura la elaboración de un plan para darle respuestas a esa necesidad, enfatizando en la auto responsabilidad familiar para la atención a los niños /as.

En correspondencia con estas aspiraciones juega un papel fundamental las condiciones de vida y de educación familiar, si se crea un sistema de influencias sistemáticamente organizadas y dirigidas al desarrollo de determinados objetivos, que en la edad preescolar están encaminadas a lograr el máximo desarrollo integral de cada niño, con el papel protagónico de la familia, lo cual constituye indicio indispensable en su preparación para el ingreso a la escuela, que de acuerdo con el resultado general de la educación el cual debe de ser integral y armónico, conducente al desarrollo de diferentes esferas de la

personalidad tanto en lo intelectual, físico, estético y moral, en correspondencia con los logros del desarrollo y las particularidades de cada edad, así lo expresa el programa “Gimnasia con el niño”.

Por tanto, la inclusión de la familia como uno de los entes activos fundamentales en el desarrollo y cumplimiento del programa “Gimnasia con el niño”, se debe a la importancia de su influencia en la educación infantil, por lo que se corrobora que desde muy temprano interviene en el desarrollo social, físico, intelectual y moral de su descendencia, hecho que se produce sobre la base de un ambiente familiar adecuado.

Desde esta perspectiva se trata, de lograr que la familia llegue a adquirir conocimientos y desarrollar determinadas habilidades que le permita ejercer más adecuadamente su función educativa y que participe en la estimulación del desarrollo físico de sus hijos; en el mejor cuidado de su salud, nutrición y educación. Es necesario señalar que en la medida que la familia se involucra y participa en el programa “Gimnasia con el niño”, éste se enriquece extraordinariamente y se eleva la calidad del Proceso Educativo.

La relevancia de este programa y en correspondencia con lo antes expuesto, las vías de preparación están dirigidas a preparar a las familias para asumir la responsabilidad de estructurar, orientar y conducir el Proceso Educativo, encaminado al desarrollo, que solo es posible cuando se logra la participación activa de estas y del niño, teniendo en cuenta sus necesidades e intereses y con la actuación mediadora del ejecutor.

Entre 1992-1993 se comienza a aplicar el programa en municipios seleccionados de las provincias de la Habana y Granma, donde se diseña la estructura de apoyo al programa, el sistema de capacitación, los materiales a utilizar y las comunidades comienzan a vincularse y a tomar responsabilidades en las tareas educativas de los pequeños infantes; a partir de estos resultados y de los estudios realizados, comienza la implementación de esta investigación a nivel nacional acompañada de un proceso de monitoreo.

En Cuba se ha demostrado según se expresa en el libro: La experiencia cubana en la atención integral al desarrollo infantil en edades temprana, de colectivo de autores (2003). que el programa “Gimnasia con el niño” promueve la participación conjunta de la familia, sus hijos y el ejecutor en él, y está implícita en la concepción del desarrollo, que toma como centro del Proceso Educativo al niño y le otorga el papel rector al adulto y muy especialmente a la familia: En nuestro país se han aplicado diferentes programas dirigidos

a la atención de la familia y el desarrollo comunitario y su éxito ha sido posible con la participación de todos los organismos y organizaciones que se establecen en la sociedad

La necesidad de la participación coordinada de diferentes sectores sociales involucrados en el desarrollo integral de la primera infancia, hace que se acceda al enfoque intersectorial que multiplica la efectividad en el cumplimiento de las acciones y esfuerzos aislados.

La atención a la infancia como prioridad social activa, asumiendo como sector social una esfera de la sociedad que tiene sus propios objetivos (misiones, encargos con el personal técnico especializado y de voluntariedad. Con este propósito se organizan los grupos coordinadores en los diferentes niveles y con diferentes funciones: a través de los cuales se trazan políticas y estrategias de trabajo para la puesta en marcha del programa en el país, se diseña la capacitación general, el monitoreo, la evaluación, divulgación y estimulación. Se entiende que la intersectorialidad.

En nuestro accionar cotidiano hemos constatado que para la efectividad y cumplimiento de estos objetivos del programa, se hace necesario que la familia se vinculen a una de las dos modalidades de atención: que se caracterizan por la atención individualizada y se inicia antes del nacimiento, durante el embarazo, mediante la orientación sistemática por el médico, la enfermera de la familia en la consulta de atención prenatal y los técnicos entre otros ejecutores.

Esta modalidad de atención educativa, por el programa "Gimnasia con el niño" en Cuba, tiene carácter flexible y adopta diferentes modalidades en correspondencia con la diversidad de contextos donde se aplique. Se valora que en él la familia desempeña un papel protagónico en la educación de sus hijos, contribuyendo al máximo desarrollo físico desde el embarazo hasta los seis años, a través de la participación activa en las actividades conjuntas e individuales, con una adecuada preparación por parte del ejecutor o promotor del programa.

Todo este personal involucrado tiene como propósito preparar a la familia en los distintos aspectos a tener en cuenta durante el embarazo y desde el nacimiento del bebé para la estimulación de un favorable desarrollo físico. Esta forma de atención en el hogar se concibe teniendo en cuenta las particularidades de estas edades, que las hace más vulnerables a los factores de riesgo y ambientales. Se aprovechan estos momentos para

evaluar junto con la familia los logros del desarrollo alcanzados por sus hijos. Logros que se vieron en el trabajo conjunto ejecutor-familia- niños.

Corren disperso hacia diferentes direcciones.

Saltan con los dos pies.

Realizan cuadrupedia por el piso

Golpean con los pies la pelota colocada en el piso.

Caminan por diferentes planos.

Lanzan y ruedas pelotas y otros objetos hacia una corta distancia.

Desde el punto de vista organizativo este programa se implementa con la participación de promotores (a educadores, maestros, médicos, técnicos u otro personal idóneo), que asume la responsabilidad de capacitar y servir de enlace con el grupo coordinador en cumplimiento del plan de acción en el territorio. El promotor juega un papel importante en este programa porque además de capacitador y supervisor del trabajo de los ejecutores, son uno de los encargados de incentivar el accionar y calidad del programa en la comunidad, en su divulgación y sensibilización de todos sus miembros de su importancia y efectividad en el Proceso Educativo.

Por otro lado los ejecutores (educadores, maestros, auxiliares pedagógicas, médicos, enfermeras, brigadistas sanitarias, técnicos, promotores culturales, jubilados, estudiantes u otro personal de la comunidad) que son encargados de orientar directamente a las familias y velar porque se realicen las actividades educativas en el hogar, todos son considerados como agentes educativos que influyen de manera directa en la educación de los niños. El éxito del programa depende del carácter intersectorial de los diferentes organismos y organizaciones en su accionar en el Consejo Popular y la calidad con que se cumplan la estrategia de acciones de capacitación que se diseñan tanto para el grupo como para las ejecutoras voluntarias, familia y comunidad.

Se ha demostrado científicamente que el programa tiene en la comunidad el escenario óptimo para su realización, ya que las familias por lo general no viven aisladas, pueden vivir distantes, pero siempre hay un entorno geográfico común, bien por sus características físicas o demográficas, como por una historia y una cultura común o condiciones

económicas y sociales similares. Es en la comunidad donde surgen los actores que una vez capacitados, pueden convertirse en agentes movilizadores y educativos de las familias.

Se valora que para la familia, ejecutoras, promotoras, maestros e investigadores la gran importancia que tiene tener en cuenta los logros del desarrollo de los niños y su correspondencia con las posibilidades de estos y el éxito de ello está dado en el grado de exigencia tanto en la organización de la vida del niño como de la parte educativa para potenciar y estimular su desarrollo.

Los padres tienen la posibilidad de contar con nueve folletos del programa “Educa tu Hijo” dirigido al desarrollo integral de sus hijos, en cada uno de ellos se detallan las características esenciales de los niños y las niñas según sus edades. Además ofrecen a las familias orientaciones precisas y asequibles para la educación de sus hijos en el hogar, aconseja como realizar algunas actividades y su contenido abarca cuatro áreas fundamentales: la comunicativa, afectiva, intelectual el desarrollo de los movimientos y la formación de hábitos.

Estos folletos del programa “Educa tu Hijo” contienen los logros del desarrollo de los niños y las niñas según su edad para que los padres puedan evaluar o controlar el nivel de desarrollo que alcanzan estos y los avances que logran en cada una de las etapas de desarrollo.

Condiciones a cumplir para la puesta en práctica de los actividades elaborados para este estudio investigativo.

1. En todos los ejercicios hay que tener presente la postura correcta de los niños.
2. Insistir en que el niño concentre su atención, así se van guiando y desarrollan las habilidades motrices básicas.
3. Los ejercicios elaborados por la autora tienen la estructura siguiente: nombre del ejercicio, objetivo, organización y desarrollo.
4. Están estructurados en forma de sistema ya que tienen un objetivo común al estar dirigidos a ejercitar habilidades motrices básicas en los niños del cuarto ciclo, se encuentran organizados según el tipo de actividad (gimnasia matutina, actividad independiente y actividad programada) se comienza de lo más sencillo a lo más complejos para de esta manera lograr de forma satisfactoria el desarrollo de las habilidades motrices básicas que mayores dificultades han presentado hasta ese momento.

### **1.3 Características de las actividades físicas en niños de cuatro a cinco años. Su importancia.**

El desarrollo físico en la infancia es la base y tiene una gran influencia en el desarrollo general de los pequeños, por cuanto es una forma fundamental de comunicación humana con el medio. mediante su práctica los pequeños adquieren, desarrollan y perfeccionan las acciones motrices desde las primeras edades. Las actividades físicas enriquecen la vida de los niños, a través de los mismos son más felices y al mismo tiempo comprenden y se adaptan mejor a la realidad que los rodea.

Las actividades físicas son variadas, complejas y ricas en contenido lo cual posibilita ejercer la completa influencia en disímiles esferas de actuación de la vida de los infantes y siempre implica la participación activa de los mismos, pero sobre todo respetando constantemente una serie de reglas que posibilitan la adquisición de ciertas normas de conducta, lo cual ejerce una gran influencia en el desarrollo físico, coadyuvando a la formación de su personalidad.

Las actividades físicas tienen gran importancia para el desarrollo físico de los niños. Es el medio que ellos utilizan para conocer el mundo en que viven. Para los pequeños es aprendizaje, trabajo, una forma seria de educación. Cuanto más frecuente los adultos realizan actividades físicas, con mayor rapidez desarrollan estos los hábitos necesarios. Sus reglas no son de competencias, son ajustadas a cada situación de las actividades.

Constituye como actividad un elemento de regulación y comprensión de las energías potenciales del niño, un medio esencial de interacción y socialización, un elemento importante en el desarrollo de las estructuras físicas del niño, es por ello que constituye una de las actividades fundamentales en que se apoya la Educación Física, pues posibilita la más plena incorporación de todas las partes del cuerpo, (órganos y sistemas) para la obtención de los objetivos.

Precisamente es ahí donde los niños entran en diferencias (a veces complejas) relaciones mutuas con sus compañeros, manifestando destrezas, valor, perspicacia. Krupskaja N: K (1982) plantea "La actividad física es una necesidad del organismo infantil en desarrollo. En él se desarrollan las fuerzas físicas del niño, se hacen más fuertes sus brazos, más ágil el cuerpo, más precisa la mirada, se desarrolla el entendimiento, la ingeniosidad y la iniciativa. Se crean en el niño el dominio de sí mismo, la habilidad para sopesar las circunstancias".

Los intereses lúdicos son importantísimos en esta edad, es por eso que la actividad física constituye la actividad por excelencia. El deseo de parecerse al adulto en las acciones que realiza durante la misma y se utiliza para que cumpla las normas y reglas de conducta, mediante estas el adulto puede desarrollar cualidades como la ayuda mutua, la independencia, la voluntad entre otras el amor y respeto a lo que le rodea. Claro está un niño fuerte físicamente se desarrolla psíquicamente mejor.

El presente trabajo, centra la atención en la actividad física por corresponderse con las actividades lúdicas propias para los niños de cuatro a cinco años de edad, en correspondencia con su etapa evolutiva y niveles de desarrollo psíquico y físico. Además por considerar que son apropiados para favorecer el desarrollo físico en la muestra seleccionada.

La actividad física es un elemento importante, fundamental y primordial donde los pequeños exteriorizan sentimientos como: el placer, la satisfacción de realizar algo deseado, lo que posibilita el intercambio con objetos, con el medio, con los coetáneos y consigo mismo, pues mediante ellas se desbordan todas las energías.

Watson B. H. (2008) plantea: " En estas edades, es necesario tener en cuenta el desarrollo del pequeño en relación con la motricidad fina y la motricidad gruesa. El progreso de los niños - niñas dependen del desarrollo individual de cada uno."

Por sus características o tipo, la autora lo denomina: pequeños: son abundantes en movimientos naturales (habilidades motrices básicas) que contribuyen en el aumento de la cultura dinámica de los participantes, influyendo en el desarrollo de los movimientos básicos de motricidad y por consiguientes al desarrollo de las capacidades físicas en general, respondiendo a las exigencias del desarrollo motor de cada etapa). Se caracterizan además por una secuencia de acciones animadas y alegres que parten de una idea determinada, capaz de ejercitar las fuerzas físicas de una manera estimulante y amena.

### **Características específicas de los niños de cuatro a cinco años de edad.**

- Un mayor énfasis en el desarrollo del proceso cognoscitivo, especialmente la percepción y el lenguaje.
- Un mayor desarrollo de la atención y el pensamiento concreto actuando directamente con los objetos.

- Realizar las acciones de forma independiente y una estrecha vinculación con el medio, fundamentalmente con los objetos y el mundo natural que le rodea, mediante acciones concretas.
- Se amplían sus relaciones con otros adultos y los coetáneos.
- Continúa existiendo un predominio de lo afectivo sobre lo regulativo.

### **Alteraciones más frecuentes en los niños.**

Las alteraciones que se manifiestan de forma evidente a partir de las observaciones a los niños en las visitas del hogar y en las actividades conjuntas son:

- Comerse las uñas.
- Timidez
- Hiperactividad
- Pegar a otros niños
- No prestar los juguetes
- Desobediente Los logros consolidados:
- Disfrute de las actividades físicas.
- Disfrute de las actividades físicas a través de sonidos percutidos o música.

El objetivo fundamental de hacer un diagnóstico y caracterización inicial fue determinar las posibilidades y deficiencias reales que presentaban las familias en ese momento y determinar el estado actual que poseían y la influencia negativa que se ejerce en la educación de los niños. La comunidad a la que pertenece al Consejo Popular 7 del reparto Lenin donde radican suficientes centros culturales y si económicos, sociales, recreativos.

No obstante se cuenta con (una sala de video y computación) y de salud; (como un policlínico comunitario, sala de rehabilitación y consultorios médicos), los cuales constituyen una influencia positiva que no puede ser desaprovechada en función de lograr los objetivos propuestos, además del vínculo existente entre los centros de educación que actúan como capacitador y orientador del programa "Gimnasia con el niño".

Para este estudio investigativo se partió de la caracterización general que se hace en el Consejo al Iniciar el Curso Escolar. Recogiendo opiniones del Delegado del Consejo Popular, Federación de Mujeres Cubanas, Comité de Defensa de la Revolución Lo que

nos permitió profundizar en su diagnóstico de forma conjunta. El mismo nos demostró la insuficiente preparación de la familia al realizar las actividades del programa “Gimnasia con el niño” del Consejo Popular # 7 del reparto Lenin.

#### **1.4 El desarrollo físico a través de las actividades físicas en el programa “Gimnasia con el niño”.**

Los niños por lo general son muy curiosos, hacen infinidad de preguntas y se compenetran con diferentes cualidades y características de los objetos; con los fenómenos de la naturaleza y con la vida social. Ellos ya pueden establecer las relaciones más sencillas entre los fenómenos. Se ejercitan en la observación, la audición de las experiencias y preguntas de los adultos, aprenden a comparar, pensar, hacer conclusiones. En ellos se desarrolla la habilidad de concentrarse durante más tiempo en lo que se les relata, realizan relatos cortos utilizando materiales, láminas u otros objetos y fenómenos conocidos por el niño.

De lo antes citado, se deduce la motivación que deben sentir los niños de cuatro a cinco años de vida para comunicarse. Hay que partir del criterio de que el desarrollo físico está muy ligado a procesos tan importantes como son la actividad y las motivaciones.

Evidentemente, el dominio del tema, a consideración de múltiples autores, incluyendo la de esta tesis, es una condición preponderante para lograr un desarrollo físico desarrollador y participativo en todas las actividades. Las fuentes que influyen en el dominio del tema son, por una parte, las experiencias directas del niño que permiten la adquisición de representaciones espontáneamente, y por otra, la aportada por la educadora en relación con los objetos y fenómenos del mundo en que viven, éstas condicionan la asimilación de las vivencias infantiles acerca del medio y de la vida social y cultural de las personas.

La labor que debe desarrollar el adulto juega un papel fundamental ya que debe estimular al niño a hablar y a dar en la medida de lo posible, formas claras a sus ideas. A través de la realización de actividades físicas el infante aprende a jugar y a desarrollar los movimientos. Por ejemplo: Salta conejo duro y parejo. (El niño salta con ambos pies y como un conejo).

Estos supuestos teóricos constituyen un referente necesario para retomar el papel que asume la ejecutora en la preparación y dirección de las actividades físicas, de ahí se desprende, que para estimular el desarrollo físico de los niños de cuatro a cinco años de edad se desarrollen actividades de juego en las que prevalezcan novedosas situaciones,

las que pueden ser denominadas como aquellas situaciones que facilitan, condicionan y propician que se produzca un desarrollo físico integral .

### **1.5 Contribución de la familia en el desarrollo físico de los niños, a través del programa “Gimnasia con el niño”.**

El programa “Gimnasia con el niño” surge para estimular el desarrollo integral de los niños desde su nacimiento hasta los seis años con el protagonismo de la familia, para ello se elaboró una serie de nueve folletos con orientaciones a la familia para la atención integral de sus hijos. Abarca los diversos aspectos de la formación de los niños de las edades de cero a seis años, tales como la salud, nutrición, el desarrollo intelectual motriz, socio-afectivo y la protección, todo ello de manera intersectorial y participativa. Se aplica por la familia en las condiciones del hogar una vez orientado por los diferentes agentes educativos que participan en él.

De esta manera la atención individual de los niños en el hogar se concibe teniendo en cuenta las particularidades de las edades de estos se aprovechan estos momentos para evaluar junto con la familia los logros del desarrollo alcanzados por sus hijos.

La modalidad de atención grupal, corresponde a las edades de dos a seis años de edad y adopta la variante de “actividad conjunta”, llamada así, porque en ella participan juntos las familias, sus niños y el ejecutor, con el objetivo de realizar diferentes actividades y lograr la participación de los miembros de la familia como una vía para demostrar como ofrecer continuidad de las actividades en el hogar.

Las “actividades conjuntas” están conformadas por tres momentos importantes: una fase inicial, en la que se valora de conjunto el ejecutor y la familia las orientaciones ofrecidas en el encuentro anterior y se llama la atención de la familia hacia las actividades que se realizaron con los niños, los propósitos que tienen, las áreas del desarrollo que se favorecerán, los procedimientos y recursos y cómo se desarrollará la actividad así como los materiales que se emplearán en la misma.

Un segundo momento, en el que se ejecuta la actividad en la misma participarán de manera activa la familia junto a los niños los que serán orientados y estimulados por el personal ejecutor y el tercer momento y final de la actividad conjunta en la que mientras los pequeños están jugando atendidos por otra persona que puede ser un miembro de la comunidad u otro agente educativo.

El ejecutor o ejecutora valora con las familias las actividades realizadas, escucha sus comentarios y opiniones sobre lo que más le llamó la atención, qué les pareció o resultó más difícil, cómo hacerlo en el hogar y con qué materiales. Es en ese momento, donde se les orientan las actividades que pueden complementar o enriquecer el desarrollo de los niños, en las condiciones del hogar.

Por lo anterior se comprueba que el éxito de este programa educativo depende de las acciones de orientación familiar que se realicen con la participación de los diferentes agentes educativos, promotores, ejecutores, y especialmente con las potencialidades de las familias y comunidades.

Las vías más utilizadas para la orientación de la familia a través del “programa Gimnasia con el niño” son las que a continuación se señalan:

- Actividades conjuntas.
- Demostración de actividades.
- Momentos pedagógicos
- Visita al hogar

Se orientará a la familia que su contribución es necesaria para que el niño desarrolle sus potencialidades a través de las actividades físicas, utilizando los juegos en el desarrollo físico. Debe ser preocupación de los padres y en esto el programa “Gimnasia con el niño”, desempeña un papel importante, cuidar no solo del desarrollo físico con los hijos en esta etapa sino cuidar que el ambiente familiar que rodea al niño sea satisfactorio y una educación adecuada para lograr un desarrollo normal en tal sentido.

Las actitudes que en la actividad se producen, influyen positivas o negativamente en los hijos. Ponerse a tono con los nuevos tiempos, supone conocer que en la dinámica familiar, nos podemos valer de diferentes y diversos recursos muy importantes en las relaciones interpersonales: los gestos, las posturas, las miradas, entre otras. Con su empleo estamos transmitiendo y recibiendo estados emocionales, aprobación, aliento, complicidad, normas, oposición, alegría, es decir llevan una intencionalidad.

#### **1.6 Fundamentación de la alternativa de actividades físicas para la preparación de la familia del programa “Gimnasia con el niño”.**

Existen diferentes Alternativas, Educativas, metodológicas, recreativas y otras, existen tantas como problema exista. Entre las definiciones más representativas se ofrecen las que brindan las pedagogas Sierra (2002), Daudinot (2003) y González (2005).

**Alternativa:** Opción entre dos o más variantes con que cuenta el subsistema dirigente (educador) para trabajar con el subsistema dirigido a (educandos), partiendo de las características, posibilidades de estos y de su contexto de actuación. (Sierra, 2002)

**Alternativa:** Es el resultado de un proceso intelectual derivado del estudio del diagnóstico de situaciones educativas. Se concreta mediante la diversidad de formas, tales como dilemas, actividades, ejercicios, tareas, entre otras para que sean seleccionadas en dependencia de la conveniencia de su efecto transformador en los sujetos una vez determinadas sus necesidades educativas. (Daudinot, 2003)

**Alternativa:** Constituye una modalidad, una opción entre dos variantes que estructura determinada práctica dentro del proceso docente-educativo y responde a una necesidad. Puede utilizarse como espacio de concreción el aula u otro lugar que designe el docente y tiene por objetivo incidir en la formación integral de los estudiantes. (González, 2005)

La autora pretende una alternativa de actividades físicas que contempla tanto elementos teóricos como acciones prácticas que les permita a las familias potenciar sus conocimientos acerca del desarrollo físico, a través de juegos y en consecuencia mejorar su modo de actuación en el hogar, en cuanto a la educación de sus hijos. Se hace necesario no solo poseer un amplio dominio de los referentes teóricos que sustenta la misma, sino también de los objetivos y logros del desarrollo que deben alcanzar los educandos en cada año de vida; asimismo se hace indispensable, contar con suficientes sugerencias que sirvan de herramienta al grupo coordinador para la implementación en las actividades de los contenidos del programa.

Para en esto la autora se afilia a la definición de Sierra (2002): “Es la opción entre dos o más variantes con que cuenta el sistema dirigente (agentes educativos) para trabajar con el subsistema dirigido (familia y niños) partiendo de las características y posibilidades de estos y de su contexto de actuación”

Sin una comunicación afectiva el adulto no puede dirigir la conducta del niño, sus acciones y movimientos. El reconocimiento de la autonomía y el papel activo de la familia, obliga a la capacitación de la misma en función de crear las condiciones favorables en la dirección del programa “Gimnasia con el niño” en el que intervienen promotoras y ejecutoras en la

identificación, planificación e instrumentación clara del proceso de la alternativa y fomentarlas.

La Alternativa posee las siguientes premisas:

- **Es flexible:** toda acción que se realiza permite la orientación, capacitación y reflexión del grupo coordinador según sus propias características y las influencias que estas ejercen sobre los niños.
- **Carácter participativo:** se necesita la intervención del grupo coordinador con sus aciertos y opiniones sobre las diferentes situaciones que se presenten en el contexto comunitario.
- **Dinámico:** se centra en el interactuar de la ejecutora y la familia con las actividades dirigidas a favorecer el desarrollo físico de los niños de cuatro a cinco años de edad en el hogar.
- **Abierta:** dan la posibilidad de introducir conocimientos acerca de favorecer el desarrollo físico, a través de las actividades y juegos que surjan como necesidad individual o grupal en cada familia para que esta influya positivamente en los niños.
- **Interactiva:** basada en la participación activa de la familia, niños y ejecutores implicados.
- **Creativas:** posibilita al grupo coordinador la solución de problemas sencillos para favorecer el desarrollo físico de niños de cuatro a cinco años de edad a través de actividades físicas y juegos.

### **Estructura de la Alternativa de actividades físicas**

**Primera Fase:** Selección y diagnóstico de la muestra.

**Segunda Fase:** Elaboración e Implementación de la Alternativa de actividades físicas.

**Tercera Fase:** Valoración de la alternativa de actividades físicas.

### **Metodología de la alternativa de actividades físicas**

- Primera fase: Selección y diagnóstico de la muestra.

Primera Etapa: Selección de la muestra:

La muestra se puede seleccionar mediante un muestreo intencional aclarando los criterios de inclusión, a partir de la realización de la caracterización de las familias y los niños. La selección de la muestra se realizara cumpliendo con los siguientes requisitos:

- Que las familias seleccionadas fueran del radio de acción.
- Grupo de familias con niños comprendidos en la edad de cuatro a cinco años de edad atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”, con asistencia estable a las actividades.

Segunda Etapa: El diagnóstico se elaboró a partir de indicadores y parámetros dirigidos a caracterizar y evaluar el nivel de desarrollo físico específicamente que se ejecuta en el programa. El diagnóstico provee la información que se necesita para definir las acciones a llevar a cabo. Implica la aplicación de instrumentos en correspondencia con los métodos: encuesta, guía de observación, revisión de documentos.

Objetivo: Determinar el nivel de desarrollo físico que poseen los niños para utilizarlo en la actividad física.

Los indicadores y parámetros que se determinaron fueron.

Preparación del grupo coordinador (familia- ejecutora- promotoras) para dirigir el proceso:

- Conocimiento de la definición de comunicación oral.
- Funciones que desempeña la comunicación oral.

Relación que se establece entre los niños en las actividades físicas.

Relaciones interpersonales entre ejecutora – educandos- familia que más se suscitan en las actividades físicas.

Procedimientos que más se utilizan en la actividad física.

En sentido general, estos indicadores pueden ser medidos a través de todos los instrumentos empleados, con más o menos intensidad en algunos.

Segunda Fase: Elaboración e Implementación de la alternativa de actividades físicas.

segunda Etapa: Elaboración.

1. Requisitos de las actividades físicas para favorecer el desarrollo físico.

- Las actividades físicas elaborados por la autora tienen la estructura siguiente: nombre, objetivo, material, organización, desarrollo y reglas.
- Se tienen en cuenta las particularidades psicológicas de la motricidad infantil en niños de cuatro a cinco años de edad.
- Los procedimientos metodológicos empleados están estructurados en acciones para favorecer el desarrollo físico y la ejercitación de la motricidad fina de manera amena e interesante para los pequeños.
- Están concebidas como formas lúdicas para favorecer los procesos cognitivos afectivos, volitivos de los niños y contribuir en el desarrollo y crecimiento personal de los infantes.

## 2. Pasos metodológicos para la aplicación de la alternativa de actividades físicas.

Los temas a debatir en el curso se seleccionan de las necesidades de superación de las familias a partir de los resultados del diagnóstico inicial. Cada actividad se prepara teniendo en cuenta: título, objetivo, contenidos, métodos, medios, bibliografía y evaluación. Los mismos, son evaluados con los procedimientos de auto evaluación y la evaluación, donde se analizan los temas abordados como la participación de cada uno en los mismos, para ello se utilizaron variadas técnicas.

## 3. Elaboración de las actividades físicas para favorecer el desarrollo físico.

Se tendrán en cuenta las siguientes dimensiones e indicadores.

- Lograr la atención de los niños.
- Lograr reacciones motrices inmediatas.
- Promover las relaciones interpersonales.
- Establecer un clima acogedor y agradable.
- Escuchar pacientemente a los alumnos.
- Percatarse de los estados de ánimo.
- Hacer uso racional del silbato.
- Utilizar procedimientos que activan el proceso (cantos, rimas, trabalenguas, estribillos).
- Explicar con suficiente claridad el contenido.
- Mantener la atención de las familias y niños durante el proceso.

- Lograr despertar interés por la actividad.
- Lograr la interacción de los niños en la actividad.
- Atiende las diferencias individuales.

Segunda Etapa: Implementación de la alternativa de actividades físicas.

Los temas para las intervenciones se seleccionaron con anterioridad y estuvieron dados en lo relacionado con el desarrollo de la comunicación oral, a través de los juegos de movimientos en el hogar. Con el intercambio, se hizo coincidir el trabajo de las ejecutoras-familia- niños y las actuaciones de estos, relacionados con los juegos propuestos, lo cual sirvió de estímulo a todos. Se pretende además influir de forma positiva en el desarrollo general de cada familia llevando los contenidos propuestos de forma sencilla y de fácil comprensión por parte de esta.

En el desarrollo de esta fase se sistematizaron los fundamentos teóricos y prácticos con la finalidad de preparar a la familia para que favorezcan el desarrollo físico de los niños a través de actividades físicas, entre ellos:

- Las características psicológicas y motrices de los niños.
- Demostración a la familia, de las diferentes procedimientos para desarrollar las actividades a través de los juegos.

Indicaciones metodológicas para implementar las actividades físicas:

- Las actividades físicas propuestas deben desarrollarse a partir del diagnóstico inicial del nivel de asimilación y desarrollo de los conocimientos hasta el momento.
- El contenido se pueden trabajar con variedad de materiales y medios, tanto de carácter industrial como confeccionado por la familia de acuerdo a sus posibilidades.
- El uso del método lúdico debe prevalecer ya que los niños de estas edades aprenden jugando y de esta forma se logra un aprendizaje significativo.
- En la realización de las actividades las familias deben estimular la participación activa de los niños y estimular los resultados alcanzados.
- Durante el desarrollo de las actividades se controla y evalúa la influencia de la alternativa en el desarrollo físico de los niños a través de las actividades físicas propuestas.

- Las familias aplicarán en sus actividades diarias los conocimientos adquiridos en su preparación desde el punto de vista teórico y preparar de esta forma al niño.
- Las actividades se materializan a través de las formas organizativas del horario de vida del niño en el hogar y las actividades concebidas por el programa “Gimnasia con el niño” (actividades conjuntas) donde se manifiesten externamente la relación de la familia con el hijo.
- Se recomienda que las familias utilicen las diversas actividades que realiza en el hogar como forma fundamental de estimular el desarrollo físico de los niños. La autora sugiere que se utilicen todas las actividades que se realizan en el entorno familiar y local.

Tercera Fase. Validación de la alternativa de actividades físicas.

Tiene como objetivo aplicar la alternativa de conjunto con los juegos más oportunos, tanto en la actividad conjunta como en el hogar. El papel asumido por la ejecutora es de guía y orientación donde los pequeños junto a la familia se conviertan en protagonistas para provocar transformaciones en el nivel de desarrollo deseado. Las actividades físicas para el niño desarrollar están en correspondencia con el diagnóstico.

Se validará mediante el desarrollo de las actividades físicas y la implementación de los juegos, mediante talleres, actividades conjuntas, momentos pedagógicos, visitas a los hogares entre otros.

### **Conclusiones del Capítulo.**

Las concepciones pedagógicas y psicológicas en lo referido al desarrollo físico, a través de la actividad física, como actividad fundamental, en el programa “Gimnasia con el niño” y las actuales condiciones histórica-culturales exigen de su constante perfeccionamiento, donde institución y familia en estrecha armonía lo hagan con un solo fin, la formación integral de la personalidad.

Estos referentes teóricos, son necesarios tenerlos en consideración, para la adecuada dirección y desarrollo físico, desde la infancia, muchos de ellos, sirven de sustento para determinar las dimensiones e indicadores, que necesariamente deben ser controlados en la ejecución de las actividades físicas, en el programa “Gimnasia con el niño” para favorecer el desarrollo físico de los niños de cuatro a cinco años de edad.

## **Capítulo II: Propuesta de la alternativas de actividades físicas para la preparación a la familia de niños de cuatro a cinco años de edad, atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”.**

En este capítulo se propone una alternativa de actividades físicas con los elementos esenciales a considerar para favorecer el desarrollo físico, a través de las actividades físicas, en niños de cuatro a cinco años de edad atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”.

### **2.1 Análisis de los resultados del diagnóstico aplicado.**

#### **Encuesta a la familia**

Se parte de la aplicación de una encuesta a las 35 familias(ver anexo #3) con el objetivo siguiente: Obtener información acerca de la preparación que poseen en cuanto a la preparación recibida para el desarrollo físico de sus hijos a través de actividades físicas. La edad de las familias oscila entre los 18 y los 30 años, aunque se contó con una familia de padres de 41 y 53 años respectivamente.

Existe una despreocupación por parte de la familia que no propician el desarrollo físico en su niño, no aprovechan el acceso que le da la información cultural por la televisión, no poseen libros que aborden la temática. De ellos una sola familia tiene el folleto del programa” Gimnasia con el niño”.

La mayoría de las familias no poseen un nivel de información para la influencia educativa y apoyar el desarrollo físico, hacia un desarrollo más completo de los niños cuatro a cinco años de edad, solo un 4% tratan temas de interés con los niños, el tiempo que le dedican a la actividad física se comporta en un 1%. La forma de realización de las mismas el 20% plantea que es buena; para el resto no existen.

Las familias no tienen hábitos de una atención con los niños, lo hacen en ocasiones cuando son orientadas y observadas por la ejecutora. Estas familias no crean las condiciones mínimas para el apoyo de actividades físicas en los niños que no asisten a las actividades grupales para la actividad conjunta.

Al preguntarles si conocían cuáles eran las formas establecidas para desarrollar las mismas, 8 de las familias para un 53,3 %, declaró que sí, los conocían pero que les resulta difícil materializar el trabajo con los mismos.

De los muestreados, 8 para un 53,3% crean condiciones para realizar las actividades con sus niños, aunque manifiestan sus limitaciones en el uso de materiales confeccionados por ellos mismos. Además 4, para un 26,6% plantean desarrollar las actividades en cualquier lugar siempre que tienen un determinado espacio de tiempo para ello y 3 que representa el 20 %, presenta insuficiencias en cuanto a la creación de las condiciones para la realización de las actividades físicas de forma lúdica.

Al ejemplificar cuál persona del núcleo familiar se encarga de desarrollar este tipo de actividad hacen referencia en su mayoría que es la madre, porque el padre está muy ocupado y no le alcanza el tiempo, aunque en ocasiones a las madres les resulta difícil, pues disponen de poco tiempo, el 53,3% plantean que tienen que priorizar los quehaceres del hogar u otras actividades y el contenido para ellas es complicado, son los abuelos que disponen de más tiempo para atender a los niños.

En este orden, 9 para un 66,6%, afirma que han recibido alguna preparación por parte de las promotoras y ejecutoras acerca del trabajo para el desarrollo físico de sus pequeños, pero no así específicamente como trabajarlo en el hogar través de juegos u otras actividades cotidianas. Sin embargo, es altamente significativo observar que 6, para un 40%, confirman que no han sido orientados por promotoras y ejecutoras, para la realización de estas actividades.

Un resultado que llama la atención, sobre la base de que la responsabilidad de ejecutoras, y en particular de promotoras, es brindar orientaciones a la familia para darle continuidad en el hogar a los contenidos correspondientes a la edad de los niños, y sobre todos aquellas acciones que viabilicen la relación de ejecutoras y familias que propicie en general contribuyan a la educación de sus hijos.

Las principales regularidades para el trabajo por parte de las familias, están relacionadas con:

- Poseen pocas posibilidades de realizar diferentes tipos de actividades o ejercicios con sus hijos en hogar.
- Es aún insuficiente la orientación a las familias por parte de ejecutoras y promotoras para el trabajo con .las formas lúdicas relacionadas con la motricidad física a desarrollar en estas edades.

- Las diferentes formas en que pueden trabajar estos contenidos a través de las actividades físicas.
- La sistematicidad con que deben desarrollarse las actividades.

### **Análisis de la observación.**

Al realizar la observación de la actividad conjunta en los 4 grupos del programa “Gimnasia con el niño” con el objetivo de determinar la participación de la familia en la actividad física se constató que el aspecto más afectado es la previsión de la participación activa de la familia en cada uno de los momentos de la actividad. Otro aspecto a destacar es la insuficiente utilización de los folletos del programa “Gimnasia con el niño” en el hogar y la organización de actividades dirigidos a potenciar el desarrollo físico.

Las principales limitaciones en el primer momento de la actividad conjunta estuvieron centradas en la exploración con las familias del conocimiento que poseen acerca del tema a tratar y comprobar si han comprendido cómo estimular el desarrollo físico en sus niños. De igual manera, en el desarrollo de la actividad existen limitaciones en el desempeño de la familia y otros miembros, mostrándose como entes pasivos sin lograr una verdadera estimulación de sus niños en la utilización de medios y materiales.

En el último momento son muy pocas o casi nulas las sugerencias de las familias para desarrollar otras actividades en el hogar, la orientación se hace de forma generalizada sin tener en cuenta el nivel de desarrollo alcanzado por los niños y el nivel que poseen las familias, para diferenciar la actividad y buscar mejores niveles de desarrollo, en cuanto a la creación de las condiciones para desarrollar las actividades físicas, evidentemente, se desarrollaron en las áreas exteriores. En éstas se utilizaron procedimientos lúdicos, materiales muy semejantes a los que la ejecutora empleó en las actividades conjuntas, sin variar las formas organizativas. Las actividades físicas estuvieron centradas en los contenidos relacionados con:

**Desplazamientos:** Caminar en punta, talón, borde externo del pie, sin emplear diferentes formas de desplazamiento en su organización como es la cuclillas, giros, dar palmadas.

**Ejercicios para el desarrollo físico general:** cabeza, brazos, tronco, y piernas, utilizaron implementos, en las manos y en la cabeza.

En ninguna de las actividades observadas se utilizó como actividad práctica el juego. En ningún momento los desplazamientos se hicieron acompañados por ritmos, o canciones para motivar la actividad, y lograr una disposición tanto física como psíquica del niño.

En los desplazamientos muy pocas veces se vale de la indicación verbal dirigidos a organizar a los niños en filas, en círculos, en hileras. La ejecutora empleaba, “todos para acá, pónganse en el centro”. Se pudo constatar que los niños no se comunicaban con independencia y dialogaban para relacionarse entre sí, se muestran tímidos, recogidos, poco alegres.

Aún existen limitaciones en la fase de orientación en la mayoría de las actividades conjuntas que se observaron. En este momento los niños ocupan un rol pasivo pues, no se hace a través de una elaboración conjunta para que ellos puedan determinar qué, cómo y para qué van hacer algo y de esta manera queden bien orientados hacia lo que se espera de ellos.

En los juegos, la frecuencia de participación de la familia de los pequeños se comporta en el rango de muchos, pues en estas actividades ellos tienen más independencia. Equivale a decir que en estas actividades las ejecutoras asumen, aunque en menor cuantía la misma posición protagónica. Del análisis de las actividades físicas observadas, se pudo inferir que aquellas que son dirigidas durante todo su desarrollo por los técnicos, la ejecutora,. Ésta asume la máxima participación y deja pocas posibilidades de expresión a los pequeños. Las relaciones interpersonales de las actividades físicas son similares, lo que permite determinar regularidades en este sentido.

La atención a las diferencias individuales, se destina fundamentalmente a los pequeños que se muestran silenciosos en las actividades, dirigiéndoles preguntas pero con mucha insistencia, o en cadenas, lo que ocasiona que los mismos se inhiban y muchas veces se limiten a no responder. Aún existen limitaciones en la fase de orientación de las actividades, relacionada con la actividad física que se observaron. Esto puede estar dado por que las ejecutoras tienen debilidades en su preparación, a través de los juegos con los niños y el papel que la familia debe desempeñar; además manifiestan dificultades al vincular estos contenidos con las actividades cotidianas que realiza el niño en el hogar.

Orientar adecuadamente a la familias y establecer un clima de confianza, en 4 de ellas para un 26,6%, se constató que poseen un menor nivel de conocimientos, se sintieron inseguras al declarar sus necesidades, por lo que desconocen los logros de desarrollo

físico que deben alcanzar sus hijos al culminar esta etapa relacionada con las actividades físicas.

De forma general las deficiencias estuvieron centradas en:

- Insuficiente uso de procedimientos lúdicos en la mayoría de las actividades observadas, o el uso de estos solo en la parte inicial, limitando las posibilidades lúdica, al circunscribirlo a la creación de un ambiente psicológico favorable, solo como recurso motivacional, sin trascender a la esencia de la actividad.
- Los juegos en el programa para niños sólo están diseñados para desarrollar la motricidad fina y ninguno propicia el desarrollo físico ni favorecen las relaciones interpersonales.
- La familia no es orientada frecuentemente para el logro del desarrollo motor de sus hijos.

### **Análisis de la entrevista.**

Fueron entrevistados 1 metodólogos del municipio Holguín, 4 promotoras, 2 ejecutoras y 2 maestras de preescolar, para un total de 9 entrevistados. Todos los entrevistados cuentan con experiencia en la función que realizan.

Los 9 entrevistados, para un 100 %, consideraron que las ejecutoras, que atienden las actividades físicas en el Consejo Popular, carecen aún de la preparación adecuada para dirigir las actividades de los pequeños en las actividades del programa.

El 100% opinan que el programa “Gimnasia con el niño” ofrece orientaciones metodológicas, dirigidas a dar tratamiento al tema abordado a través de la actividad física, lo cual conlleva a que el nivel de complejidad de las actividades que desarrollan los ejecutores, no se corresponda en ocasiones con las necesidades e intereses de los niños atendidos por el programa “Gimnasia con el niño”.

El 95.2 % opinaron, que las principales dificultades que presentaban las ejecutoras para dirigir las actividades físicas, incluyendo la educación física, estaban basadas, en que la organización y ejecución de las mismas es frontal, en las que ellas asumen el papel directivo. Esto implica, según la opinión de las mismas, que no se propician las relaciones interpersonales en el orden comunicativo entre niño - niño y niño - ejecutora, por la ausencia de sugerencias para que se estableciera ésta.

Otro elemento que consideraron, la totalidad de los entrevistados, como una debilidad en el desarrollo de los niños, es que no se establecían niveles de complejidad entre las actividades que se desarrollan con los niños de cuatro a cinco años de edad respectivamente, por lo que el diagnóstico no se tiene como un instrumento de trabajo permanente.

El 100 % proponen como sugerencias para estimular el desarrollo físico en las actividades físicas dirigirlos con menos tradicionalismo y utilizar juegos que propicien un estado armónico y agradable en los niños que participan en el programa.

El 100 % de los entrevistados consideró que en sentido general, el tratamiento que se le brinda al desarrollo físico es insuficiente y las causas se identifican en la poca orientación a la familia que favorezca el desarrollo motor de los niños en las actividades que se le brinda por parte de las ejecutoras y promotoras, para favorecer su desarrollo físico a través de las actividades físicas, prueba de ello son las deficiencias que arroja el balance del trabajo realizado recientemente en el programa “Gimnasia con el niño”.

Reconocen que la superación diseñada en este sentido resulta insuficiente,precisan que en los planes de capacitación que tienen cada una de las promotoras son limitadas las actividades de superación a las ejecutoras relacionadas con esta temática.

De forma general las deficiencias estuvieron centradas en:

No es sistemático el uso de las actividades físicas como medio de enseñanza y diferentes actividades conjuntas del programa.

En los informes emitidos la magnitud de la problemática se revela a través de las limitaciones en cuanto a la calidad de actividades relacionadas con el tema y el escaso tratamiento, dado por la poca iniciativa y creatividad que poseen las ejecutoras, para trabajar estos contenidos con los niños y las actividades de ayuda metodológicas que se realizan son poco frecuentes las relacionadas el desarrollo físico a través de las actividades físicas.

## **2.2 Propuesta de la alternativa de actividades físicas para la preparación de la familia del programa “Gimnasia con el niño”.**

<b>#</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>ACCIONES</b>	<b>PARTICIPANTES</b>	<b>RESPONSABLE</b>

1	Valorar el papel de la familia en el proceso de formación de los niños en las edades tempranas.	Conversatorio de manera intercambio de opiniones acerca de la formación de los niños en las edades tempranas.	Investigadora Familias Facilitadora.	Docente
2	Dar a conocer las características del desarrollo de las actividades físicas del programa "Gimnasia con el niño".	Actividad teórico-práctico acerca del desarrollo de las actividades físicas.	Investigadora Familias Facilitadora.	Docente
3	Orientar a las familias sobre lo que es actividad física de los niños del programa "Gimnasia con el niño".	Charla para dar a conocer a las familias sobre las actividades físicas que realizan los niños para ayudar a su desarrollo.	Investigadora Familias Facilitadora Niños	Docente
4	Capacitar a las familias con la aplicación de actividades físicas.	Clase teórica- práctica de forma que logren conocer algunas maneras que tienen para desarrollarles a sus hijos de forma más motivadas la actividades físicas a través de los juegos. (Con tareas).	Investigadora Familias Niños	Docente

5	Preparar a las familias en cuanto a realizar las actividades físicas dactilares	Clase teórico-práctico de las actividades físicas dactilares: ejemplo la "Linda manito".	Familia Niños Investigadora	Docente
6	Preparar a las familias en cuanto a las actividades, que se realizan específicamente con las manos.	Clase práctica: con papel, plastilina. Ejemplo: para la confección de una pelota.	Familia Niños	Docente
7	Intercambiar experiencias sobre las actividades recibidas.	Intercambiar experiencias sobre las actividades recibidas	Familia Niños Investigadora	Docente

Este curso resulto de gran importancia y aplicación porque se realizó de forma asequible para todas las familias con un fin teórico práctico donde los padres nos apoyaron en todo momento por que estaban motivados por las actividades que realizaron y con los juegos que ejecutaron, para de forma concatenada ponerlos en práctica con sus hijos.

### Actividad 1

Objetivo: valorar el papel de la familia en el proceso de formación de los niños y niñas en las edades tempranas.

Desarrollo: se realiza de forma que los familiares participen, se recogerá las opiniones de cada uno expresando lo que sienten lo que conocen de la formación de sus hijo, se recopilarán estas opiniones y se compararán al final con un patrón antes concebido de ¿Qué sé?, ¿Qué debo aprender?, ¿Qué, cómo y con qué debo enseñar?

### Actividad 2

Objetivo: dar a conocer a las familias características de los niños y niñas del programa “Gimnasia con el niño”.

Desarrollo: se les orientará a las familias las características Psicomotoras de éstos niños y niñas, se desarrollará de forma teórica-práctica, dándole a conocer por las diferentes etapas por las que transcurre el niño desde que nace hasta que llega a la edad escolar resaltando el papel de la educación física para el desarrollo de esta, teniendo en cuenta la importancia de las actividades físicas para estas edades. Esto se realizará de forma amena y con un vocabulario claro y asequible, de forma que logremos que la familia se sienta motivada.

- Se les ofrecerán diferentes situaciones prácticas de un niño por ejemplo:

Zuyen: es una niña que ya ha logrado caminar con movimientos coordinados de brazos y piernas, se observa cómo es capaz de alcanzar un objeto que se le ha colocado de frente muy cercano a ella, lo hace caminando en una sola dirección, pero aún cuando lanza el objeto lo hace sin orientación. Zuyen: trepa algunos peldaños de una escalera inclinada colocando un pie a continuación del otro al igual con las manos, se puede observar en ella los primeros intentos por correr, es decir se desplaza dando pasos rápidos y cortos en la punta de los pies.

- Luego se les invitará a reflexionar a tratar de identificar a que edades nos referimos en cada uno de los ejemplos, luego se conformará la caracterización de las diferentes edades, haciendo un resumen de todas sus opiniones.

### **Actividad 3**

Objetivo: Orientar a las familias sobre las actividades físicas a desarrollar en el programa “Gimnasia con el niño” es decir su concepto y por cuales vías debe transitar el niño para logra llegar a ella, además la importancia que tiene la educación física para su desarrollo.

Desarrollo: Para esto se escoge 35 niños de cuatro a cinco, los pondremos a realizar diferentes actividades físicas cómo el acordonado, el ensarte, colorear utilizando pinceles, mezclando colores, creación de medio como pelotas de trapo, banderas con diferentes formas y colores.

- Para que ellos observen en que se diferencian a la hora de ejecutarlos, además que los hace más conscientes y observadores del mundo que los rodea, les desarrolla la

coordinación viso motora, adquieren nuevas experiencias en la manipulación de los objetos o materiales e implementos y de esta manera resaltarles el porqué de la importancia de la educación física para que los niños logren llegar a la edad escolar donde aprenderán mucho más.

#### **Actividad 4**

**Objetivo:** Desarrollar cualidades físicas en los niños y niñas desde edades tempranas a través del juego, que contribuyan al mejoramiento de su desarrollo físico.

**Desarrollo:** Se incluirá en la preparación de la familia el empleo de los juegos de canto para influir de una forma más motivada en el desarrollo de los niños y niñas en las actividades físicas.

Para estos juegos se recomienda el uso de medios, estos estimulan las expresiones corporales, orales, y la actividad física por el uso de las manos: como lanzar, rodar, conducir, golpear la pelota específicamente en los cuatro y cinco años.

Su inclusión dependerá de la edad que esté atravesando el niño o niña, del objetivo de la clase si es aplicado por la ejecutora y de las características específicas de los niños, además dependen de la letra de la canción que los motive a emplear movimientos dirigidos directamente a alguna actividad física.

Se puntualizará que las actividades físicas: Favorece las relaciones entre los niños, el profesor de educación física y la familia.

- Se enriquece el desarrollo motriz.
- Aumenta la participación.
- Mejora la orientación espacial.
- Se deberá trabajar en un local agradable y amplio, dando las formas de realización, recomendaciones, reglas o variantes en las actividades físicas si son necesarios. Se realizará conjuntamente con los niños y sus familias.
- Se recomienda trabajar en el calentamiento antes de pasar a realizar ejercicios más fuertes, se pueden emplear también actividades físicas para el calentamiento, hay

canciones a las que se les puede hacer adaptaciones de acuerdo a lo que nos propongamos.

- Tener en cuenta la ley del desarrollo céfalo-caudal, que consiste en el orden que debe llevar la estimulación, primero de los brazos luego los del tronco y por último de las piernas. Luego la ley próximo-distal, que es cuando comienza la manipulación de objetos.

Recordar que debemos ir de lo simple a lo complejo y que estos juegos que se realizan no tienen reglas porque es el proceso de adaptación y aprendizaje del niño en las actividades lúdica con el objetivo de contribuir a su desarrollo físico antes de comenzar la escuela como vía institucionalizada.

### **Juego 1**

Nombre: “¡Que linda manito!”

Objetivos: Movimientos articulares.

Materiales: grabadora,

Desarrollo: dispersos en el terreno , cataran con la ejecutora

¡Que linda manito tiene ese bebé!

¡Que linda, que bella!,

¡Qué preciosa es!,

Que son de mamá

Que son de papá.

En esta actividad se harán adaptaciones a letra, donde dice manito se irán mencionando diferentes partes del cuerpo como por ejemplo:

Qué lindo piecito tiene el bebé,

Que linda cabecita tiene el bebé.

### **Juego 2**

Nombre: “La Pájara Pinta”.

Objetivo: Movimientos: Combinados de piernas y brazos.

Materiales: grabadora.

Desarrollo: Los niños forman una rueda y con uno en el centro, cantan todos, a la vez que van haciendo los movimientos que dice la canción.

Estaba la pájara pinta, sentada en su verde limón,

Con el fruto recoge la rama, con la rama recoge la flor,

- ¡Ay Dios, Ay Dios, cuando veré a mi amor!

Me arrodillo a los pies de mi amante, me paro fiel y constante.

Dame esta, mano dame la otra, dame un besito que sea de tu boca.

Esta es la media vuelta, esta es la vuelta entera,

Este es un pasito adelante, este es un pasito atrás.

Este es de un costado, este es del otro lado.

Pero sí, pero no, pero no, que me da vergüenza,

Pero sí, pero sí, amiguita, te quiero a ti.

### **Juego 3**

Nombre: "Los pollos de mi cazuela".

Objetivo: Movimientos de cintura.

Materiales: grabadora.

Desarrollo: Con canto

Los pollos de mi cazuela

No son para mí comer

Que son para la viudita

Que los sabe componer.

Se les echa ajo y cebolla,

Y una hojita de Laurel,

Se saca de la cazuela

Cuando se vaya a comer.

Comparte niña comparte,

Que hay viene tu marinero,

Con ese bonito traje,

Que parece un calesero.

Anoche yo te vi

Bailando el tulipán

Moviendo la cinturita,

Parampampín, pon, ¡fuera!

### **Juego 4**

Nombre: "Barquito de Papel".

Objetivos: Movimientos: de los planos inferiores y superiores.

Materiales: grabadora.

Desarrollo: dispersos en el terreno.

Barquito de papel

Mi amigo fiel,

Llévame a navegar

Por el ancho mar,

Yo quiero conocer

Amigos de aquí y de allá,

Y a todos llevar

Una flor de amistad.

Los niños queremos,

Unidos estar,

Los niños queremos,

Reír y cantar

Los niños queremos

¡Reír y cantar!

En esta actividad se tratará que ellos imiten todos los movimientos de remar.

### **Juego 5**

Nombre: "El Patio de mi casa".

Objetivos: Movimiento: Flexión y extensión de las piernas, conjuntamente combinados con las actividades plásticas.

Materiales: grabadora.

Desarrollo: disperso en el terreno.

El patio de mi casa es particular,

Que llueve y se moja como los demás.

Agáchate niño y vuélvete a agachar,

Que si no te agachas no sabes bailar.

Uno, dos, tres, se les cuenta hasta que baile, (al que mejor baile pues se le estimula).

- En esta canción cambiaremos algunas letras para combinar los ejercicios, el juego conjuntamente con las actividades plásticas cómo: con plastilina, diferentes tipos de trabajos con el papel antes mencionado como el arrugado, dibujar, etc.

Ej. Que si no te agachas no sabes pintar

Uno, dos, tres, se les cuenta hasta que pinten, al que mejor pinte se le estimula, aquí está en dependencia de la edad del niño, así será la tarea que se le indicará, y así sucesivamente se les irá poniendo diferentes tareas.

Que si no me quieres otro me querrá,  
Que si no me quieres a otro querré yo.

### **Juego 6**

Nombre: "La cojita".

Objetivos: Movimientos: Saltos.

Materiales: grabadora.

Desarrollo: disperso en el terreno.

Desde que era chiquitica me quedé, me quedé,

Algo distendida de este pié de este pié.

¡Y si yo soy....!

Yo soy una cojita

Y si yo soy.

¡Qué cosa más bonita!

Y si yo soy...,

¡Lo disimularé!, sí, sí. (Luego se repite el estribillo, saltando con el otro pié).

### **Juego 7**

Nombre: "Lunes antes de almorzar".

Objetivos: Movimientos: Lanzar, correr, caminar, y así sucesivamente, de acuerdo a las edades se programarán las actividades físicas. Los lanzamientos se podrán hacer con diferentes direcciones, diferentes distancias.

Materiales: dispersos en el terreno.

Desarrollo: Con canto

Lunes antes de almorzar

A una niña fui a buscar

Ella no podía jugar

Porque tenía que lavar,

Así lavaba así, así

Se repite la canción luego haciendo el cambio en por ejemplo:

Así lanzaba así, así

Así corría así, así.....

### **Juego 8**

Nombre: “Yo tenía un castillo”.

Objetivos: Movimientos: Será una combinación de movimientos de todo el cuerpo.

Materiales grabadora.

Desarrollo: Se forman dos filas situadas una frente a la otra, a distancia prudencial. Las filas se acercan y se alejan a medida que van cantando. Al nombrar a un niño o niña, el nombrado pasa al centro de las filas y se incorpora a la suya cuando terminan de cantar.

Yo tenía un castillo, mate rile, rile, rile.

Yo tenía un castillo, mate rile, rile, ron.

¿Dónde está la llave? mate rile rile, rile

¿Dónde está la llave? mate rile rile, ron

En el fondo del mar, mate rile, rile, rile.

En el fondo del mar, mate rile, rile, ron.

¿Quién la irá a buscar? , mate rile, rile, rile,

¿Quién la irá a buscar mate rile, rile, ron?

Fulanita Baldomera, (nombre de un niño o niña,

Mate rile rile, rile,

Fulanita Baldomera mate rile, rile, ron.

Qué oficio le pondremos, mate rile, rile, rile,

Le pondremos, gimnasta mate rile, rile, rile.

Ese oficio no le agrada, mate rile, rile, rile, (Se repite)

Y así sucesivamente se le irán poniendo oficios en los que ello tenga que imitar los movimientos ayudados por el guía de la actividad.

### **Actividad 5**

Objetivo: Prepara a las familias en cuanto a las actividades dactilares.

Desarrollo: Se desarrollará diferentes actividades físicas y juego como: la lluvia, canción de meñique, canción de semillita - agüita, tierra, margarita, decir adiós, hacer que los dedos caminen, que los dedos se están besando o se unen, se duermen y juegan.

Se les dirá a las familias que ellos harán el juego de la lluvia de los colores: que consiste en mojarse los dedos con tempera específicamente con la yema, luego se les dirá que las yemas vamos a ponerlas sobre el papel de la forma en que caen las gotas de lluvia y al compás de la canción de la lluvia.

La actividad creadora e imaginaria de los dedos enamorados que consiste en que los niños y niñas pondrán los dedos pegados unos con otros como si se besaran, como si estuvieran durmiendo que sería acostándolos lentamente y luego elevarlos diciendo que están jugando moviéndolos varias veces.

### **Actividad 6**

Objetivo: Prepara a las familias acerca del trabajo con las manos con la intención de desarrollar específicamente la actividad física.

Desarrollo: Se les orientará a cada padre estar sentado con sus niños o niñas y a partir de las orientaciones sobre los contenidos de las actividades con el papel, se le invita a que arruguen el papel de la forma en que se les oriente para hacer primero una pelota, luego podrán hacer naranjas, limones y hasta pulsos para las niñas, después lo harán los niños y niñas igual que sus padres.

Cada padre estará con su niño y a partir de la orientación realizada en la actividad anterior se le orienta a la familia arrugar y desarrugar el papel para confeccionar diferente objetos como: pelotas, naranjas, limones, pulsas, cada cual a partir de lo que desarrolló con su niño va a decir cómo lo hizo y para qué.

Luego se les indicará que el niño haga diversas formas geométricas (esferas, conos, cilindros, etc.) que después utilizará para crear figuras humanas o de animales, luego se hará una ampliación del primer ejercicio consiste en hacer una colectividad con las figuras geométricas obtenidas por los distintos niños y niñas. Por ejemplo una familia, unos animales. Se les dirá que también se pueden hacer las partes componentes de una vasija y después integrarla para crear formas. Lograr crear: animales, personas, frutas, pelotas de diferentes tamaños y objetos.

Esta actividad se hará igual que las anteriores dependerán de las características individuales de cada niño y de su desarrollo en las actividades físicas alcanzado, de manera que el padre vaya valorando el desarrollo de su niño o niña.

### **Actividad 7**

Objetivo: Intercambiar experiencias, vivencias sobre lo recibido y los logros alcanzados al respecto.

Desarrollo: Se les dirá a los padres que vamos a intercambiar entre todas las experiencias adquiridas en todo lo aprendido acerca de cómo desarrollar la actividad física.

Se repartirán tarjetas con frases sin completar para que ellos la completen según lo que saben:

Las actividades físicas son...

La actividades físicas tiene gran importancia para el desarrollo físico del niño porque....

Ejemplo de otras actividades a realizaran los niño con la familia y la ejecutora

Ejercicios # 1 para desarrollar en la gimnasia matutina.

Estos ejercicios sirven de base al desarrollo de la habilidad reptar.

Nombre: Busca tu pareja.

♪ Objetivo: Flexión del cuello al lado izquierdo y al lado derecho.

♪ Flexión del tronco al frente y atrás.

♪ Cucullas en dos tiempos.

Materiales: sombrillas de color rojo, verde y amarillo, grabadora o claves.

Organización: En parejas.

Desarrollo: La maestra con un sombrero simulando a Marcolina llega al lugar donde se encuentran los niños y los invita a jugar en parejas la orden es que a la voz de la maestra cada niño va a buscar su pareja, pero guiándose por el movimiento que realice, recordar siempre ¿De qué forma pueden combinar algunas partes del cuerpo para trasladarse y encontrar su pareja? ¿Cómo pueden llegar hasta la casa de Marcolina? y recordar lo que deben hacer para todo lo que realicen lo hagan de forma correcta.

Marcolina orienta: los niños que tienen sombrilla de color rojo juegan con sus brazos mirando el movimiento al lado izquierdo y al lado derecho. A buscar su pareja, los demás niños deben hacer la misma acción buscando su pareja.

Luego sigue orientando: los niños que tienen sombrillas de color verde juegan con las piernas mientras combinan con los brazos al frente y atrás. ¡A buscar su pareja!, los demás niños hacen la misma acción y encuentran su pareja. Luego hacen cuclillas todos juntos para alegrar a Marcolina en dos tiempos con la sombrilla en las manos.

## Ejercicio 2

Ejercicios para desarrollar en la actividad independiente.

Estos ejercicios sirven de base al desarrollo de la habilidad reptar.

Nombre: "No tocar la cuerda"

Objetivo: Flexión de brazos y piernas.

Materiales: Cuerdas atadas a uno y otro lado, tarjetas que representan animales.

Organización: En parejas.

Desarrollo: La maestra invita a los niños a jugar con algunos materiales a combinarla con actividad física muy bonita que se llama "No tocar la cuerda", a la voz de la maestra los dos primeros niños de cada equipo deben pasar por debajo de la cuerda que les queda al frente apoyando todo el cuerpo en el piso, alternando el movimiento de las piernas y los brazos para realizar la flexión sin tocar la cuerda, al llegar al final deben coger una tarjeta y decir si el animal que representa la misma se traslada en trote suave como ellos lo hicieron, o no.

Insisto en que deben recordar siempre ¿De qué forma pueden combinar algunas partes del cuerpo para trasladarse y seguir jugando? ¿Cómo pueden llegar a desarrollar las actividades físicas?, recordar lo que deben hacer para todo lo que realicen lo hagan de forma correcta y ¿De qué forma pueden pasar por debajo de la cuerda?

## Ejercicio 3

Ejercicios para desarrollar en la actividad programada.

Nombre: Merlín, Merlín.

Objetivos para el desplazamiento:

♪ Caminar de diferentes formas

♪ Correr de diferentes formas

♪ Saltar de diferentes formas.

Materiales: Cintas de colores azules, rojos y blancos con pelotas de desodorantes pegadas en las puntas y medallas.

Organización: En parejas.

Desarrollo: La maestra disfrazada de Merlín, Merlín invita a los niños a dar un paseo a la casa de Marcolina para llegar hasta allá lo harán utilizando unos materiales que ella les envió y los ayudarán a seguir el camino y no perderse, pero deben estar atentos, repetir la rima tan bonita y hacer con su cuerpo todo lo que van diciendo, de esa manera al llegar a su casa todos unidos disfrutarán de la fiesta que tienen preparada.

Para llegar a la casa de Marcolina, recuerden hay que repetir la rima y utilizar bien los materiales se reorienta cuantas veces como sea necesario y que deben mantener una buena postura.

Los niños caminan con la punta de los pies, con los bordes, con el talón, corren hacia delante, atrás, un lado y el otro y saltan con las dos piernas, con una, alternada al sonido de las claves que los guía (cuando es seguido caminan, si es rápido corren y si es entrecortado saltan a la vez que repiten la rima y mantienen la postura.

Reitero en que deben acordarse siempre ¿De qué forma pueden combinar algunas partes del cuerpo para trasladarse? ¿Cómo pueden llegar hasta la casa de Marcolina?, recordar lo que deben hacer para todo lo que realicen lo hagan de forma correcta, ¿De qué forma pueden pasar el camino, además seguir la orientación dada por la maestra.

Cuando salgo de paseo

Veo niños juguetones

Que caminan sin cesar

Para casa de Marcolina llegar.

(Se procede de igual manera y se cambia caminar por saltar y luego por correr)

Ejercicio 4

Objetivos para los ejercicios de desarrollo físico general

♪ Flexión del cuello al lado izquierdo y al lado derecho.

♪ Flexión del tronco al frente y atrás.

♪ Cuclillas en dos tiempos.

La maestra continua con el mismo hilo conductor, insistiendo en la repetición de otra rima con la postura correcta para de esa manera llegar a la fiesta.

Para llegar a la casa de Marcolina

Cruzo la calle con cuidado

Mirando siempre a los lados

Toco mis piernas sin doblar

Las rodillas

En el muellecito vamos a andar.

Reitero en que deben acordarse siempre ¿De qué forma pueden combinar algunas partes del cuerpo para trasladarse? ¿Cómo pueden llegar hasta la casa de Marcolina?, recordar lo que deben hacer para todo lo que realicen lo hagan de forma correcta, ¿De qué forma pueden pasar el camino, además seguir la orientación dada por la maestra.

Los niños mientras repiten la rima con una postura correcta y van flexionando el cuello al lado izquierdo y al lado derecho, flexionan el tronco sin doblar las rodillas y realizan las cuclillas en dos tiempos.

Ejercicio 5

Objetivos para el ejercicio principal.

♪ Rodar con las dos manos (atrapar).Coordinación- equilibrio.

♪ Reptar por planos (rectos y ondulados).

Marcolina confeccionó

Unas pelotas de papel

Con ellas los niños rodaron

Por caminos de laurel.

Primero en caminos rectos,

Y en ondulados lo harán,

Finalmente hechos lagartos

Seguros se marcharán.

Desarrollo: Los niños siguen motivados y se les dice que con las pelotas que Marcolina confeccionó van a seguir jugando, la rima les orienta lo que deben hacer para eso hay que estar bien atentos y mantener la postura correcta.

Repito en que deben acordarse siempre ¿De qué forma pueden combinar algunas partes del cuerpo para trasladarse? ¿Cómo pueden llegar hasta la casa de Marcolina?, recordar lo que deben hacer para todo lo que realicen lo hagan de forma correcta, ¿De qué forma pueden pasar el camino, además seguir la orientación dada por la maestra.

## **Ejercicio 6**

Ejercicios para desarrollar en la gimnasia matutina.

Sirven para ejercitar las partes del cuerpo y poder realizar la reptación de manera correcta.

Nombre: Las olas del mar

Objetivo:

- ♪ Combinación de brazos y cuellos al lado izquierdo y derecho.
- ♪ Flexión del tronco al frente y atrás desde la posición de sentado.
- ♪ Bicicletas

Materiales: Un nylon de color azul simulando las olas del mar y siluetas de gotitas de agua.

Organización: Dispersos.

Desarrollo: La maestra se disfraza con un traje de color azul y cintas de nylon en los brazos y piernas para llamar la atención de los niños les explica que ellos van a nadar por el ancho mar cumpliendo las órdenes, recordar siempre ¿ De qué forma pueden combinar algunas partes del cuerpo para trasladarse hasta donde se encuentran las olas del Mar ? ¿Cómo pueden llegar hasta donde se encuentran las olas del Mar? y recordar lo que deben hacer para todo lo que realicen lo hagan de forma correcta al flexionar los brazos y el cuello combinados a un lado y al otro, luego con el tronco al frente y atrás, se acompaña de la canción:

La mar estaba serena

Serena estaba la mar

La mar estaba serena

Serena estaba la mar.

Puedan realizar el movimiento con mayor facilidad, observando las olas del mar que quedan al frente, luego sentados los que quedan delante y detrás, por último se van montados en la bicicleta.

### **Ejercicio 7**

Ejercicios para desarrollar en la actividad independiente.

Se utilizan como una opción más dentro de este tipo de actividad que va ejercitando los diferentes planos musculares para la reptación.

Nombre: Los milicianos.

Objetivo: Flexión de brazos y piernas. Combinados.

Materiales: siluetas de fusiles, escopetas y guitarra.

Organización: En parejas.

Desarrollo: La maestra les explica que durante el paseo serán milicianos y llevan en sus manos el arma para defender la patria, deben estar atentos, recordar siempre ¿De qué forma pueden combinar algunas partes del cuerpo para trasladarse y poder ser milicianos? ¿Cómo pueden llegar hasta donde está el paseo?, recordar lo que deben hacer para todo lo que realicen lo hagan de forma correcta.

Siempre con la postura correcta flexionar los brazos y mirando el movimiento, luego marchan en el lugar flexionando las piernas.

Los niños realizan estas acciones mientras la maestra toca la guitarra y todos juntos entonan la canción Maceo Valiente.

Maceo Valiente, sí señor

¡Bravo general!

Luchó su machete así, así

Por la libertad.

### **Ejercicio 8**

Ejercicios para desarrollar en la actividad programada.

Nombre: Paseo a la playa.

Objetivo del desplazamiento:

♪ Caminar de diferentes formas

♪ correr de diferentes formas

♪ saltar de diferentes formas.

Materiales: Un nylon de color azul simulando las olas del mar, pelotas y siluetas de gotitas de agua.

Organización: Dispersos.

Desarrollo: La maestra con una silueta de sol en la cara los invita a dar un paseo a la playa con algunos materiales, pero deben estar atentos, repetir la rima tan bonita y hacer con su cuerpo todo lo que van diciendo, de esa manera al llegar a la playa todos encontrarán una sorpresa, luego se les pregunta:

¿Qué les gustaría llevar para acompañar al solecito ir de paseo a la playa?

Los niños con las pelotas en las manos caminan con puntas de pie, como lo hacen los payasos, saltan como la señorita Marta, en forma de círculo y corren rápido, lento a la vez que repiten la rima, mantienen la postura y siguen el sonido de las claves: cuando es seguido caminan, si es rápido corren y si es entrecortado saltan.

Repito en que deben recordar siempre ¿De qué forma pueden combinar algunas partes del cuerpo para trasladarse hasta la playa? ¿Cómo pueden llegar hasta allá?, recordar lo que deben hacer para todo lo que realicen lo hagan de forma correcta, ¿De qué forma pueden pasar el camino, además seguir la orientación dada por la maestra.

Por la arena caminé

Y con el ritmo de las claves disfrutaré.

## **Ejercicio 9**

Objetivos para el ejercicio de desarrollo físico general.

♪ Combinación de brazos y cuellos al lado izquierdo y derecho.

♪ Flexión del tronco al frente y atrás desde la posición de sentado.

♪ Bicicletas.

En la mar yo remaré

En mi barquito de papel  
El remo yo miraré  
Una, otra y otra vez  
Me acuesto y lo imaginé  
En mi bicicleta mejor me iré.

Desarrollo: Los niños siguen repitiendo otra rima, en esta parte desde la posición de sentados combinan los brazos con el cuello al lado izquierdo y al lado derecho, luego con el cuerpo al frente y atrás y después hacen bicicletas en el lugar.

Repito en que deben recordar siempre ¿De qué forma pueden combinar algunas partes del cuerpo para trasladarse hasta la playa?, ¿Cómo pueden llegar hasta allá?, recordar lo que deben hacer para todo lo que realicen lo hagan de forma correcta, ¿De qué forma pueden pasar el camino, además seguir la orientación dada por la maestra.

Aquí terminamos las actividades que hemos realizado con la familia de los niños que integran el programa teniendo presente las condiciones a cumplir para la puesta en práctica de las actividades elaboradas para este estudio investigativo.

2.3 Valoración de los resultados obtenidos en la implementación de la alternativa de actividades físicas para la preparación de las familias del programa “Gimnasia con el niño”.

Tiene como objetivo valorar en qué medida han sido efectivas las actividades físicas y los juegos para favorecer el desarrollo físico, en el programa “Gimnasia con el niño”. La alternativa de actividades físicas propició la preparación de las familias y del grupo coordinador del programa, a través del debate y la reflexión de los aspectos teóricos sobre el desarrollo físico de los niños, durante la implementación de las actividades y los juegos.

El 70% de las familias refieren que fueron interesantes. El 90% de la muestra seleccionada responden acertadamente las preguntas realizadas, y todas coinciden en plantear que se sintieron motivados y mejor preparados referentes al tema, plantean que son amenos, sencillos acorde con la edad y de fácil comprensión por parte de ellos.

### **Análisis de la observación de las actividades desarrolladas**

Se observaron 10 actividades físicas y 5 visitas al hogar con el siguiente resultado:

En 8, para el 90 % las actividades físicas favorecen el desarrollo físico. En 5 de las actividades observadas, que representa el 50% se constató que se crearon las condiciones necesarias para el desarrollo de las mismas, utilizaron variedad de formas para su ejecución.

También se utilizaron medios de enseñanza novedosos como atributos para la realización de los ejercicios: medallas, vestuario deportivo, atuendos, todos creados por la familia. El estilo comunicativo de la ejecutora y la familia con los niños le impregna seguridad, dinamismo, consigue las reacciones motrices deseadas y favorecen la relación afectiva entre los participantes, y la empatía comunicativa favorece que se cumplan los objetivos propuestos.

En el 85 % de las actividades físicas se tuvo en cuenta la atención a las diferencias individuales a los niños que presentan dificultades en su desarrollo físico, se ofrecieron posibilidades para que el niño se incorporara a los juegos. En el 90 % de las actividades se favoreció el desarrollo físico a través de los juegos, con el empleo de trabalenguas, adivinanzas, rimas, poses, pantomimas y cantos.

En un 97,2% de las actividades se le dio tratamiento a diferentes componentes del programa a través de los juegos y la imaginación. Se aprecia en las diferentes actividades realizadas por ejecutoras y familia, el empleo de iniciativas novedosas para hacer más rica y amena el desarrollo de las actividades. La ejecutora demostró mayor creatividad y se evidencia mejor preparación de las mismas.

### **Análisis de la entrevista realizada**

Esta técnica se aplicó en el tercer momento de la actividad, con el grupo coordinador como: las ejecutoras, promotoras y metodólogas. Emitieron los siguientes criterios:

Se enriqueció el programa “Gimnasia con el niño” al incorporar de forma sistemática el uso de las actividades físicas y los juegos con enfoque lúdico y su metodología dirigida a lograr efectividad para favorecer el desarrollo físico de los niños de cuatro a cinco años de edad en el contexto formal y en el hogar.

Los juegos son factibles a utilizar para dar tratamiento de forma integral a todas las áreas de conocimientos y prepararlos para el preescolar. La alternativa implementada fortaleció los vínculos familia – escuela además sirvió de estímulo para confeccionar y adquirir materiales, medios digitales, atributos industriales y artesanos por la propia familia.

Actividades	Rango			
	MB	B	R	I
La estructura de las actividades.	7	2		
Conjunto de actividades físicas.	5	2	2	
Curso adiestramiento a la familia.	5	2	1	1
Actividades teóricas-prácticas a la familia.	7	1	1	

Atendiendo a las valoraciones y criterios anteriores podemos afirmar que la alternativa para favorecer el desarrollo físico a través de actividades físicas y juegos, en niños de cuatro a cinco años de edad es efectiva.

La consulta a especialistas se comportó de la siguiente manera a la hora de valorar la alternativa:

#### **LEYENDA**

**MB (MUY BIEN)**

**B (BIEN)**

**R (REGULAR)**

**I (INSUFICIENTE)**

#### **Conclusión del Capítulo**

La realización del curso, actividad física, las visitas a los hogares entre otras demostró la efectividad de la propuesta al lograr la preparación de la familia en las actividades físicas del programa.

La alternativa propuesta contribuye a la orientación y preparación de las familias y el grupo coordinador para favorecer desarrollo físico en los niños de cuatro a cinco años de edad, a partir de la aplicación de las actividades físicas.

## CONCLUSIONES

Luego de un estudio profundo de la problemática a través de las diferentes fuentes bibliográficas y con la combinación de los métodos empíricos y teóricos se arribaron a las conclusiones siguientes:

- En los fundamentos teóricos y metodológicos, desde posiciones psicológicas y pedagógicas, fundamentadas en el paradigma socio-histórico cultural de Vigosky, enriquecida por investigadores cubanos continuadores de las mejores tradiciones pedagógicas, permitió integrar los elementos fundamentales del desarrollo físico, a través de las actividades físicas, de la alternativa propuesta, a partir de las potencialidades del programa, para orientar a la familia.
- El diagnóstico inicial demostró limitaciones en la preparación de las familias al no concebir las actividades físicas a partir de las posibilidades que ofrece el programa “Gimnasia con el niño” y las acciones al planificar la alternativa.
- El aporte práctico principal, lo constituye la alternativa de actividades físicas para la preparación de la familia del programa “Gimnasia con el niño” en el reparto Lenin, del municipio Holguín.
- Las actividades físicas desarrolladas constituyen una valiosa herramienta científico-metodológica para la preparación de la familia, del programa “Gimnasia con el niño”, comprobado en su puesta en práctica y las transformaciones esperadas en la muestra seleccionada, permitiéndole a la familia realizar las actividades con sus hijos

## **RECOMENDACIONES**

1. Continuar el estudio del tema relacionado con la propuesta de una alternativa de actividades físicas para la preparación de la familia del programa “Gimnasia con el niño” en el reparto Lenin, al municipio Holguín.
2. Extender la aplicación de la propuesta de una alternativa de actividades físicas para la preparación de la familia del programa “Gimnasia con el niño”, a otros Consejos Populares donde se desarrolle el programa.
3. Entrenar a nivel de Consejo Popular, a otras familias, ejecutoras y promotoras para el empleo de la propuesta diseñada en función de evaluar la efectividad de la alternativa, dado a que constituye un curso cuya aplicación puede favorecer la ejecución de nuevas actividades físicas.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Abreu G, E (1990): Diagnóstico de las desviaciones en el desarrollo psíquico, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba. - 98p..
2. Ackerman, N(1961): Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares. Editorial Hormé S.A, Buenos Aires, Argentina.
3. Acosta, N (2002): Maltrato infantil, Editorial Científico-Técnico, La Habana, Cuba.
4. Addine, F, F (1996): Alternativa para la organización de la práctica laboral investigativa en los ISP, Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas, La Habana, Cuba.
5. Adler, A (1993): El sentido de la vida. Editorial Luís Miracle, Madrid, España.
6. Alvarez, M (2001): Acerca de la familia cubana actual, Editorial Academia, La Habana, Cuba.
7. Amador, A (1998): Educa a tu hijo (folleto 7 y 8), Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
8. Ares P, M (2000): A las puertas del siglo XXI. Grandes cambios para la familia, En Revista Sexología y Sociedad, No16, La Habana, Centro Nacional de Educación.
9. Arés, P.M. (2002) Mi familia es así, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
10. Báez, M (2006): Hacia una comunicación más efectiva, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
11. Barabtarlo, A (1995): Investigación Acción, Editorial UNAM, México.
12. Benítez, E (2003): La familia cubana en la segunda mitad del siglo. Editorial Ciencias Sociales, La Habana, Cuba. 18-36p.
13. Bozhovich, L.I. (1976): La personalidad y su formación en la edad infantil, 310p.
14. Brito, PJ (2001): Escuela de educación familiar. Para la vida, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.

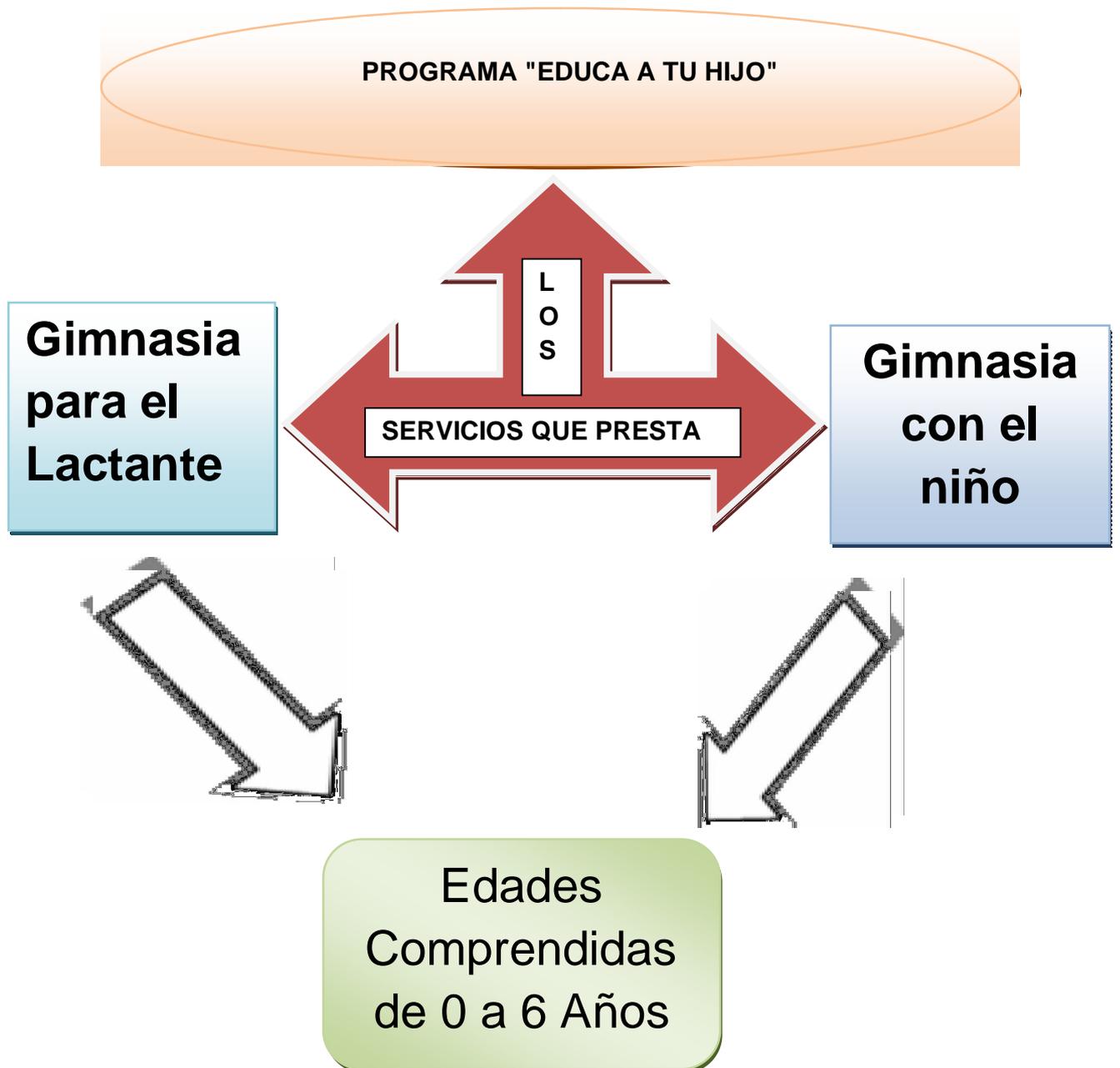
15. Castro P, L (2006): La integración de los discapacitados en la educación sexual, Escuela Especial Solidaridad con Panamá.
16. Código de familia (1987), Imprenta Central de las FAR del Ministerio de las Fuerzas Armadas Revolucionarias. La Habana, Cuba.
17. Colectivo de Autores (1999): Desarrollo cognitivo y motor: módulo de educador infantil, Editorial Ministerio de Educación y Cultura, Madrid, España, 217p.
18. Colectivo de Autores (1995): Estudio sobre las particularidades del desarrollo del niño cubano. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
19. Colectivo de autores (2004): Familia y escuela. El trabajo con la familia en el sistema educativo. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
20. Colectivo de Autores (1981): Psicología infantil. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
21. Convención sobre los derechos del niño. UNICE, Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. La Habana, Cuba.
22. Cruz T, L. (2000): Un programa de estimulación temprana, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba. 6p.
23. Díaz T, M (2001): Prepararse para la vida. Familiar y de Pareja. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
24. García A, R (2003): Las consultas con los padres: una vía para el trabajo con la familia, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba. 25p.
25. Forianov, B (1980): El desarrollo de las reacciones de orientación en los niños Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
26. Fuentes G, H (1996): Fundamentos didácticos para un proceso de Enseñanza aprendizaje participativo. Querétaro. México.
27. Fuiguereado, E (1982): Psicología del lenguaje. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.

28. Guilmain, E (1980): Evolución Motriz desde el nacimiento hasta los doce. Escalas y pruebas psicomotrices, Editorial Médica y Técnica. Madrid. España.
29. Guyton, A (1988): Tratado de fisiología médica. Tomo II. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
30. Krutetski, V. A (1989): Psicología, Editorial Vncshtorgizdat. Moscú, 245p.
31. Legaspi, A (1999): Pedagogía preescolar. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
32. Liublinskaia, A. A (1981): Psicología Infantil. Editorial Libros para la Educación, La Habana, Cuba.
33. López. L. M (2001): Orientaciones Metodológicas para el primer grado. Tomo I. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
34. (2002): La atención clínico-educativa en la edad preescolar. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
35. Luria. A. R. (1982): El cerebro en acción. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
36. Monografía Educa a tu hijo, (2003), publicado por UNICEF, La Habana, Cuba.
37. Morell, C. (1997): Iniciativa creadora para los medios de enseñanza en preescolar, En Revista. Simiente. 4-86, p. 16, La Habana, Cuba.
38. Millar, G (1994): Psicología de la comunicación, Editorial Paidós, Barcelona, España.
39. MINED–UNICEF: Educa a Tu Hijo. Serie Nueve libros. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
40. Morales, F (2004): Estrategia de orientación familiar: Una vía para el Desarrollo del talento, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba. 89p.

41. Núñez, A E (2005): Familia y escuela 1. Algunos puntos de partida. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
42. Pérez, M. E. (1995): Mama, tú y yo en el grupo múltiple. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
43. Pérez R, G (1996): Metodología de la investigación educacional. Primera Parte. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
44. Metodología de la investigación educacional. Segunda Parte. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
45. Petrovsky, R (1980): Psicología general, Editorial Progreso, Moscú, Rusia.
46. Reca, I (1996): La familia en el ejercicio de sus funciones. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba. 10-23p.
47. Rubinstein. J. L (1969): Principios de Psicología. Editorial Instituto del Libro, La Habana, Cuba. 767 p.
48. VI SEMINARIO NACIONAL PARA EDUCADORES. (11:2005: La Habana). Fundamentos de filosofía Marxista Leninista parte 2. Materialismo Histórico. La Habana, Ministerio de Educación, 21 p.
49. Schaffer, H. R (1993): El contexto socio familiar en la educación de la infancia. Temas de infancia educa de 0-6 años, Centros de Poblaciones, MEC, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba. 78p.
50. Sexta Conferencia Iberoamericana sobre la Familia. Septiembre, 2008, La Habana, Cuba.
51. Silvestre O, M (2001): Aprendizaje Educación y desarrollo. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba.
52. Siverio, A G (1992): Educa a tu hijo: un programa para la familia, Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba. 68p.
53. Tesis y Resoluciones. Primer congreso del Partido Comunista de Cuba. Editorial Ciencias Sociales, La Habana, Cuba.

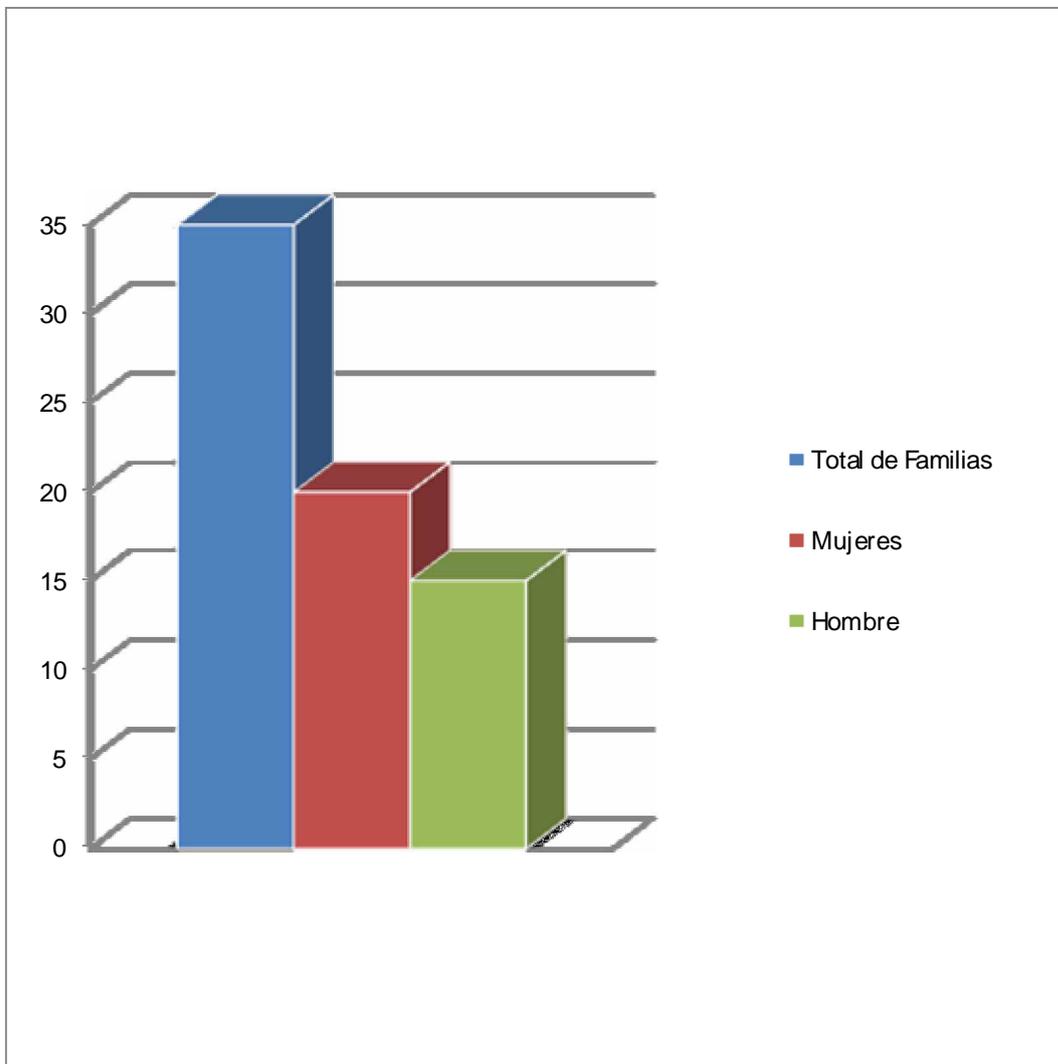
54. Vgnguer, L, A (1976): Temas de Psicología General. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba. 68 p.
55. Vigotsky, L, S (1982): Pensamiento y Lenguaje. Editorial Pueblo y Educación, La Habana, Cuba. 150 p.

Anexos # 1



## Anexos #2

En el siguiente gráfico se representan la muestra escogida para la investigación, la misma consta de 35 familias en total para la cual se disponen 20 mujeres y 15 hombres que se prepararan en las actividades físicas a realizar en el Programa “Gimnasia con el niño”.



### ANEXO # 3

#### ENCUESTA A LA FAMILIA

**Objetivo:** Constatar el nivel de conocimientos y preparación que posee la familia para incidir en el desarrollo físico de sus hijos.

**Compañeros:**

Se está realizando una investigación destinada a constatar la preparación de las familias para desempeñar su papel protagónico en las actividades físicas de sus hijos de cuatro a cinco años de edad. Con anticipación le agradecemos su valiosa información y le solicitamos la mayor veracidad en las respuestas, ello contribuirá favorablemente al enriquecimiento de la investigación.

Se le dará respuesta marcando con una cruz la respuesta que usted considere correcta.

1.- ¿Conoce usted las actividades físicas que se llevan a cabo en el programa "Educa a Tu Hijo?"

Si\_\_\_\_\_

No\_\_\_\_\_

De responder si, argumente que importancia usted le concede.

2.- ¿Sabes qué es la actividad conjunta?

Si\_\_\_\_\_

No\_\_\_\_\_

Argumente.

3.- ¿Cuántas partes posee la actividad?

Una\_\_\_\_\_

Dos\_\_\_\_\_

Tres\_\_\_\_\_

4.- ¿A quién está dirigida la actividad?

Niños/as\_\_\_\_\_

Comunidad\_\_\_\_\_

Familias\_\_\_\_\_

5.- ¿Conoce usted los logros motrices del desarrollo físico de su niño/a según la edad?

Si\_\_\_\_\_

No\_\_\_\_\_

De responder si, cuales conoces.

6.-¿Dónde aparecen estos logros?

Folletos\_\_\_\_\_

Murales\_\_\_\_\_

Policlínica\_\_\_\_\_

7.- ¿Quién prepara la familia?

Directores de Escuelas y Círculos Infantiles\_\_\_\_\_

Promotor\_\_\_\_\_

Ejecutoras\_\_\_\_\_

Técnicos -----

8.- ¿Qué importancia tiene el programa Educa a Tu Hijo?

Prepara la familia para la educación integral de sus hijos\_\_\_\_\_

Educar a los niños/as y prepararlos para la escuela\_\_\_\_\_

Enseñar a los niños/as para la vida\_\_\_\_\_

## **Anexo # 4**

### **ENTREVISTA AL GRUPO COORDINADOR**

**Objetivo:** Obtener información acerca de los criterios que tiene el grupo coordinador sobre la preparación a la familia.

**Compañeras:**

Estamos realizando una investigación acerca de la preparación de la familia de niños de edad temprana (cuatro a cinco años edad) en nuestro Consejo Popular. Le agradecemos de antemano su cooperación, la cual nos servirá de gran utilidad para enriquecer la misma. Le pedimos además que responda con la mayor precisión y sinceridad. Gracias.

1. ¿Qué importancia le concedes a la preparación de la familia en las actividades físicas propias del programa?
2. ¿Qué aspectos tienes en cuenta para desarrollar las actividades físicas con los niños?
3. ¿A través de qué vías o técnicas realizas las actividades físicas con los niños?
4. A su juicio, cuál es el problema fundamental que existe relacionado con la preparación de las familias en cuanto al desarrollo físico de sus hijos. Fundamente brevemente.

## **Anexo # 5**

### **GUÍA DE OBSERVACIÓN A LAS ACTIVIDADES FÍSICAS**

**Objetivo:** Constatar cómo se desarrollan las actividades físicas en el programa.

#### **PRIMER MOMENTO**

- Creación de condiciones para el desarrollo de la actividad.
- Condiciones del área donde se desarrolla la actividad.
- Medios de enseñanza en correspondencia con los objetivos propuestos y las edades de los niños.
- Preparación de la familia para el desarrollo del contenido en dependencia con la preparación previa recibida.
- Preparación que posee la ejecutora, familia y técnicos para guiar el desarrollo de la actividad.
- Orientación sobre los objetivos propuestos.
- Vinculación de los contenidos con las diferentes áreas desarrollo físico y los logros alcanzados.
- Dominio de la familia de los logros del desarrollo físico en correspondencia con su edad.
- Papel activo de la familia desde el inicio de la actividad.

#### **SEGUNDO MOMENTO**

- Desarrollo de la actividad.
- Participación activa de la familia para guiar el contenido que se trata.
- Papel desempeñado por la ejecutora, familia y promotoras durante la actividad.
- Nivel de habilidades que van adquiriendo los niños y sus familias.
- Participación en el juego como la actividad más importante en estas edades y el nivel que van alcanzando.

### **TERCER MOMENTO**

- Valoración de lo realizado familia–ejecutor, teniendo en cuenta los logros trabajados y el nivel alcanzado.
- Qué tratamiento se le dio en la actividad y se la dará a logros del desarrollo en el hogar.
- Orientación de actividades para el hogar.
- Realización de charlas educativas.

## **Anexo # 6**

### **REVISIÓN DE DOCUMENTOS**

**Objetivo:** Comprobar mediante la revisión de documentos lo establecido para el desarrollo de las actividades físicas en los niños de cuatro a cinco años de vida.

1. Documentos.
2. Programas y Orientaciones Metodológicas.
3. Sistema de actividades programadas.
4. Acta de los Colectivos Territoriales.
5. Estrategia del Centro.