

LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS COMO ESTRATEGIA DIDACTICA PARA  
FORTALECER EL SALTO EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS DEL CDI DE SAN PEDRO  
DEL MUNICIPIO DE PAMPLONA

KAREN JULIE ROJAS RINCON

ASESOR:

M.S.c. LUCY AMPARO JAIMES LIZCANO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA  
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACION  
ESPECIALIZACION EN EDUCACION PARA LA RECREACION COMUNITARIA  
PAMPLONA

**TABLA DE CONTENIDO**

<b>Capítulo I</b> .....	<b>6</b>
<b>Título</b> .....	<b>6</b>
<b>Problema</b> .....	<b>6</b>
<b>Descripción del Problema</b> .....	<b>6</b>
<b>Formulación del Problema</b> .....	<b>6</b>
<b>Objetivos</b> .....	<b>7</b>
<b>Objetivo General</b> .....	<b>7</b>
<b>Objetivo Especifico</b> .....	<b>7</b>
<b>Justificación</b> .....	<b>8</b>
<b>Capitulo II</b> .....	<b>9</b>
<b>Marco Referencial</b> .....	<b>8</b>
<b>Antecedentes</b> .....	<b>8</b>
<b>Marco conceptual</b> .....	<b>10</b>
<b>Capitulo III</b> .....	<b>22</b>
<b>Metodología de la Investigación</b> .....	<b>22</b>
<b>Tipo de Investigación</b> .....	<b>22</b>
<b>Instrumentos metodológicos</b> .....	<b>22</b>
<b>Población</b> .....	<b>24</b>
<b>Muestra</b> .....	<b>24</b>
<b>Capítulo IV</b> .....	<b>25</b>
<b>Resultados</b> .....	<b>25</b>
<b>Capítulo V</b> .....	<b>33</b>
<b>Discusión</b> .....	<b>33</b>
<b>Conclusiones</b> .....	<b>34</b>

**Bibliografía .....35**

**Anexos .....38**

## INTRODUCCION

Las habilidades básicas motrices son muy importantes en los niños de edad pre escolar, ya que a estas edades se encuentran falencias como el movimiento y balanceo del cuerpo y esto es primordial en un niño cuando lo que se desea buscar es que él tenga total dominio de su cuerpo para ejecutarlas, por eso las habilidades básicas motrices se trabajan mucho en la etapa de educación preescolar por medio de juegos recreativos.

Según Medrano Mir (1997), el desarrollo psicomotor de 0 a 6 años, debe ser entendido como algo que el niño va produciendo, a través de su actuación sobre el entorno y ser cada vez más competente. En este sentido, el propósito del desarrollo motor es lograr el dominio y control del propio cuerpo, hasta alcanzar todas sus posibilidades de acción, la cual se manifiesta a través de la función motriz, que está constituida por movimientos orientados hacia la creación de relaciones entre el niño con el mundo que le rodea, desde los reflejos del recién nacido, hasta la coordinación de los grandes grupos musculares que intervienen en los mecanismos de control postural, equilibrios y desplazamientos.

Huizinga (1968) en el libro del Toro (2013) afirma que: “El juego es una acción y ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene su fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de ser de otro modo que la vida corriente”.

Los juegos recreativos es toda acción o actividad que tienen como finalidad el placer, la diversión y el disfrute de quienes lo ejecuten, es una actividad lúdica capaz de transmitir emociones la cual permite generar relaciones con las demás personas por ello se convierte en una actividad vital para todo niño o persona. En los juegos recreativos no se busca ganar ser el mejor si no lo importante y primordial es buscar el goce y el disfrute, la diversión, la alegría y el placer que esto nos genera.

Es por esto que, en esta monografía se busca implementar los juegos recreativos como una estrategia para el aprendizaje de estas habilidades motrices básicas buscando así promover espacios para la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre de niños y niñas, favoreciendo su crecimiento personal y calidad de vida.

Según Clenaghan & Gallahue, 1985, nos definen El salto como un patrón locomotor en el cual la extensión de las piernas impulsa al cuerpo a través del espacio”,

mientras que (Generelo & Lapetra, 1993, pág. 461) define el salto como Movimiento producido por la acción de una o de ambas piernas mediante el cual el cuerpo del sujeto se aleja de la superficie de apoyo.” Y (Díaz, 1999) nos dice que “Los saltos implican un despegue de la superficie con o sin carrera previa y, de esta manera, la existencia de una fase aérea o de suspensión más o menos duradera y en la que normalmente se consigue el objetivo del salto y, finalmente, una caída o retorno a la superficie”.

Con este trabajo busco evaluar como es la habilidad del salto en niños y niñas de 4 y 5 años de edad para así fortalecer y demostrar que por medio de juegos recreativos podemos mejorar esta habilidad en los niños.

## **CAPITULO I**

### **1.1 TITULO**

***LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS COMO ESTRATEGIA DIDACTICA PARA FORTALECER EL SALTO EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS DEL CDI DE SAN PEDRO DEL MUNICIPIO DE PAMPLONA.***

### **1.2 EL PROBLEMA**

#### **1.2.1 DESCRIPCION DEL PROBLEMA**

En la educación preescolar, especialmente en el jardín se evidencian falencias en las habilidades básicas motrices como lo es el caminar, trotar, rodar, alar, trepar, balancear, saltar etc., debido a que no se cuenta con un licenciado especialista en el desarrollo motor, para que atienda con eficacia el mejoramiento de estas destrezas tan importantes para la formación en esta etapa base del niño.

En las edades más bajas es donde comenzamos a ver los inicios del salto en los niños, comienzan a querer superar obstáculos bajos donde al pasar los años quieren ir aumentando sus posibilidades de salto dejando caer un pie detrás de otro y permaneciendo un poco más de tiempo en el aire, pero al ser licenciada me he dado cuenta que hay muchas falencias como el salto en niños de 4 y 5 años de edad, ya que he visto como en los colegios en los grados bajos como preescolar primero y segundo no les están dando la formación adecuada para que ellos desarrollen mejor sus habilidades básicas motoras como lo es el salto, dándome cuenta que muchos de ellos en los jardines e instituciones los niños y niñas de estas edades no saben saltar y muchas veces llegan a la edad de 10 años y no desarrollan esta habilidad como se debe.

Esta es la razón que nos motiva a realizar actividades recreativas que conlleven al fortalecimiento de las habilidades básicas motrices en niños de 4 a 5 años del jardín CDI DE SAN PEDRO.

#### **1.2.2 FORMULACION DEL PROBLEMA**

¿Qué influencia tienen las actividades recreativas en el salto en niños de 4 y 5 años del CDI de san pedro del municipio de pamplona?

## **1.3 OBJETIVOS**

### **1.3.1. OBJETIVO GENERAL**

Diseñar un cronograma de actividades recreativas que fortalezcan la habilidad del salto en niños y niñas de 4 a 5 años del jardín CDI de san pedro de la Ciudad de Pamplona.

### **1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Diagnosticar las falencias de las habilidades básicas motriz que presentan los niños del CDI San Pedro de la Ciudad de Pamplona. a través del tests tepsi
- Aplicar el cronograma de actividades recreativas que permitan fortalecer el salto como complemento esencial del desarrollo de habilidades básicas motrices como lo es el salto de niños y niñas de la ciudad de Pamplona.
- Evaluar la incidencia de las actividades recreativas por medio del test “TEPSI”, en niños de 4 a 5 años del jardín CDI de San Pedro de la ciudad de Pamplona.
- Analizar los resultados arrojados en el desarrollo de la habilidad del salto de niños y niñas de la ciudad de Pamplona.

## 1.4 JUSTIFICACION

Este proyecto se realiza con la finalidad de fortalecer por medio de juegos y actividades de carácter recreativo las habilidades básicas motrices de los niños en edades de 4 a 5 años, en especial el salto; ya que en esta etapa es fundamental y primordial que el niño aprenda a tener dominio de su propio cuerpo, en nuestra actualidad observamos que hay muchas falencias debido a que en los jardines o colegios donde los niños realizan sus primeros procesos de formación, no se les fortalece ni se les enseña de forma apropiada patrones básicos de movimiento que les permitan mejorar sus habilidades y destrezas en esta etapa inicial.

Por eso se hace de vital importancia que este trabajo sirva como referente para reforzar las habilidades motrices básicas en los niños y niñas de los centros de desarrollo inicial, promoviendo estrategias para aprendan y fortalecer su propio cuerpo por medio del juego, contribuyendo a la formación integral del individuo, partiendo del fortalecimiento de los músculos y el desarrollo de habilidades que les servirá para su futura vida como lo son el caminar, correr, saltar, lanzar entre otras. (BERRUEZO, 2000), nos dice “que a través del cuerpo se conoce, se expresa, se maneja el contexto (de manera real, simbólica o representada), y como consecuencia se relaciona o interactúa (con el mundo material y humano)”. Mientras que (Gil, Contreras, Díaz & Lera, 2006) nos hablan que el continuo y sistemático descubrimiento del propio cuerpo y la experimentación y exploración de una multitud de sensaciones y posibilidades de acción y funciones corporales, constituirán el arsenal vivencial necesario, sobre el cual se vaya construyendo el pensamiento infantil. Igualmente, las relaciones afectivas establecidas durante el desarrollo de la actividad motriz, principalmente en el juego, serán fundamentales para su crecimiento emocional.

Para Frosting & Maslow (1984) “el uso exclusivo de ejercicios estructurados tiende a sofocar la creatividad de los niños, llevándolos a ejecutar tareas de manera mecánica, por lo que, el papel de los educadores debería ser estimular la creatividad de los niños, animándoles a usar sus cuerpos libres y espontáneamente, como medio de expresión y, no exigirles respuestas mecánicas”. Es por ello que nos basaremos en actividades recreativas o juegos en los cuales el niño se sienta libre y cómodo con su propio cuerpo a la hora de ejecutarlas para así reforzar y mejorar las habilidades básicas motrices en ellos como el saltar.

## CAPITULO II

### 2. MARCO REFERENCIAL

#### 2.1. ANTECEDENTES

- Existen estudios publicados por Blázquez Sánchez (1995) en los cuales, se sugieren cómo se pueden tratar las habilidades motrices desde distintas perspectivas, en donde “la motricidad es el común denominador y el niño el protagonista del proceso educativo”. Las habilidades motrices básicas en el ser humano comienzan a desarrollarse, desde el momento mismo del nacimiento, es por ello, la necesidad de encaminarlas de forma positiva, para poder mejorarlas de manera progresiva.
- En los niños, el juego cumple una función vital en su motricidad, ya que, a través de él, desarrolla sus habilidades motrices y puede compartir con los demás. En estudios realizados sobre el desarrollo humano y concretamente sobre diferentes ámbitos de la conducta infantil, por autores como Piaget (1968, 1969), Wallon (1980), Gesell (1958), Freud (1968), Bruner (1979), Guilmain (1981), Ajuriaguerra (1978), Le Boulch (1981), Vayer (1973), Da Fonseca (1984, 1988 y 1996), Cratty (1990) y Gallahue (1985), muestran cómo la motricidad ha contribuido a la conformación de la personalidad y los modos de conducta del niño.
- Otros estudios realizados en el 2016 titulado; Efectos en el desarrollo motor de un programa de estimulación de habilidades motrices básicas en escolares de 5º año básico de colegios particulares subvencionados de la gran concepción. En marca la importancia y la similitud de este estudio ya que esta investigación buscó determinar los efectos de un programa de estimulación de las habilidades motrices a través de juegos motores en escolares de 5º Básico pertenecientes a Colegios Particulares Subvencionados del Gran Concepción. La muestra fue de 108 escolares, 59 corresponden al grupo control y 49 al grupo experimental. Para la evaluación (pre- test y pos-test) se utilizó el test de Desarrollo Motor Grueso de Ulrich (2000). Por su parte el Grupo Experimental participó por 8 semanas de un programa de estimulación de las habilidades motrices básicas a través de juegos motores. Al finalizar las 8 semanas, los escolares fueron nuevamente evaluados para comprobar los efectos de dicho programa. Los resultados mostraron que el grupo control mantuvo sus puntajes sin cambios significativos. En cambio, el grupo experimental, mejoró sus resultados de forma significativa ( $p < 0.05$ ) por lo que el programa de estimulación mostró

ser adecuado, a pesar de ello los escolares no lograron compensar su déficit motor de acuerdo a su edad cronológica.

- Otra investigación sigue arrojando datos importantes como. El desarrollo de habilidades motrices. Ejercicios para niños de cuatro a cinco años de edad. Que busca la edad preescolar, es un período de la vida del niño donde se sientan las bases para el desarrollo físico y espiritual del hombre. Durante los primeros años de la vida se asimilan conocimientos, habilidades y hábitos, se forman capacidades, cualidades volitivo-morales los que conllevan a lograr una educación integral, la que asume una importancia vital en el desarrollo general del sujeto. Por otra parte, la sección de las actividades motrices a desarrollar con los niños debe tener en cuenta las características del desarrollo motor de estos en cada edad, en correspondencia con las condiciones geo sociales, tales como; el clima, las costumbres y la cultura. La planificación de tareas motrices desde su forma más simple hasta la más compleja facilita y estimula la motricidad de los pequeños. La motricidad asume todos los movimientos del ser humano. Estos movimientos determinan el comportamiento motor de los niños de 1 a 6 años que se manifiestan por medio de las habilidades motrices básicas, que expresan a su vez los movimientos naturales del hombre.
- Por otra parte, Duque y Montoya (2013) desarrollaron un estudio titulado estrategias para el desarrollo de la psicomotricidad. Antioquia. Esta investigación fue de gran aporte, ya que mostraba como se podía desarrollar motricidad utilizando estrategias plásticas. Tuvo como objetivo general fortalecer el desarrollo de la psicomotricidad en los niños y niñas del grado jardín del colegio Soleira, a través del uso de estrategias gráfico-plásticas. Este proyecto dejó varios aprendizajes, al iniciar la práctica pedagógica plantearon una investigación acerca de la motricidad fina en la que terminaron sintiéndose limitados, porque desde esta mirada se fraccionaba el desarrollo de los niños y las niñas, pero al ir por varias semanas al aula, observando a los niños y niñas, analizando sus preferencias, detectando sus falencias y leyendo acerca de lo que quisieron fortalecer, encontraron que proponer un trabajo de intervención para fortalecer el desarrollo psicomotriz reunía paso a paso la intención pedagógica en el grado jardín. Es por esto que, esos primeros acercamientos desde la motricidad fina, más allá de significarles una equivocación les proporcionó elementos fundamentales para la reconstrucción del saber pedagógico, pues les permitió reflexionar acerca de qué es lo que en realidad los estudiantes necesitaban aprender, cómo aprendían mejor, y así fueron llegando a la búsqueda de soluciones pertinentes.
- En un trabajo realizado por el autor Giráldez (2002) en un grupo de niños de edad preescolar en Buenos Aires, sobre la Importancia del trabajo

psicomotriz y pre deportivo en los niños de edad preescolar (4-7 años) para una óptima especialización deportiva futura, en las cuales se enseñan de forma lúdica los contenidos de la motricidad general, habilidades y destrezas básicas y simples, como pueden ser los saltos, coordinaciones, desplazamientos, se observó que la flexibilidad está en su mejor desarrollo entre los 3 y 8 años y es a estas edades cuando se debe trabajar las diferentes capacidades como el ritmo, equilibrio, la orientación espacial, para lograr unos altos niveles de dichas capacidades que le permitan al niño en un futuro gozar de un buen desarrollo psicomotriz.

- Así mismo, la investigación realizada por Franco (2005), relacionado con el Desarrollo de Habilidades Motrices Básicas en Educación Inicial, donde la metodología empleada en el estudio fue una investigación de campo de tipo exploratorio – descriptiva, utilizando una muestra de 20 niños y niñas del Preescolar U.E. “Juan de Arcos” ubicado en la parroquia Jacinto Plaza del Municipio Libertador. En esta investigación se utilizó el test de Mc Clenaghan y Gallahue, obteniendo como resultado, tendencias favorables con respecto a las pruebas evaluadas, ya que en la prueba de atajar se obtuvo un resultado favorable del 60% en el nivel maduro; y las tendencias favorables corresponden al salto con un 75% en el nivel inicial.
- Del mismo modo, Reyes (2006), llevó a cabo una investigación que consistió en analizar el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños y niñas de cinco años de edad, de educación inicial; del preescolar Unidad Educativa “La Salle Hermano Luís”, del Estado Mérida. Tomó una muestra de 27 niños de dicha institución, a los que se les aplicó como instrumento de observación directa el test de evaluación de patrones motores de Mc Clenaghan y Gallahue, con cinco habilidades: carrera, salto, atajar, arrojar y patear; y la habilidad de andar de Wickstrom (1993). Se obtuvieron como resultados que los niños en general se encuentran en un estadio elemental hacia el estadio maduro en las habilidades manipulativas: Patear, atajar y lanzar en comparación con las habilidades locomotoras, encontrando estadios iniciales hacia elementales en la carrera y en el salto. El movimiento es una parte importante de la conducta humana, ya que nos permite interactuar tanto con el medio como con las personas que nos rodean. Por tanto, el movimiento contribuye al desarrollo cognitivo emocional y social del individuo. De igual manera todos los seres humanos nacemos con un potencial de movimientos que, si bien en su etapa inicial con sencillos e incluso torpes, según se va desarrollando el individuo gracias a la vivencia y adquisición de nuevas experiencias motrices, van mejorando y se vuelven más específicos

## **2.2. MARCO CONCEPTUAL**

### **➤ LA RECREACION**

La recreación debe ser diferenciada de la diversión negativa. Esta última consiste en las actividades y los pasatiempos que proporcionan placer o escape durante el tiempo libre, pero sus consecuencias son negativas y dañinas para las personas y la sociedad; por tal razón, son prohibidas por ley, costumbre, o creencia. La recreación incluye una gama de actividades que se pueden clasificar en: (1) deportes, juegos y actividades físicas; (2) actividades artísticas; (3) recreación social; (4) actividades al aire libre y relacionadas con la naturaleza; (5) actividades cognoscitivas; (6) actividades de enriquecimiento y actualización personal; (7) pasatiempos y (8) turismo. Todas estas actividades proporcionan beneficios físicos, intelectuales, sociales, psicológicos y espirituales a las personas participantes y beneficios para la familia, grupos sociales, la economía y el ambiente. La importancia de la recreación radica en contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas por medio de los beneficios que brinda (Kraus, 2001; Russell, 2002; Salazar Salas, 2007).

La recreación se da normalmente a través de la generación de espacios en los que los individuos pueden participar libremente de acuerdo a sus intereses y preferencias. La noción básica de una situación de recreación es la de permitir a cada uno encontrar lo que más placer le genera, por tanto, sentirse cómodo y haciendo entonces lo mejor de la experiencia. La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica siempre una participación más o menos activa de la persona en las actividades a desarrollar.

### **➤ ACTIVIDAD RECREATIVA**

Las actividades recreativas, de este modo, son aquellas acciones que permiten que una persona se entretenga o se divierta. Se trata de actividades que un individuo no realiza por obligación, sino que las lleva a cabo porque le generan placer. Mucho se ha escrito sobre las actividades recreativas y al respecto se ha venido a establecer otra serie de aspectos importantes sobre las mismas: Deben ser voluntarias y no obligadas ni forzadas, Son sinónimo de alegría y de felicidad, Se realizan sin esperar nada a cambio, Se convierten en una estupenda herramienta para poder disfrutar y pasarlo en grande, dejando de lado lo que son las obligaciones y compromisos, ya sean laborales o familiares, Son una manera estupenda, saludable y adecuada para que cualquier persona pueda aprovechar su tiempo libre como desea y Se pueden

realizar de manera individual o bien de forma colectiva. (Julián Pérez Porto y María Merino.)

Las actividades recreativas son técnicas que no están orientadas hacia una meta específica y que ejercen su efecto de un modo indefinido e indirecto. Entre dichas actividades se pueden mencionar la música, los juegos, las atracciones, etc., donde los grupos pueden elegir actuar con sus objetivos principales puestos en el campo de la recreación. Con las actividades recreativas es posible aumentar la creatividad del grupo. Siempre y cuando éstas sean elegidas de acuerdo a los intereses y a las capacidades de los participantes.

Este método ayuda a la integración de los individuos al grupo, y proporciona oportunidades para el reconocimiento, la respuesta y nuevas experiencias. A su vez, crea una atmósfera agradable, aumenta la participación, facilita la comunicación, fija algunas normas grupales y desarrolla la capacidad de conducción. La gran ventaja de este tipo de actividad es la disminución de tensiones. Se considera como un auxiliar para el proceso de grupos que tienen objetivos definidos y propósitos más serios.

### ➤ **JUEGO**

El autor Pugmire-Stoy (1996) define el juego como el acto que permite representar el mundo adulto, por una parte, y por la otra relacionar el mundo real con el mundo imaginario. Este acto evoluciona a partir de tres pasos: divertir, estimular la actividad e incidir en el desarrollo.

Gimeno y Pérez (1989), definen el juego como un grupo de actividades a través del cual el individuo proyecta sus emociones y deseos, y a través del lenguaje (oral y simbólico) manifiesta su personalidad. Para estos autores, las características propias del juego permiten al niño o adulto expresar lo que en la vida real no le es posible. Un clima de libertad y de ausencia de coacción es indispensable en el transcurso de cualquier juego.

Para Jean Piaget (1956), el juego forma parte de la inteligencia del niño, porque representa la asimilación funcional o reproductiva de la realidad según cada etapa evolutiva del individuo.

Las capacidades sensorio motrices, simbólicas o de razonamiento, como aspectos esenciales del desarrollo del individuo, son las que condicionan el origen y la evolución del juego.

Piaget asocia tres estructuras básicas del juego con las fases evolutivas del pensamiento humano: el juego es simple ejercicio (parecido al animal); el juego

simbólico (abstracto, ficticio); y el juego reglado (colectivo, resultado de un acuerdo de grupo).

Huizinga (1968) en el libro del Toro (2013) afirma que: “El juego es una acción y ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene su fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de ser de otro modo que la vida corriente”.

## **CARACTERÍSTICAS DEL JUEGO DE 0 A 6 AÑOS**

Como hemos hecho referencia anteriormente, según la teoría psicoevolutiva de Jean Piaget, los niños durante la Educación Infantil se encuentran en las siguientes etapas del desarrollo intelectual: La etapa sensorio motora y la pre operacional. La primera de estas, la etapa sensorio motora va desde el nacimiento hasta los 2 años. En esta etapa los niños utilizan los sentidos y los reflejos como la manera principal de construir el conocimiento del mundo y, en ella predominan los juegos motores. Lo que hacen los niños a través de este tipo de juego es descubrir el mundo experimentando con su propio cuerpo. Como vemos con Garaigordobil (2003), los niños al inicio de este juego comienzan a repetir incansablemente diferentes movimientos y gestos con su propio cuerpo, más adelante van introduciendo los objetos que tiene a su alcance y comienzan a explorar de forma intencionada con objetos que buscan para manipular. El juego: una herramienta importante para el desarrollo integral del niño en Educación Infantil Marta Ruiz Gutiérrez 18 Estas actividades ayudarán a los niños a alcanzar un buen desarrollo sensorio motor durante sus tres primeros años de vida.

La siguiente etapa, la pre operacional abarca la franja de edad de los 2 a los 7 años. En esta etapa el lenguaje comienza a acelerarse rápidamente y los niños cada vez tienen una mayor habilidad para utilizar diferentes símbolos que representan objetos. Aquí los juegos son fundamentalmente simbólicos. En este momento los niños cuando juegan están imitando a los adultos y es de este modo como van comprendiendo el mundo que les rodea. Thió de Pol, Fusté, Martín, Palou y Masnou (2007) defienden el interés por promover el juego simbólico ya que posee grandes funciones cognitivas, sociales y afectivas.

## ➤ JUEGOS RECREATIVOS

Sergio Sánchez (2011)

Centrándonos ya en los juegos recreativos, éstos son un conjunto de acciones utilizadas para la diversión y su finalidad principal consiste en lograr disfrute de quienes lo ejecuten. Es una actividad eminentemente lúdica, divertida, capaz de transmitir emociones, alegrías, salud, estímulos, el deseo de ganar, permitiendo la relación con otras personas, por ello se convierte en una actividad vital e indispensable para el desarrollo de todo ser humano. Aquí la reglamentación es mínima y lo importante no es realizar bien la técnica o ganar sino la diversión, lo cual genera placer.

Algunas de las características comunes que aparecen cuando pensamos en actividades recreativas son las siguientes: aprendizaje, diversión, entretenimiento, compañerismo, sociabilidad, salud, distracción, dinamismo activo, habilidades, cualidades físicas, creatividad, educación, cooperación, lúdico, tradicional y competitivo.

Los juegos recreativos no se consideran ningún deporte dado que no están reglados, sin embargo, los deportes sí que están reglados por la federación. Dentro de las actividades recreativas debemos tener en cuenta que la competitividad puede ser buena, pero en exceso resultará negativa.

En la elaboración de juegos recreativos hay que tener en cuenta diferentes aspectos:

- **Estimulación motriz:** en el terreno de actividad físico-deportiva es importante la capacidad de los participantes de desarrollar ciertas habilidades como la agilidad, el tiempo de reacción, potencia, resistencia y equilibrio, entre otras. Estas habilidades se basan en elementos perceptivo-motrices y físico-motrices y son susceptibles de mejora mediante la práctica de los juegos recreativos. Este tipo de actividad es esencial para dar a los practicantes la capacidad de resolución de las demandas que estas exigen, como, por ejemplo, conducir y manipular material, adaptarme a los diferentes medios, así como obtener éxito y percibirlo.
- **Adecuación del juego al nivel del niño:** es necesario hacer un análisis de qué necesita y que le interesa al niño para poder adaptar a cada una de las prácticas de manera óptima. No podemos realizar con ellos un esfuerzo agotador o por el contrario una actividad que no exija de toda su atención. También debemos tener en cuenta el equipamiento, el terreno, el material y la época del año.

- **Búsqueda de seguridad:** los juegos deben de ser seguros tanto en el terreno físico como psicológico. La seguridad psicológica implica un clima de confianza. Como siempre, la seguridad es un aspecto prioritario.

### ➤ **TIEMPO LIBRE**

Grushin en su libro “el tiempo libre” llama tiempo libre a la parte del tiempo no ocupado por el trabajo y que queda descontando todo género de obligaciones inclusive el que queda después de lavarse, cambiarse la ropa, bañarse, etc. Es el que el hombre utiliza en su arbitrio para fines no productivos.

Según Erich Weber, el tiempo libre es: “el conjunto de períodos de tiempo de la vida de un individuo en los que la persona se siente libre de determinaciones extrínsecas, quedando con ello libre para emplear con un sentido de realización personal tales momentos, de forma que le resulte posible llevar una vida verdaderamente humana”.

La concepción marxista del tiempo libre tiene su iniciador en Marx, a diferencia de la burguesa presenta una cierta unidad de criterio. Desde la perspectiva marxista el tiempo libre es una parte específica del tiempo de la sociedad, por tanto, no es contrapuesto al tiempo laboral, sino que existe una fusión entre ambos, concibiéndose el empleo del tiempo libre como un elemento de gran importancia en la formación integral de la personalidad.

### ➤ **HABILIDADES BASICAS MOTORAS**

El concepto de Habilidad Motriz Básica en Educación Física viene a considerar toda una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Estas habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento al mismo tiempo que evolucionan conjunta y yuxtapuestamente.

Según Singer (1986), las habilidades motrices básicas son “capacidades que posee el individuo que practica actividad física. Estas se originan al combinar la experiencia y las aptitudes de movimiento”.

Del estudio de numerosas definiciones (Knapp, Singer, Sheashore) podemos decir que las habilidades motrices básicas son acciones motrices que permiten ejecutar una tarea motriz con eficacia.

Algunos autores coinciden en considerar las Habilidades Motrices Básicas, englobando todas las acciones posibles en tres apartados o áreas concretas (Ruíz Pérez, 1987):

- **Locomotoras.** Su característica principal es la locomoción. Entre ellas tenemos: andar, correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, trepar, etc.
- **No locomotoras.** Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Ejemplos de estas habilidades son: balancearse, girar, retroceder, colgarse, etc.
- **Proyección/percepción.** Caracterizadas por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Están presentes en tareas tales como lanzar, recepcionar, batear, atrapar, etc.

Las habilidades motrices básicas se consideran como comportamientos motores fundamentales que evolucionan a partir de los patrones motrices elementales.

Trigueros y rivera (1991), “pautas motrices o movimientos fundamentales que no tienen en cuenta la precisión, ni la eficiencia.”

Son características de las habilidades motrices básicas, entre otras, ser comunes a todos los individuos, decisivas para el desarrollo motor y el ser el fundamento de todos los aprendizajes motores posteriores.

Existen diferentes clasificaciones de las habilidades motrices básicas, todas parecidas y procedentes de la escuela americana.

Sanchez Bañuelos (1984) siguiendo a Godfrey y Kephard (1969) agrupa las habilidades básicas en dos categorías:

- **Locomotoras:** movimientos que implican el manejo del propio cuerpo (desplazamientos, saltos y giros)
- **Manipulativas:** movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos (lanzamientos y recepciones).
- **HABILIDADES LOCOMOTORAS.**

Estas habilidades se caracterizan porque en ellas se presenta el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, y en su desarrollo se interrelacionan los diferentes elementos espaciales: direcciones, planos y ejes. Las habilidades locomotoras se adquieren y desarrollan en forma automática, ya que son movimientos naturales y heredados, sobre los que se pueden desarrollar varias

habilidades fundamentales, habilidades que con el crecimiento del individuo van madurando y se van diversificando en varias formas, de acuerdo con los factores externos que influyen en la especialización motriz de cada niño. Entre las habilidades locomotrices se encuentran las siguientes: andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, esquivar, trepar, bajar, etc.

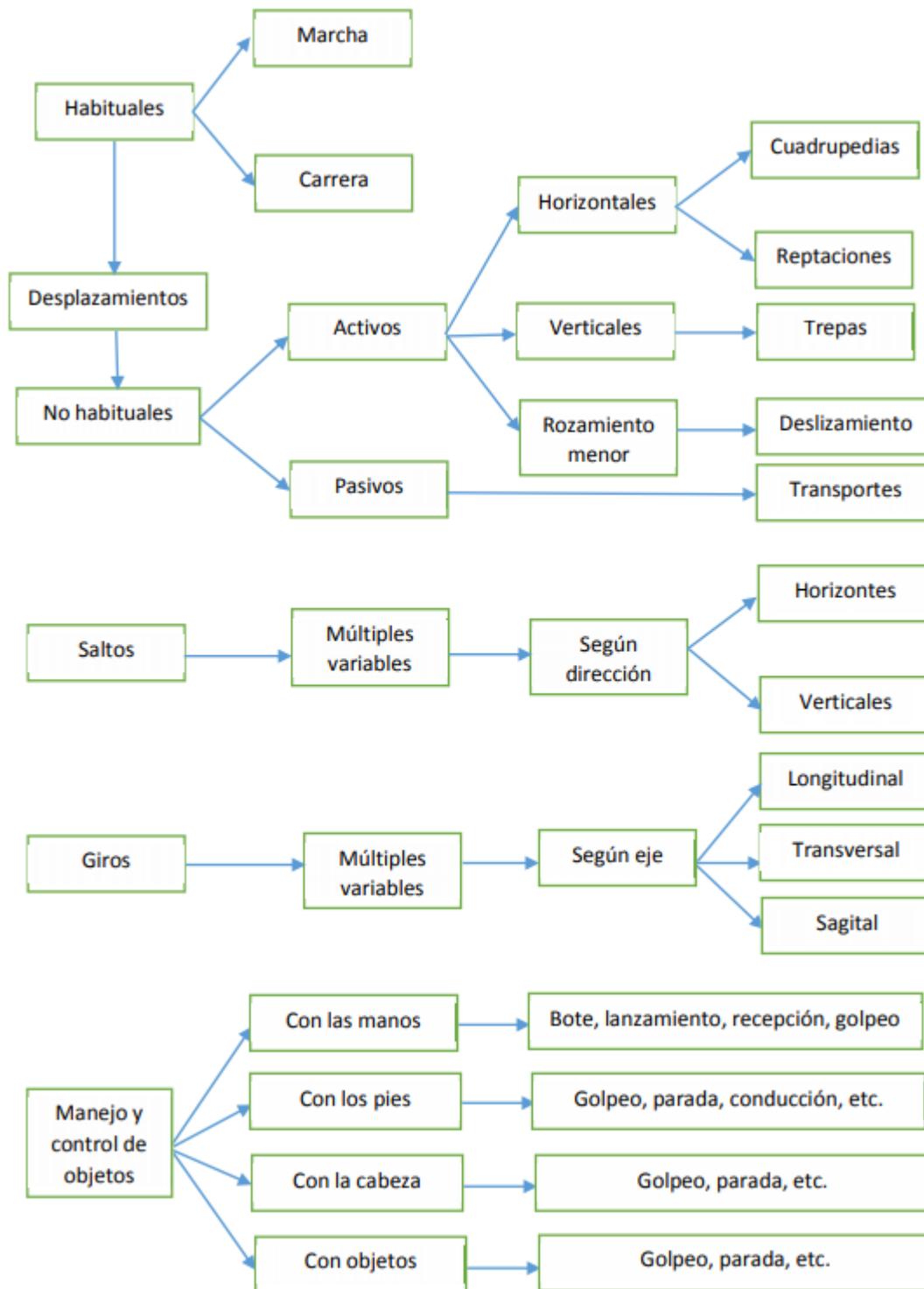
#### ➤ **LAS HABILIDADES MANIPULATIVAS.**

Estas habilidades son movimientos de manipulación gruesa y fina. Se caracterizan por la capacidad de imprimir fuerza a los objetos o personas y recibir y amortiguar la misma de los objetos y personas con quienes se interactúa, en la medida que se perfeccionan hay una mayor participación de las capacidades perceptivo motrices y coordinativas, las que imprimen la base del componente cualitativo. Los movimientos naturales y de manipulación gruesa se adquieren por herencia biológica y cultural y se constituyen en la base de la especialización motriz que se logra o aprende por medio de la experimentación de gran variedad de actividades deportivas y no deportivas que se practican en la vida cotidiana, además la práctica sistemática y variada, contribuye determinantemente a los procesos de cualificación de las habilidades caracterizadas por movimientos fluidos, flexibles, armónicos, eficientes y eficaces que son el producto de la interacción socio-perceptivo y físico motriz. De esta manera, habilidades como el lanzar, atrapar, patear, golpear, pueden dar origen a otra gran variedad de habilidades, como lanzar un balón y atraparlo con una, dos manos y de varias formas más.

#### ➤ **HABILIDADES DE ESTABILIDAD.**

Estas habilidades suponen el desarrollo de la capacidad perceptivo motriz de adecuación y adaptación espacio-temporal del cuerpo y la participación de las capacidades físico motrices (condicionales y coordinativas) para lograr superar la fuerza de gravedad, y así realizar eficazmente las tareas motrices que se requieren en las acciones propuestas. Son habilidades motrices, en las que se trata de mantener una estabilidad del equilibrio estático y dinámico ante una situación o tarea motriz propuesta, y el equilibrio se logra por medio de un adecuado ajuste postural que resuelva eficazmente el problema planteado. Algunas de las habilidades motrices de estabilidad son: levantar, inclinarse, estirarse, girar, empujar, colgarse.

Batalla (2000), distingue cuatro grandes familias dentro de las habilidades motrices básicas: los desplazamientos, los saltos. Los giros y el manejo y control de objetos.



## ➤ EL SALTO

El salto implica un despegue del suelo, como consecuencia de la extensión violenta, de una o ambas piernas como cuerpo. El cuerpo queda momentáneamente suspendido en el aire, para cumplir su misión". (Sánchez Bañuelos, 1984) "Desplazamiento eficaz y activo, que se realiza sin tener ningún contacto, por parte del ejecutor, con la superficie de desplazamiento" (Seirul, 1986).

### ➤ Desarrollo del salto según la edad de los alumnos.

A medida que los niños crecen, el salto como habilidad motriz va afianzándose en el niño hasta que llega a dominarlo. A lo largo del crecimiento del niño tienen lugar los siguientes acontecimientos:

- 0-2 años: el niño comienza a intentar el salto, manteniendo uno de sus pies en contacto con el suelo. A los 2 años comienza saltar impulsándose con los 2 pies de una forma rígida y con retracción de los brazos hacia atrás (Romero, 1996).
- 3 – 5 años: a los 3 años los niños/as pueden saltar con cierta habilidad (Ruíz Pérez, 1987). Hacia los 4 años los niños hacen saltos de 20 a 25 cm de largo, llegando a los 90 cm a los 5 años. Según Cratty (1982) el niño las capacidades desarrolladas para realizar los diferentes tipos de salto.
- 6 – 7 años: el salto es más coordinado, siendo los brazos un factor importante para el desarrollo de la acción.
- 8 años: los niños/as a esta edad poseen una mayor confianza en la fase de aterrizaje, ya que su equilibrio es mayor. También es posible enlazar el salto con otras habilidades motrices básicas (Romero, 1996).
- 8 – 12 años: en esta última etapa el niño ya es capaz de dominar esta habilidad motriz, debido a la mejora de la coordinación, la fuerza y el equilibrio.

Podemos decir que saltar es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas piernas y cae sobre uno o ambos pies. El salto requiere complicadas modificaciones de la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación.

Hillebrandt (1961, en Clenaghan & Gallahue, 1996) observa que los niños presentan los patrones para el salto con antelación a tener la fuerza necesaria para impulsarse al vuelo, es decir que ya desarrollada la coordinación requerida aún le falta la fuerza para iniciarse en esta habilidad. En el mismo sentido se manifiesta Wickstrom (1983) cuando después de afirmar que cuando un niño es capaz de correr, con una fase aérea, ya cumple los requisitos mínimos, desde el punto técnico, para poder saltar bien, pero que esta habilidad resulta más compleja que la carrera porque implica

movimientos más vigorosos y algo más de fuerza que la necesaria para impulsar su cuerpo.

Saltar es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas piernas y cae sobre uno o ambos pies. El salto requiere complicadas modificaciones de la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación. Tanto la dirección como el tipo de salto son importantes dentro del desarrollo de la habilidad física de salto. Éste puede ser hacia arriba, hacia abajo, hacia delante, hacia detrás o lateral, con un pie y caer sobre el otro, salto con los uno o dos pies y caída sobre uno o dos pies, salto a la pata coja... La capacidad física necesaria para saltar se adquiere al desarrollar la habilidad de correr. Sin duda el salto es una habilidad más difícil que la carrera, porque implica movimientos más vigorosos, en los que el tiempo de suspensión es mayor. (Arteaga)

## CAPITULO III

### 3. METODOLOGIA DE INVESTIGACION

#### 3.1 TIPO DE INVESTIGACION

La investigación de tipo descriptiva trabaja sobre realidades de hechos, y su característica fundamental es la de presentar una interpretación correcta. Para la investigación descriptiva, su preocupación primordial radica en descubrir algunas características fundamentales de conjuntos homogéneos de fenómenos. Utilizando criterios sistemáticos que permitan poner de manifiesto su estructura o comportamiento. De esta forma se pueden obtener las notas que caracterizan a la realidad estudiada” (Carlos Sabino)

#### ENFOQUE DE LA INVESTIGACION

La metodología cuantitativa de acuerdo con Tamayo (2007), consiste en el contraste de teorías ya existentes a partir de una serie de hipótesis surgidas de la misma, siendo necesario obtener una muestra, ya sea en forma aleatoria o discriminada, pero representativa de una población o fenómeno objeto de estudio

Tamayo nos dice que la metodología de investigación “científicamente es un procedimiento general para lograr de una manera precisa el objetivo de la investigación; por lo cual se presentan los métodos y técnicas para la realización de la información”.

##### 3.1.1. INSTRUMENTOS METODOLOGICOS

En este trabajo tomaremos como referencia el test “TEPSI” Test del desarrollo psicomotor de 2 a 5 años de (HAEUSSLER Y MARCHANT, 1984).

##### ➤ TEST DE SALTO CON UN PIE

**Objetivo:** evaluar la coordinación motriz gruesa, el equilibrio y la capacidad para el movimiento sostenido.

**Procedimiento:** pedir al niño quien se sostenga sobre su pie derecho durante 3 segundos y luego que salte hacia adelante tres veces consecutivas con el mismo pie. Luego el niño vuelve a ubicarse frente al maestro para mantenerse sobre el pie izquierdo por tres segundos y dar tres saltos consecutivos con dicho pie.

**Evaluación:** si mientras el niño se mantiene sobre un pie, o al saltar, el pie opuesto toca el suelo, o si los cambios de postura son inarmónicos, muestra falta de ritmo.

### ➤ TEST DE SALTO Y CAIDA

**objetivo:** evaluar la coordinación motriz gruesa, el equilibrio dinámico y la kinestesia.

**Procedimiento:** indicar al niño que adopte la posición para saltar, sobre el cajón de salto, con los pies separados a una distancia equivalente al ancho de sus hombros. (El cajón de salto es una caja de madera de unos 40 cm de lado por 50 cm de alto). Se indica entonces al niño que salte de modo que ambos pies se separen del cajón al mismo tiempo.

**Evaluación:** si ambos pies no dejan el cajón al mismo tiempo o si no tocan tierra simultáneamente, o si el niño es capaz de mantener equilibrio luego del salto, marcar "N".

### CATEGORIAS DE PUNTAJE

N= Necesidad de mejoramiento

S= Satisfactorio

### PLANILLA DE REGISTRO

#### ESCALA DE EVALUACION PERCEPTIVO-MOTOR

Nombre del alumno	test

JACK J. CAPON SERIE DE DESARROLLO PERCEPTIVOMOTOR  
LIBRO N°1 "ACTIVIDADES BASICAS DEL MOVIMIENTO"  
EDITORIAL PAIDOS

### 3.2. POBLACION

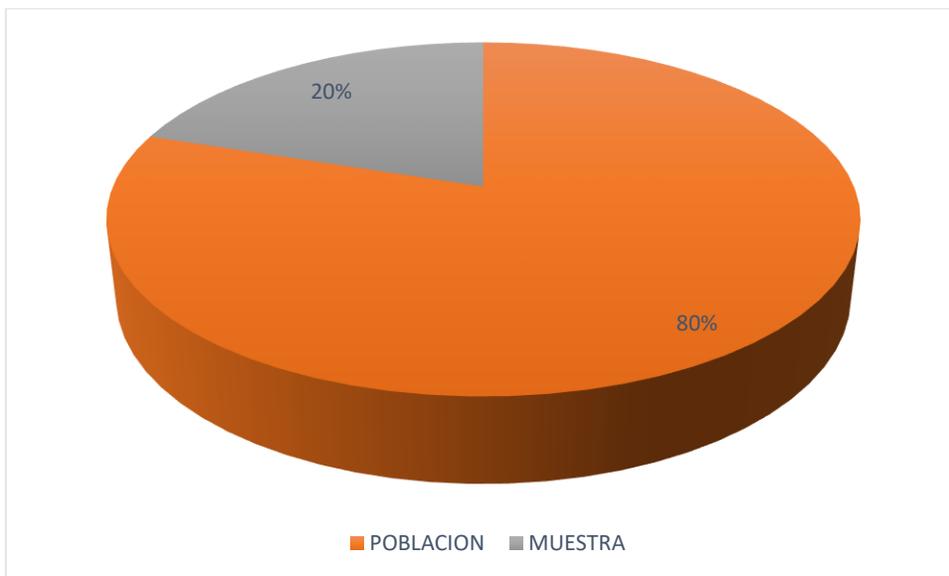
La población es un conjunto de individuos de la misma clase, limitada por el estudio. Según Tamayo y Tamayo, (1997), "La población se define como la totalidad del fenómeno a estudiar donde la unidad de población posee una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación"

Nuestra población se basa en 4 niños que están entre las edades de 4 a 5 años del jardín CDI DE SAN PEDRO del municipio de pamplona.

#### 3.2.1. MUESTRA

La muestra es la que puede determinar la problemática ya que les capaz de generar los datos con los cuales se identifican las fallas dentro del proceso. Según Tamayo, T. Y Tamayo, M (1997), afirma que la muestra " es el grupo de individuos que se toma de la población, para estudiar un fenómeno estadístico"

La muestra que escogimos fue Una (1) niña de 4 años del jardín CDI DE SAN PEDRO del municipio de pamplona.



## CAPITULO IV RESULTADOS

### PLANILLA DE REGISTRO ESCALA DE EVALUACION PERCEPTIVO-MOTOR

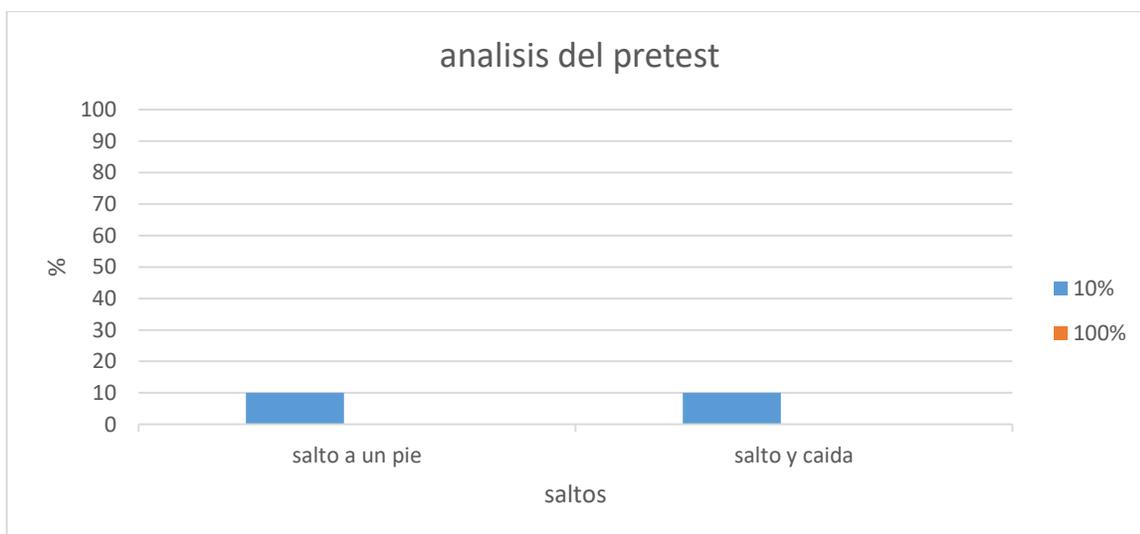
#### CATEGORIAS DE PUNTAJE

N= Necesidad de mejoramiento

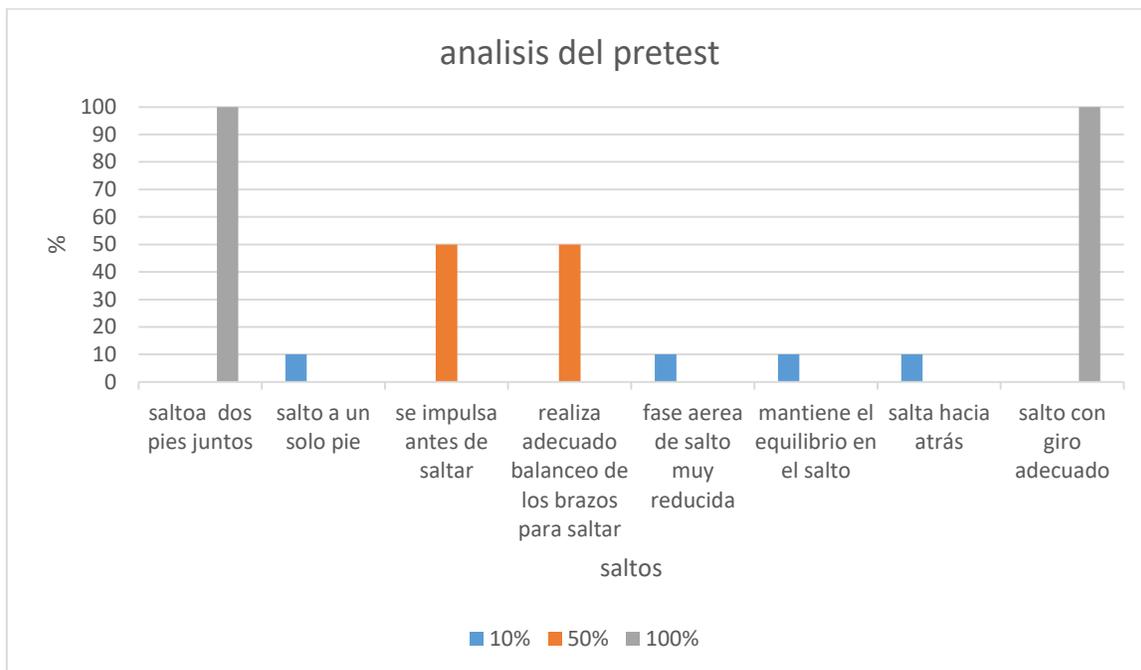
S= Satisfactorio

### PRE- TEST

MAHIA ISABELLA ROJAS		
PRE- TEST	N	S
SALTO CON UN PIE	10 %	10 %
SALTO Y CAIDA	10	



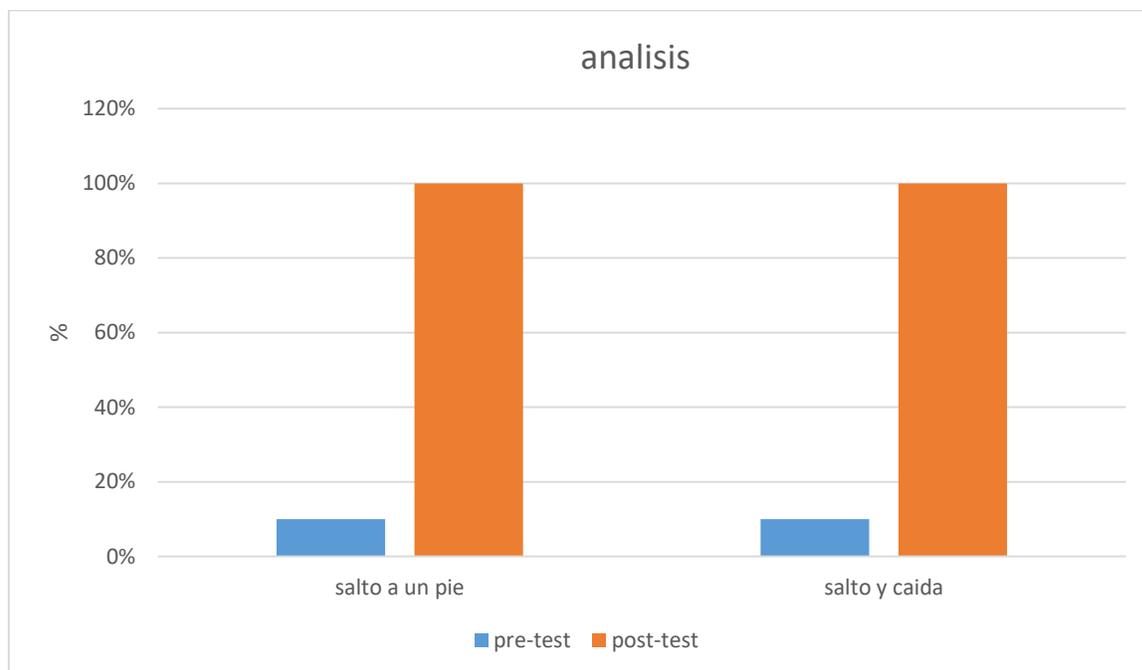
PRE- TEST			
	NO 10%	CON DIFICULTAD 50%	SI 100%
TEST DE SALTO			
SALTO A DOS PIES JUNTOS			100
SALTO A UN SOLO PIE	10		
SE IMPULSA ANTES DE SALTAR		50	
REALIZA ADECUADO BALANCEO DE LOS BRAZOS PARA SALTAR		50	
FASE AÉREA DE SALTO MUY REDUCIDA	10		
MANTIENE EL EQUILIBRIO EN EL SALTO	10		
SALTA HACIA ATRÁS	10		
SALTO CON GIRO ADECUADO			100



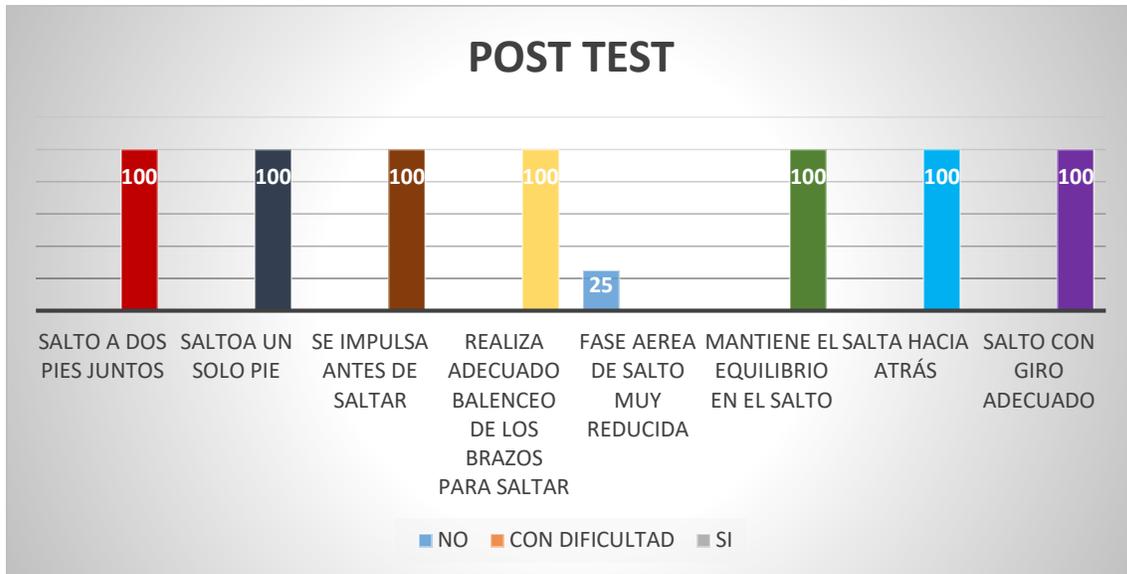
Se evidencia que la niña de 4 años a quien se le aplicó el test le cuesta saltar en un solo pie, presenta dificultad al impulsarse para saltar, y se le dificulta realizar un adecuado balanceo de los brazos para saltar., no realiza fase de áreas de salto muy reducida, no mantiene el equilibrio y no es capaz de saltar hacia atrás.

## POST-TEST

MAHIA ISABELLA ROJAS		
PRE- TEST	N	S
SALTO CON UN PIE		100%
SALTO Y CAIDA		100%



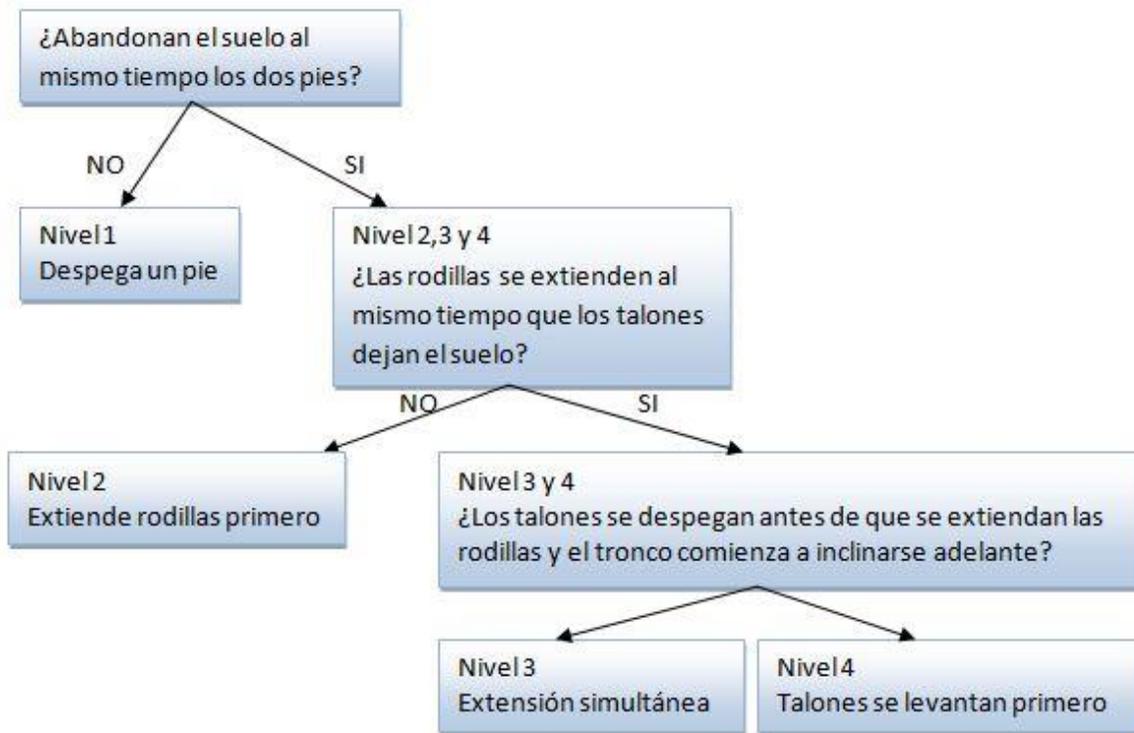
POST- TEST			
TEST DE SALTO	NO	CON DIFICULTAD	SI
SALTO A DOS PIES JUNTOS			x
SALTO A UN SOLO PIE			x
SE IMPULSA ANTES DE SALTAR			x
REALIZA ADECUADO BALENCEO DE LOS BRAZOS PARA SALTAR			x
FASE AEREA DE SALTO MUY REDUCIDA	x		
MANTIENE EL EQUILIBRIO EN EL SALTO			x
SALTA HACIA ATRÁS			x
SALTO CON GIRO ADECUADO			x



La niña en el post test realizó los ejercicios mostrando en la fase aérea de salto muy reducida, no fue capaz. En los demás ejercicios los realizó con éxito.

Según, Haywood & Getchell (2005, pág. 101) presentan un plan de observación para la fase de despegue en el salto de longitud que diferencia las acciones de brazos y las acciones de piernas.

## ACCIÓN DE LAS PIERNAS

**Elaboración de tareas**

Tomado de Ramírez Rico, Fernández & Rubio, 2013 & Díaz (1999), con el título de “Posibilidades educativas en el trabajo se saltos”, presenta una tabla con orientaciones que facilita u orienta la tarea de elaboración de tareas diferentes y tomado de Ramírez Rico, Fernández & Rubio, 2013

La variación en la forma de ejecución de las diferentes fases del salto nos va ofrecer numerosas tareas para trabajar con nuestros alumnos.



## **CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES**

<b>1</b>	<b>SALTO DEL CONEJO</b>
<b>2</b>	<b>SALTO DEL COJO</b>
<b>3</b>	<b>EL RELOJ</b>
<b>4</b>	<b>EL ESPEJO</b>
<b>5</b>	<b>CAMPO MINADO</b>
<b>6</b>	<b>CAZA SAPOS</b>
<b>7</b>	<b>RAYUELA AFRICANA</b>
<b>8</b>	<b>TANGARA</b>
<b>9</b>	<b>PATICOS AL AGUA, PATICOS A TIERRA</b>
<b>10</b>	<b>RECOGER PIEDRAS EN EQUILIBRIO</b>
<b>11</b>	<b>CARRERA DE COSTALES</b>
<b>12</b>	<b>ESCALERA</b>

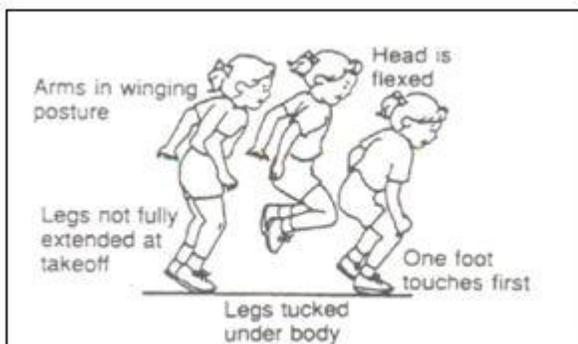
ESPECIALIZACION EN EDUCACIÓN PARA LA RECREACION COMUNITARIA	SESION N°	1	RESPONSABLE	KAREN JULIE ROJAS RINCON
<b>TEMA</b>	SALTO DEL CONEJO			
<b>OBJETIVO</b>	Mejorar el salto a dos piernas			
<b>ACTIVIDAD RECREATIVA</b>	<b>CRITERIOS DIDACTICOS- METODOLOGICOS</b>		<b>MATERIALES</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento</li>   <li>• Salto del conejo</li> </ul>	<p>Hacemos un pequeño juego de la lleva como calentamiento para preparar al niño a las actividades a realizar.</p> <p>Se colocan aros en el suelo separados a cierta distancia; se explica a los niños que todos son conejos y tienen que esconderse en el hoyo antes de que el zorro los encuentre.</p> <p>Para entrar en el aro/hoyo, deben saltarlo a dos pies al mismo tiempo sin tocarlo. Los niños entrarán de a uno en el hoyo hasta que no haya más lugar. Cuando todos estén adentro, pídeles que comiencen a salir lentamente del hoyo, uno por uno, con mucho cuidado para no tocar el aro, y cada vez que el zorro los vaya a atrapar su salvación será saltar a dos pies dentro del hoyo/aro.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aros</li> </ul>	

## CAPITULO V

### Discusión

Wickstrom (1983) presenta el orden en que van haciendo su aparición diferentes tipos de saltos. En su obra, a la hora de describir la evolución del salto en los niños, diferencia entre tres tipos: el salto vertical, el salto horizontal y el salto sobre un pie o pata coja. En relación al salto en vertical, Wickstrom (1983) citando un estudio de Wilson (1945), indica que la evolución hacia el patrón de salto maduro se manifiesta en: Un pequeño aumento progresivo en la flexión preliminar, Una elevación más eficaz de los brazos, Una mejor extensión al despegar los pies del suelo y durante la suspensión del cuerpo en el aire, Una mayor extensión del tronco en el momento de alcanzar el objeto, en la investigación realizada podemos decir que hacia el patrón de salto se manifestó en el logro del salto a dos pies juntos, igual que salto a un pie, lo mismo que logro hacer un impulso antes de saltar, logro realizar un adecuado balanceo de los brazos para saltar, mientras que en la fase aérea de salto muy reducida no se mejoró, pero mantuvo el equilibrio en el salto, mantuvo saltar hacia atrás y logro el salto con giro adecuado.

La imagen extraída del libro de Haywood & Getchell (2005) muestra el patrón inmaduro del salto vertical, en el que los brazos hacen un movimiento de aleteo, la extensión de las piernas en el impulso es incompleta y va seguida de una rápida flexión, el salto se dirige hacia delante y la caída se hace con un pie antes que el otro. Las piernas pueden ir asimétricas durante el vuelo.



Patrón inmaduro del salto vertical (Haywood y Getchell, 2005, pág. 97)



Patrón inmaduro de salto vertical (sujeto 1)

## CONCLUSIONES

- Se puede concluir que el diseño del cronograma de actividades recreativas fortaleció la habilidad de salto en niños y niñas de 4 a 5 años del jardín CDI de San Pedro de la ciudad de Pamplona.
- A través del test TEPSI se pudo diagnosticar las falencias que presentaban los niños y niñas del CDI San Pedro de la Ciudad de Pamplona.
- Se aplicó el cronograma de actividades recreativas que permitieron fortalecer las habilidades básicas motrices como lo es el salto en niños y niñas del CDI San Pedro la ciudad de Pamplona.
- Se evaluó el salto por medio del test "TEPSI", en niños de 4 a 5 años del jardín CDI de San Pedro de la ciudad de Pamplona.
- Se concluye que los resultados arrojados en el desarrollo de la habilidad del salto de niños y niñas de la ciudad de Pamplona, fueron óptimos gracias a la aplicación de las actividades recreativas.

## BIBLIOGRAFIA

Adriana Méndez, licenciada en Psicología y escritora en proceso, Juegos con cuerda de toda la vida para los niños de hoy en día, Guiainfantil.com.2019.

Acosta A, Coordinación; salto, Paraguay, 2019

Baby Sparks, Motricidad Gruesa Salto: Una importante habilidad de la motricidad gruesa, 2018.

Blández, Ángel J. La utilización del material y del espacio en Educación Física. INDE, Barcelona, 1995.

Juguemos, Juegos de saltos para niñas y niños, 2020

López Cutillas A, García Vallejo A, Unidad didáctica: juegos de habilidades básicas 'salta, salta', Buenos aires, 2011.

Lynn Johnson, Juegos de saltar para niños, 2018.

Manual de niños y niñas en movimiento. Save the Children con la colaboración de Kraft Foods, Save the Children México, México 2008

Salto: Una importante habilidad de la motricidad gruesa 28 febrero, 2018 by in Motricidad Gruesa

Sánchez A, Navarro Sánchez J, Unidad didáctica: 'Jugamos saltando y girando', (España), 2011.

<https://www.estiempodejugar.com/juegos-de-saltos-para-ninas-y-ninos/>

[http://profith.ugr.es/pages/investigacion/recursos/manualprefitevaluacioindelfitness enpreescolares\\_16032016/](http://profith.ugr.es/pages/investigacion/recursos/manualprefitevaluacioindelfitness enpreescolares_16032016/)

<https://efimullins.blogspot.com/2016/12/actividades-y-contenidos-saltar.html>

<http://eljuegoenlaeducacioninicialuc.blogspot.com/2012/06/autores-que-definen-el-juego.html>

<https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/11780/RuizGutierrezMar ta.pdf?sequence=1>

<https://es.slideshare.net/basecito/tiempo-libre-16349527>

<https://acaya.es/tiempo-libre-orientacion/>

<https://www.efdeportes.com/efd193/tiempo-libre-ocio-perspectivas-epistemologicas.htm#:~:text=Desde%20la%20perspectiva%20marxista%20el,formaci%C3%B3n%20integral%20de%20la%20personalidad.>

<https://www.juegoydeporte.com/educacion-fisica/habilidades-motrices-basicas/>

<https://www.efdeportes.com/efd143/diferencias-en-el-salto-en-la-etapa-de-infantil.htm>

<https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/21958/1/TESIS.pdf>

<http://www.deposoft.com.ar/repo/preparacion%20fisica/HABILIDADES%20MOTRICES.pdf>

<http://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/30036633>

<https://www.constitucioncolombia.com/titulo-2/capitulo-2/articulo-52>

<http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2011/06/poblacion-y-muestra-tamayo-y-tamayo.html>

<https://es.slideshare.net/KoyPitoo/3-test-demotricidad>

<https://portafoliosfranciscopulido.files.wordpress.com/2010/07/gta11-hmb-los-saltos.pdf>

<https://www.efdeportes.com/efd175/educacion-infantil-las-habilidades-motrices-basicas.htm><https://penitenciasyretos.blogspot.com/2017/04/juegos-competencias-y-retos-de-saltar.html>

<https://theinspiredtreehouse.com/actividades-grupales-para-ninos-el-hoyo-del-conejo/>

<http://deeducacionfisica.com/juegos/saltos-y-giros/>

<https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/juegos/carrera-de-sacos-juegos-para-ninos/>

<https://penitenciasyretos.blogspot.com/2017/04/juegos-competencias-y-retos-de-saltar.html>

<http://deeducacionfisica.com/juegos/saltos-y-giros/>

<https://es.slideshare.net/nilitta/prueba-de-motricidad>

<https://www.efdeportes.com/efd182/juegos-para-las-capacidades-coordinativas.htm>

<https://prezi.com/lkwqiqnmikj/test-de-valoracion-de-las-capacidades-coordinativas/>

<https://acaya.es/tiempo-libre-orientacion/>

<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/312825/Tdrn1de1.pdf?sequence=5&isAllowed=y>

<https://www.monografias.com/trabajos42/capacidades-coordinativas/capacidades-coordinativas2.shtml>

