

## Juegos motrices y habilidades motrices básicas

### Yanni Pol-Rondón

Máster en Actividad Física de la Comunidad. Profesora Auxiliar de la Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Guantánamo. Cuba.

<https://orcid.org/0000-0002-7297-2197>

[cuyannipr@cug.co.cu](mailto:cuyannipr@cug.co.cu)

### Reynier Durruthy-Rivera

Lic. Profesor Asistente de la Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Guantánamo. Cuba.

<https://orcid.org/0000-0001-9671-6991>

[reynier0206@nauta.cu](mailto:reynier0206@nauta.cu)

### Daniel Alejandro Robert-Gómez

Lic. Profesor de la Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Guantánamo. Cuba.

<https://orcid.org/0000-0003-2134-7188>

[danielrg@cug.co.cu](mailto:danielrg@cug.co.cu)

Recibido: 27/I/2021

Aprobado: 12/IV/2021

Publicado: 1/VII/2021

**Resumen:** El desarrollo de las habilidades motrices básicas como correr, saltar, caminar, lanzar, etc., depende en gran medida en la enseñanza primaria de una estimulación dada por la práctica de los juegos motrices mediante la asignatura de Educación Física. Estos, además de permitir la reafirmación de la personalidad del niño a través de la expresión natural de sus emociones y la diversión, aprendizaje y socialización, propician su desenvolvimiento motor y cognitivo, por lo que su ejercitación constituye uno de los ejes fundamentales de muchas actividades, por su carácter pedagógico, psicológico y de simulación.

**Palabras claves:** juegos motrices; habilidades motrices básicas; desarrollo cognitivo y social; enseñanza primaria; Educación Física

### Motor Games and Basic Motor Skills

**Abstract:** Developing running, jumping, walking, throwing, etc., as elementary motor skills to a great extent in Elementary teaching, depends on the stimulation from practicing motor games. The Physical Education class makes this possible. These skills reaffirm the child's personality through the natural expression of their emotions and fun, learning, and socialization, besides the motor and cognitive ease allowed. Its practice is one of the main elements in many activities; due to its teaching, psychological, and simulation character.

**Keywords:** motor games; motor-basic skills; cognitive and social development; elementary education; Physical Education

## **Jogos motrices e habilidades motrices básicas**

**Resumo:** O desenvolvimento de habilidades motoras básicas como correr, pular, andar, arremessar, etc., depende em grande parte do ensino fundamental de um estímulo dado pela prática de jogos motores por meio da disciplina de Educação Física. Estas, além de permitirem a reafirmação da personalidade da criança através da expressão natural das suas emoções e diversão, aprendizagem e socialização, promovem o seu desenvolvimento motor e cognitivo, pelo que o seu exercício constitui um dos eixos fundamentais de muitas actividades, para a sua pedagogia, natureza psicológica e de simulação.

**Palavras-chave:** jogos de motor; habilidades motoras básicas; desenvolvimento cognitivo e social; Educação primária; Educação Física

### **Introducción**

Uno de los objetivos de la enseñanza primaria es el desarrollo multilateral y armónico de los niños, el cual se logra a través de la realización de diferentes actividades, donde se establecen las condiciones adecuadas para la aprehensión de hábitos, habilidades, capacidades, así como la adquisición de conocimientos y la formación de sentimientos y cualidades que constituyan, posteriormente, rasgos positivos de su personalidad.

Todas las acciones concebidas requieren que se organicen y dirijan sobre bases científicamente fundamentadas para el logro de la formación integral de cada niño, premisa indispensable de su preparación. En este ámbito se le concede gran importancia a la Educación Física, por su contribución al desarrollo psicomotor en edades tempranas. Así, mediante una adecuada utilización de los juegos en la clase de esta asignatura se logra elevar la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje y se fortalecen las habilidades motrices básicas.

Se impulsan, además, los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior, el disfrute de la movilización corporal y la participación en actividades caracterizadas por cometidos motores. Se procura la convivencia y la amistad, así como el aprecio por las actividades propias de la comunidad.

La Educación Física contribuye al cuidado y preservación de la salud, al fomento de la tolerancia y el respeto de los derechos humanos, a la ocupación del tiempo libre y estimula a una vida activa en contra del sedentarismo, uno de los mayores problemas de la actualidad ante la emergencia de un desarrollo vertiginoso de la tecnología, que atenta contra la realización y fortalecimiento de las habilidades motrices.

La Educación Física se interesa por el desarrollo integral del individuo y pretende agrupar junto con la dimensión biológica, el resto de las dimensiones fundamentales de la persona: afectiva, expresiva y cognitiva. Presenta como principios básicos relacionados con el juego, el de la acción motriz, la orientación, utilidad, progresión, eficacia y participación. Por tanto, la Educación Física y el juego contribuyen a la formación de niños y niñas de manera integral pues el juego además de ser una herramienta ideal para la integración y socialización, también lo es para el fortalecimiento de las habilidades básicas de los estudiantes (Chávez y Valecillos, 2013).

## **Desarrollo**

### **Juegos motrices**

El juego ha sido definido por varios investigadores como un medio espontáneo de expresión y de aprendizaje en el que interaccionan todos los sentidos. También ejercita los hábitos intelectuales, físicos y éticos al mismo tiempo que ayuda al niño a la reducción de tensiones, la defensa ante frustraciones y miedos, la evasión de lo real o la creación de situaciones placenteras. El niño lo utiliza como una vía para el descubrimiento de sí mismo y del mundo que le rodea, y para la expresión y desarrollo de su personalidad, donde se crean las condiciones de comunicación y diálogo entre sus compañeros.

Garaigordobil (1992) afirma que el juego es una fuente de placer, diversión y produce la aparición de signos de alegría, proporciona libertad y arbitrariedad puesto que la ficción es el elemento más constitutivo en edades pequeñas; también implica una acción y una participación activa del jugador. Arnold (1986) lo define dentro de lo psicológico como una actividad generadora de placer que no se realiza con una finalidad exterior a ella, sino por sí misma.

Desde el punto de vista fisiológico el juego es la actividad que realizan los seres superiores sin un fin aparentemente utilitario, como medio para la eliminación del exceso de energía. Según el enfoque psicológico, es la actividad espontánea y desinteresada que exige el cumplimiento de una regla escogida o la superación de un determinado obstáculo. Desde lo social se puede definir como una actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo, según reglas generales.

El juego resulta una estrategia apropiada para fortalecer las habilidades básicas tales como: correr, saltar y lanzar. Como manifiesta González (1998), constituye el canal fundamental para desbloquear la concepción mecanicista de la Educación Física en la que se persigue el desarrollo de la condición física y de la habilidad motriz con miras a la eficacia y al rendimiento (Chávez y Valecillos, 2013).

Por su parte, el juego motor es un medio que incluye todos los tipos de situaciones motrices en forma de actividades lúdicas, que comportan conductas motrices significativas y pueden cumplir distintos objetivos ya sean pedagógicos, recreativos, de dinamización de grupos, culturales y deportivos. Es decir, es una actividad lúdica que se conforma como una situación motriz y mediada por un objetivo motor (Rodríguez, 2019).

Los juegos motrices permiten el ejercicio de los esquemas de acción y decisión motriz, de las habilidades y destrezas adquiridas, así como el despliegue de las capacidades y necesidades orgánicas, perceptivas, simbólicas, expresivas, creativas, en las más diversas y cambiantes situaciones. Representan una unión entre percepción, pensamiento, acción y la filogénesis biológica y motriz del movimiento humano (Glosario de Educación Física, 2018).

### **Habilidades motrices**

La habilidad motora es toda aquella acción muscular o movimiento del cuerpo requerido para la ejecución con éxito de un gesto deseado, de manera precisa, en un tiempo mínimo y con el menor costo energético. Evoca también la capacidad de relacionarse con el entorno mediante desplazamiento e implica un carácter de movimiento global del cuerpo (práctica global). Dentro de ella, la destreza significa la manera de relacionarse con el entorno a través de movimientos de coordinación fina mediante la manipulación de objetos (práctica fina).

Así Durand (1988) define a las habilidades motoras como la competencia adquirida por un sujeto para realizar una tarea concreta. Se trata de la capacidad de resolución de un problema motor específico en cuanto a la elaboración de una respuesta eficiente y económica, con la finalidad de alcanzar un determinado objetivo. Sin embargo, las habilidades motrices básicas reciben este nombre porque son habilidades desarrolladas por todos los individuos, que han permitido su supervivencia y porque es el pilar fundamental en el que se apoyan los aprendizajes motores posteriores (Ruiz, 1994).

Según Sánchez (1984), se pueden definir como la familia de habilidades amplias, generales y comunes a muchos individuos. Son el vocabulario básico de la motricidad, y la

base de aprendizaje posterior. Estas habilidades pueden servir de plataforma para el desarrollo de situaciones más complejas y elaboradas de movimiento y se clasifican en locomotrices, movimientos que implican el manejo del propio cuerpo (desplazamientos, saltos y giros) y manipulativas, movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos (lanzamientos y recepciones).

Díaz (1999) señala que estas habilidades son capacidades adquiridas por aprendizaje y pueden expresarse en conductas determinadas en cualquier momento con un menor o mayor grado de destreza. Por lo tanto, para ser hábil en alguna acción motriz, es necesario contar previamente con la capacidad potencial necesaria y con el dominio de algunos procedimientos que permitan el éxito de manera habitual.

Además, posibilitan al niño realizar un movimiento y a través de la maduración de estas, se adquieren nuevas destrezas y opciones de movimiento, lo que produce resultados favorables. Se desarrollan por aprendizaje, y no únicamente por una aptitud o talento innato. Cuando existen dificultades o carencias, se puede presentar limitaciones en el aparato motor fino, lo que obstaculiza tener el control en los músculos pequeños; por el contrario, las habilidades motoras gruesas se ven afectadas en músculos grandes como las piernas, también, en actividades como correr o arrojar objetos, dificultad en el equilibrio y la coordinación (Garzón y Romero, 2019).

Ruiz (1987) presenta una clasificación donde agrupa tres tipos de habilidades motrices básicas a partir de la locomoción como característica esencial (andar, correr, saltar, rodar, pararse, etc.); el manejo del cuerpo en el espacio, relacionado con la estabilidad y el equilibrio, no locomotrices (girar, empujar, fraccionar, balancearse, inclinarse, etc.); y finalmente de proyección, manipulativas y recepción de móviles y objetos (recepcionar, lanzar, golpear, batear, atrapar, etc.).

Para Romero (2003) la formación de las habilidades motrices es una de las tareas fundamentales de la Educación Física en la edad de 6 años pues durante el transcurso de la vida se producen en el organismo una inmensa cantidad de reflejos condicionados de diferentes orígenes, que surgen como resultado de la acción de estímulos complejos y combinaciones, los cuales constituyen la base del desarrollo motriz.

### **Estudios realizados**

Diversos estudios han abordado esta temática para el desarrollo de las diferentes habilidades motrices básicas. Así Chávez y Valecillos (2013), determinan las estrategias que utilizan los docentes en las clases de Educación Física para la incorporación del juego en el desarrollo de las habilidades correr, lanzar y saltar en alumnos del tercer grado mediante un estudio de caso. Estos autores concluyeron que aunque los docentes conocen las ventajas y características del juego, las estrategias empleadas no son las más apropiadas para el desarrollo de esas habilidades.

En Moreno (2016) se realiza un análisis de las habilidades motrices básicas con mayor influencia en la coordinación dinámica general en niños de primer grado. En dicho ejercicio se concluye que por medio de juegos menores se pueden mejorar dichas habilidades. Por su parte, Babativa (2016) determina la incidencia del modelo de enseñanza “juego modificado” en el desarrollo de los patrones básicos: lanzamiento a una mano, patera y correr en los niños y niñas del grado 302 del colegio Universidad Libre, Colombia, a través de la aplicación de los diferentes juegos en las sesiones realizadas en las clases de Educación Física.

Por su parte, Ramírez (2008) elabora una alternativa para favorecer el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas que asisten a las vías no institucionales de educación del municipio de Gibara, Holguín. En este trabajo se aprecia la fundamentación de un sustento teórico respecto al desarrollo de las habilidades motrices básicas y sus características en niños y niñas de 4 y 5 años de edad. La propuesta contiene un conjunto de juegos modificados, concebidos con un lenguaje directo, claro y asequible para los infantes. Una característica especial es que favorece el protagonismo de la familia, lo cual constituye un valioso material de consulta para las personas interesadas.

Toledo (2006) concibe la planificación y ejecución de estrategias pedagógicas para el desarrollo de las habilidades motrices en niños y niñas del tercer grado del Colegio Cervantes, del Estado Táchira, investigación que responde a la necesidad de estas habilidades como parte esencial en la formación de los niños y niñas, para fortalecer sus funciones motoras en el proceso evolutivo. Entre los resultados obtenidos en la ejecución de las estrategias planificadas en el plan de acción estuvo el logro del desarrollo de habilidades motrices en los niños y niñas mediante la estimulación de sus potencialidades.

Para Camacho (2012) el juego cooperativo constituye un promotor de habilidades sociales en niñas de 5 años de la Universidad Católica del Perú, pues la relación entre estas

habilidades y un programa de juegos cooperativos mediante diferentes conceptualizaciones del juego, y su evolución a lo largo de los años permitió conocer cuáles habilidades sociales son promovidas por este juego, lo que posteriormente sirvió de sustento a la aplicación del mencionado programa en el desarrollo de habilidades sociales aplicadas a nivel práctico.

De manera general, a partir de los estudios realizados se reafirma la importancia de estas habilidades en el desarrollo motor de los niños y su contribución como eje vertebrador de muchas actividades en la escuela. Representan la base para el desarrollo armónico y variado de los alumnos porque forman parte de las actividades diarias desde sus primeros meses de vida. Además, en conjunto con los juegos motrices favorece el desarrollo motor del alumnado de manera lúdica y educativa.

### **Conclusiones**

Los juegos motrices constituyen una actividad placentera y necesaria para el desarrollo cognitivo y afectivo del niño y representan una vía para el aprendizaje y fortalecimiento de las habilidades motrices básicas y destrezas mediante la práctica de la Educación Física en la enseñanza primaria.

Ayudan además en el adecuado desempeño de ejercicios de tipo educacional, psicológico o de simulación. Permiten la reafirmación de la personalidad del niño mediante la expresión natural de sus emociones. De igual forma proporcionan diversión, aprendizaje y socialización. Utilizan habilidades motrices tales como saltar, correr, caminar, lanzar, etc.

### **Referencias bibliográficas**

- Arnold, A. (1986). *Cómo jugar con su hijo*. Kapeluz.
- Babativa, J. S. (2016). *Vinculación del juego modificado para mejorar los patrones básicos motores lanzar, patear y correr en las clases de Educación Física de los estudiantes del grado 302 entre las edades 8-9 años del colegio Universidad Libre* [Tesis de grado]. Universidad Libre de Colombia.
- <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8956/TRABAJO%20FINAL%202020%20JUN.pdf?sequence=1>

- Camacho, L. J. (2012). *El juego cooperativo como promotor de habilidades sociales en niñas de 5 años* [Tesis de grado]. Pontificia Universidad Católica del Perú.  
<http://hdl.handle.net/20.500.12404/4441>  
<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/4441>
- Chávez, M. E. y Valecillos, C. A. (2013). Estudio diagnóstico sobre la aplicación del juego en la Educación Física: Caso Municipio Torbes, estado Táchira. *Investigación y Postgrado* 28(1), 165-180.
- Díaz, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Inde Publicaciones.
- Durand, M. (1988). *El niño y el deporte*. Paidós.
- Garaigordobil, M. (1992). *Diseño y evaluación de un programa lúdico de intervención psicoeducativa con niños de 6-7 años* [Tesis doctoral]. Universidad del País Vasco.
- Garzón, J. F. y Romero, A. F. (2019). *Propuesta didáctica desde la clase de Educación Física para mejorar las habilidades básicas motrices (lanzar y atrapar) en los niños del grado tercero del colegio Nydia Quintero de Turbay Jornada Tarde* [Tesis de grado]. Universidad Libre, Colombia.
- Glosario de Educación Física. (2018).  
<https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/juegos-motores>
- González, R. (1998). *Caracterización motriz del niño cubano de 1 a 6 años que asiste a los Círculos Infantiles*. Pueblo y Educación.
- Moreno, M. A. (2016). Análisis de las habilidades motrices básicas con mayor influencia en la coordinación dinámica general. *Edu-Física.Com*, 5(11), 15-26.  
<http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/article/view/929>  
<http://www.edu-fisica.com/>
- Ramírez, R. (2008). Los juegos tradicionales como alternativa para desarrollar habilidades motrices básicas en niños de 4-5 años. *Monografías.com*.  
<https://www.monografias.com/trabajos73/juegos-tradicionales-desarrollar-habilidades-motrices/juegos-tradicionales-desarrollar-habilidades-motrices2.shtml>
- Rodríguez, J. C. (2019). *Juegos motores* [Bachillerato]. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.  
<https://repository.uaeh.edu.mx/bitstream/handle/123456789/19180>
- Romero, P. (2003). Educación Física en la Educación Primaria. *Paso a Paso*, 7(39).

Ruiz, L. M. (1987). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Gymnos.

Ruiz, L. M. (1994). *Deporte y aprendizaje. Procesos de adquisición y desarrollo de habilidades*. Visor.

Sánchez, F. (1984). *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Gymnos.

Toledo, R. (2006). *Estrategias pedagógicas para el desarrollo de las habilidades motrices en los niños del colegio Cervantes* [Tesis de pregrado]. Colegio Cervantes, Venezuela.