

Recreación en el desarrollo del equilibrio motriz en niños de educación inicial

Recreation in the development of motor balance in early education children

A recreação no desenvolvimento do equilíbrio motor em crianças da educação infantil

Irene Nayely Gancino Lasinquiza

irene.gancino3734@utc.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0003-0102-5672>

Universidad Técnica de Cotopaxi. Pujilí, Ecuador

Erika Johana Panoluisa Taipe

erika.panoluisa4166@utc.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0005-4539-6787>

Universidad Técnica de Cotopaxi. Pujilí, Ecuador



<https://doi.org/10.59993/simbiosis.V.5i11.94>

Tania Libertad Vizcaíno Cárdenas

tania.vizcaino@utc.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-3567-8802>

Universidad Técnica de Cotopaxi. Pujilí, Ecuador

Artículo recibido 6 de mayo 2024 | Aceptado 5 de julio 2024 | Publicado 18 de julio 2025

RESUMEN

Palabras clave:

Recreación infantil;
Equilibrio motriz;
Educación inicial;
Juegos recreativos;
Desarrollo
psicomotor

A nivel mundial el desarrollo del equilibrio motriz en los niños está afectado por distintos factores, uno de ellos es la dificultad en generar ambientes recreativos y por otro lado, el desconocimiento que tienen los docentes sobre el rol que genera las actividades recreativas en el desarrollar el equilibrio motriz, la lateralidad, el tiempo espacio, entre otros aspectos; frente a esta problemática surge el siguiente objetivo investigativo “Fortalecer el desarrollo del equilibrio motriz en los niños de Educación Inicial a través de la implementación de juegos recreativos”. El enfoque cualitativo guio la investigación desde una perspectiva holística, dialógica y de acción participación. Es una investigación descriptiva que se desarrolló bajo tres fases: (a) diagnóstica, (b) diseño de la propuesta y (c) implementación de la propuesta; bajo un muestreo no probabilístico se seleccionó la muestra de manera intencional a 11 niños de 3 a 4 años de la Unidad Educativa Princesa Toa ubicada en Cotopaxi Ecuador, se utilizó la técnica de la entrevista direccionada a dos docentes y la observación a los infantes, desde el método inductivo se analizó los hallazgos investigativos. Los resultados de la investigación son 15 juegos recreativos que permitieron alcanzar el máximo potencial en los infantes al caminar coordinadamente, saltar en uno y dos pies en sentido horizontal y vertical, desplazarse con seguridad en diferentes superficies y al momento de girar mantuvieron el equilibrio. En conclusión, los niños participantes de la investigación lograron fortalecer el equilibrio motriz a partir de la implementación de los juegos recreativos.

ABSTRACT

Keywords:

Children's
recreation; Motor
balance; Early
education;
Recreational
games;
Psychomotor
development

Worldwide, the development of motor balance in children is affected by different factors, one of them is the difficulty in generating recreational environments and, on the other hand, the lack of knowledge that teachers have about the role that recreational activities generate in developing the motor balance, laterality, time-space, among other aspects; Faced with this problem, the following research objective arises: “Strengthen the development of motor balance in Early Education children through the implementation of recreational games.” The qualitative approach guided the research from a holistic, dialogic and action-participation perspective. It is descriptive research that was developed under three phases: (a) diagnosis, (b) design of the proposal and (c) implementation of the proposal; Under non-probabilistic sampling, the sample was intentionally selected from 11 children aged 3 to 4 years from the Princesa Toa Educational Unit located in Cotopaxi Ecuador, the interview technique was used directed at two teachers and observation of the infants, from The inductive method analyzed the research findings. The results of the research are 15 recreational games that allowed infants to reach their maximum potential by walking in a coordinated manner, jumping on one and two feet horizontally and vertically, moving safely on different surfaces and maintaining balance when turning. In conclusion, the children participating in the research managed to strengthen motor balance through the implementation of recreational games.



RESUMO

Em todo o mundo, o desenvolvimento do equilíbrio motor em crianças é afetado por diversos fatores, um deles é a dificuldade em gerar ambientes recreativos e, por outro lado, a falta de conhecimento que os professores têm sobre o papel que as atividades recreativas geram no desenvolvimento do motor. equilíbrio, lateralidade, tempo-espço, entre outros aspectos; Face a esta problemática surge o seguinte objetivo de investigação: “Fortalecer o desenvolvimento do equilíbrio motor em crianças da Educação Infantil através da implementação de jogos lúdicos”. A abordagem qualitativa orientou a pesquisa numa perspectiva holística, dialógica e de ação-participação. Trata-se de uma pesquisa descritiva que foi desenvolvida em três fases: (a) diagnóstico, (b) desenho da proposta e (c) implementação da proposta; Sob amostragem não probabilística, a amostra foi selecionada intencionalmente de 11 crianças de 3 a 4 anos da Unidade Educacional Princesa Toa localizada em Cotopaxi Ecuador, utilizou-se a técnica de entrevista dirigida a dois professores e observação dos bebês, a partir do método indutivo analisado os resultados da pesquisa. Os resultados da pesquisa são 15 jogos recreativos que permitiram que os bebês atingissem seu potencial máximo caminhando de forma coordenada, saltando sobre um e dois pés na horizontal e na vertical, movimentando-se com segurança em diferentes superfícies e mantendo o equilíbrio ao girar. Conclui-se que as crianças participantes da pesquisa conseguiram fortalecer o equilíbrio motor por meio da implementação de jogos recreativos.

Palavras-chave: Recreação infantil; Equilíbrio motor; Educação inicial; Jogos recreativos; Desenvolvimento psicomotor

INTRODUCCIÓN

El equilibrio motriz es una habilidad fundamental en el desarrollo psicomotor de los niños, constituye la base sobre la cual los infantes desarrollan otras habilidades motoras como caminar, correr, montar bicicleta y practicar deportes; el equilibrio motriz tiene estrecha relación con el desarrollo cognitivo y a medida que los pequeños crecen y exploran el mundo que los rodea, más complejos son los procesos

mentales; sin equilibrio la capacidad de moverse en su entorno sería nula (Allen, 2023).

Para Gavilanes (2022) el equilibrio motriz es una capacidad que tiene el individuo al controlar el cuerpo en el espacio, se considera una habilidad perceptivo-motriz o coordinativa propia, que se desarrolla desde el nacimiento y se va perfeccionando con la edad y la buena calidad de vida. Por otro lado, Fernández (2022) menciona que el equilibrio motriz son las capacidades que las personas tienen para dar respuestas motoras ante determinados estímulos, consiguiendo resolver estos desafíos con la mayor eficiencia y destreza posible.

Desde la revisión de la literatura científica se ha demostrado que los juegos son esenciales para el aprendizaje en los niños, Gálvez (2021) plantea que la recreación ayuda a construir conocimientos a partir de convivencias y experiencias que forman parte de la cotidianidad del niño y que contribuyen a configurar la personalidad y formación integral del infante. Delgado et al. (2019) asegura que el juego recreativo representa para la existencia humana infantil una de las experiencias más significativas y de mayor contribución en el desarrollo biológico, psicológico, social, motriz y espiritual del niño, estableciendo pautas y maneras de llevarlas a efecto en un ambiente de alegría, espontaneidad, libertad y acuerdos. Además, se propicia una serie de situaciones que le permiten al niño ejercitarse en la toma de decisiones respecto a los diferentes roles, conductas y actitudes necesarias para la convivencia y la formación como ser humano integral.

Desde el punto de vista de las autoras la recreación desempeña un papel fundamental en el desarrollo del equilibrio motriz en los niños de educación inicial, debido a que, durante los primeros años de vida el desarrollo físico y motor

es crucial, la recreación no solo se trata de actividades lúdicas, sino de experiencias enriquecedoras que contribuyen al crecimiento integral de los niños.

Autores como Castañer y Camerino (2021), Solís (2019) determinan que las actividades recreativas pueden plasmarse desde la música, los juegos y actividades atractivas y dinámicas, donde los niños desarrollan la creatividad, imaginación, destrezas físicas, afectivas, emocionales y cognitivas; a su vez, estas actividades favorecen el desempeño del niño, dando la oportunidad para estimular la inteligencia, la sociabilidad y las emociones, guiado fundamental por el docente.

Por otro lado, Johnson y Williams (2020) demostraron que la falta de oportunidades de juego activo en la infancia temprana puede tener un impacto negativo en el desarrollo del equilibrio. Los niños que no tenían acceso regular a actividades de juego que involucraban el equilibrio tendían a mostrar retrasos en su desarrollo motor y tenían dificultades para mantener el equilibrio en comparación con sus pares que participaban en juegos activos.

Desde las experiencias de las investigadoras se afirma lo planteado por Johnson y Williams debido a que, por falta de creatividad e iniciativa de los docentes, así como también por espacios físicos reducidos en las instituciones educativas no se logra ejecutar dichas actividades recreativas perjudicando al proceso formativo de los niños y coartando la posibilidad del desarrollo integral de los infantes.

Para Delgado et al. (2019) la psicomotricidad y los juegos recreativos confluyen en el desarrollo holístico de los niños, además se considera una herramienta esencial que pueden combinarse con conocimientos integrales para impactar positivamente en el desarrollo de los infantes

desde las habilidades y destrezas según sus edades.

Se consideran que existe relación directa entre el sedentarismo y desarrollo psicomotor infantil, el propio desarrollo fisiológico del niño tiende de forma natural a provocar una disminución de la actividad física, dedicándole más tiempo y atención a actividades de orden más intelectual como, exámenes, test de selectividad, rendimiento escolar. Además, desafortunadamente, esta disminución de la actividad física se ve agravada por otros factores socio-culturales (Cigarroa et al., 2019).

A nivel de Ecuador aún persisten dificultades en generar ambientes recreativos para niños de educación inicial, denotan limitaciones al momento de explorar su cuerpo y el medio que les rodea mediante movimientos corporales, no desarrollan el equilibrio motriz, la lateralidad, el tiempo espacio, entre otros aspectos y a la vista de muchos investigadores corresponde fortalecer esta debilidad en el proceso de enseñanza aprendizaje. Estos elementos conducen a plantear el siguiente objetivo de investigación “Fortalecer el desarrollo del equilibrio motriz en los niños de Educación Inicial a través de la implementación de juegos recreativos.”

El propósito de esta investigación es mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje en los niños de educación inicial al fortalecer el equilibrio motriz mediante la implementación de juegos recreativos; el diseño, la aplicación y la evaluación de la propuesta transformará una realidad educativa logrando bienestar emocional, cognitivo y social en los infantes.

La presente investigación se justifica debido porque da respuesta a la problemática detectada referente al desarrollo del equilibrio motriz y a las limitaciones del uso de juegos recreativos en niños

de educación inicial. Los resultados de la investigación permitirán mejorar la toma de decisiones de los docentes en relación a la utilización de estrategias metodológicas como los juegos recreativos para fortalecer el equilibrio motriz y el desarrollo integral del infante.

MÉTODO

Desde la cosmovisión de Defensa y Participación planteado por Creswell (2009) la investigación contiene una agenda de acción para cambiar y mejorar la vida de los participantes y de la institución educativa, este presupuesto filosófico valida la participación y colaboración entre los sujetos sociales de la investigación con la finalidad de dar respuesta a una necesidad formativa.

El enfoque cualitativo guio el trabajo investigativo, desde una perspectiva holística y dialógica, así lo afirma Fernández y Díaz (2003) al plantear que la “investigación cualitativa identifica la naturaleza profunda de las realidades”; es decir, parte de la complejidad de la formación en el desarrollo del equilibrio motriz en los niños de educación inicial para encontrar el significado educativo y social.

La Investigación Acción Participativa según Espinoza (2020) incluye “la creación de espacios para el aprendizaje colaborativo, el diseño, ejecución y evaluación de acciones liberadoras” para lograr el cambio social y la búsqueda de mejores condiciones de vida, tiene tres pilares fundamentales: la investigación, la participación y la acción. La presente investigación se desarrolló bajo tres fases: (a) diagnóstica, (b) diseño de la propuesta y (c) implementación de la propuesta.

Según el alcance de la investigación es descriptiva, debido a que en los resultados de las tres fases se describen las características y

cualidades de las destrezas a alcanzar por los niños de educación inicial, así como también los 15 juegos recreativos que fortalecieron el equilibrio motriz de los infantes.

Además, es una investigación transversal porque se logró obtener información y procesarla en un solo corte de tiempo. Desde un muestreo no probabilístico, la selección de la muestra fue intencional al determinar que los 11 niños de educación inicial de la Unidad Educativa Princesa Toa perteneciente a la provincia de Cotopaxi participen en la investigación. Para el diagnóstico se utilizó la técnica de la entrevista aplicada a docentes y la observación direccionada a los niños; en el diseño de la propuesta fue necesario la revisión de literatura científica para generar y articular los juegos con las destrezas del equilibrio motriz a desarrollar en los niños y para la implementación de la propuesta se diseñó una ficha de observación para la evaluación de las destrezas a partir de cada juego.

El método lógico inductivo permitió direccionar el proceso de investigación, a partir de la observación de comportamientos específicos de los niños mientras participan en juegos recreativos diseñados para mejorar el equilibrio motriz. Se analizó la información recabada para identificar patrones comunes en la conducta de niños y a partir de ellos se establecen las conclusiones sobre qué aspectos de los juegos recreativos son más efectivos para el desarrollo del equilibrio motriz de los niños.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La presente investigación se desarrolló en tres fases: (a) diagnóstica, (b) diseño de la propuesta y (c) Implementación de la propuesta.

Fase Diagnóstica

Los resultados recabados de la ficha de observación que contenía 9 indicadores relacionados al desarrollo del equilibrio motriz, aplicados a 11 niños de tres a cuatro años de la institución educativa en estudio y bajo la escala valorativa de “Desarrolla, en Proceso, No Desarrolla” fueron los siguientes:

Tres niños lograron desarrollar las destrezas al comprobar que los niños se mantienen por más de un minuto en pie, jugaron de manera autónoma dentro de su área, respetaron las normas de juego, participaron en juegos tradicionales, caminaron y corrieron coordinadamente, saltaron en dos pies en sentido vertical y horizontal, exprimieron un limón de manera que controlaron la fuerza y tonicidad, finalmente realizaron movimientos de manos e identificaron las partes de su cuerpo.

Por otro lado, cinco niños se encuentran en proceso de desarrollo de la destreza, los indicadores son los siguientes: (a) los niños se mantienen por más de un minuto en pie, (b) jugaron de manera autónoma dentro de su área, (c) respetaron las normas de juego, (d) participaron en juegos tradicionales, (e) caminaron y corrieron coordinadamente, (f) saltaron en dos pies en sentido vertical y horizontal y (g) identificaron las partes de su cuerpo.

Tres niños de los 11 no desarrollaron las siguientes destrezas: (a) los niños se mantienen por más de un minuto en pie, (b) jugaron de manera autónoma dentro de su área, (c) respetaron las normas de juego, (d) participaron en juegos tradicionales, (e) caminaron y corrieron coordinadamente, (f) saltaron en dos pies en sentido vertical y horizontal, (g) identificaron las partes de su cuerpo.

Los resultados de la entrevista a los docentes resaltan la no utilización de los juegos recreativos para el desarrollo del equilibrio motriz en niños de 3 a 4 años, surgiendo así el desconocimiento de actividades donde los juegos recreativos constituyen el eje mediador del proceso de enseñanza aprendizaje de los infantes de la institución educativa en estudio.

Fase de Diseño de la Propuesta

La presente propuesta de investigación surge como respuesta a la problemática detectada en la etapa del diagnóstico, está constituida por 15 juegos recreativos para desarrollar el equilibrio motriz en niños de Educación Inicial, estos juegos son los siguientes:

Juego 1 “Jugando con la cuerda equilibrista”

Consiste en que la docente selecciona un amplio espacio para la actividad, coloca la cuerda en una línea recta, el primer niño debe caminar sobre la cuerda y llegar al otro extremo, el siguiente niño debe tomar una pelota de la cesta y caminar sobre la cuerda hasta llegar al otro extremo donde encuentran una cesta vacía en la cual deben depositar la pelota, así consecutivamente los niños siguen participando en la actividad que contribuirá al desarrollo de la destreza “caminar y correr coordinadamente manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y ritmos utilizando el espacio total”.

Juego 2 “La estatua”

La docente saldrá con los niños al césped mientras suena la música los niños deben moverse por todo el espacio al ritmo de la música. En el instante en que la música deje de sonar, los niños permanecen inmóviles, cual una estatua, adoptando la postura que tenían justo antes de parar de sonar la música. El juego termina cuando el último niño es eliminado o cuando termine el tiempo del juego. La destreza que se desarrolla es

“caminar y correr coordinadamente manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y ritmos utilizando el espacio total”.

Juego 3 “La rayuela”

El juego consiste en que la docente sale con los niños a un espacio amplio, dibuja una rayuela de aproximadamente de 10 casilleros enumerando en orden. Los niños se ubicarán según el orden en el que se incorporen frente a la rayuela con una ficha o algo similar a ella. El primer niño lanza la ficha e irá saltando en un pie cuando se encuentra un casillero y dos pies cuando se encuentran dos casilleros en la rayuela, excepto donde está la ficha; al regreso debe ir saltado con la misma lógica en un pie y dos pies según el número de casilleros y cuando tome la ficha inclina su cuerpo sin asentar el otro pie, este juego permite desarrollar la destreza “saltar en dos pies en sentido vertical obstáculos de 15 a 25 cm en altura y en sentido horizontal longitudes de aproximadamente 40 a 60 cm”.

Juego 4 “El limón equilibrista”

La docente sale con los niños a un espacio amplio. Coloca a cada niño con una distancia determinada y entrega una cuchara y un limón. Los niños deben alinearse en la línea de partida, colocar la cuchara en la boca y el limón sobre la cuchara con mucho cuidado. Al contar 3 los niños salen de la partida y todos los niños deben trasladarse hacia la meta, caminando, sin dejar caer limón. La destreza que van a desarrollar es caminar, correr y saltar de un lugar a otro coordinadamente combinando estas formas de desplazamiento, a velocidades diferentes y en superficies planas e inclinadas.

Juego 5 “Encantado”

La docente sale con los niños a un espacio amplio, nombran a uno de los niños como mago, quién solo al tocarles a los demás les deja

encantados. El resto de niños seleccionan un lugar como refugio o guarida donde ellos están a salvo del mago. El juego empieza cuando la docente dice la palabra “listo”, en ese instante los niños deben salir de su refugio hacia el patio evitando que el mago tope su cuerpo y les encante, dejándolos inmóviles. El mago cumple la misión de encantar a la mayoría de los niños, mientras que, los niños que jamás fueron encantados tienen la facultad de topar a sus compañeros encantados y desencantar. El juego se termina cuando todos los niños son encantados, esta actividad desarrolla la destreza “caminar, correr y saltar de un lugar a otro coordinadamente combinando estas formas de desplazamiento, a velocidades diferentes y en superficies planas e inclinadas”.

Juego 6 “El comecocos”

La docente sale con los niños a un espacio amplio, dibuja con tiza diferentes líneas: rectas, curvas e inclinadas; a continuación, cada niño debe caminar sobre las líneas marcadas en el suelo. Del grupo de niños se selecciona tres infantes que se les denominará “comecocos”, ellos perseguirán al resto de niños sin salirse de las líneas fijadas por la docente, evitando perder el equilibrio. El juego termina cuando todos los jugadores han sido capturados por los comecocos. Esta actividad desarrolla la destreza “caminar, correr y saltar de un lugar a otro coordinadamente combinando estas formas de desplazamiento, a velocidades diferentes y en superficies planas e inclinadas”.

Juego 7 “Salto y caída”

El juego consiste en que la docente sale con los niños a un espacio amplio, coloca las cajas para los 7 niños, las docentes se encargan de indicar al niño que posición debe adoptar para saltar sobre un cajón con los pies separados a una distancia equivalente al ancho de sus hombros. Se indica entonces al niño que salte de modo que ambos

pies se separen del cajón al mismo tiempo. La destreza que van a desarrollar es saltar en dos pies en sentido vertical obstáculos de 15 a 25 cm en altura y en sentido horizontal longitudes de aproximadamente 40 a 60 cm.

Juego 8 “El juego de la bailarina”

La docente sale con los niños a un espacio amplio seguidamente los niños deben ponerse de pie y elevar los brazos por encima de la cabeza en forma de valet. Luego, flexionar una pierna y apoyar el pie a un costado de la rodilla. A partir de la posición deben dar giros de danza y el primero que lo haga sin perder el equilibrio completará un punto. Quien obtenga el mayor puntaje será el ganador del juego. De esta manera van desarrollando la destreza “realizar ejercicios que involucran movimientos segmentados de partes gruesas del cuerpo (cabeza, tronco y extremidades)”.

Juego 9 “Salto con un pie”

La docente sale con los niños a un espacio amplio, pide al niño que sostenga su pie derecho, durante tres segundos y luego salte hacia delante tres veces consecutivas con el mismo pie. Luego se mantendrá sobre el pie izquierdo por tres segundos y dar tres saltos consecutivos con el mismo pie. La destreza que se desarrolla es saltar en dos pies en sentido vertical obstáculos de 15 a 25 cm en altura y en sentido horizontal longitudes de aproximadamente 40 a 60 cm.

Juego 10 “Caminata sobre cinta”

La docente sale con los niños a un espacio amplio e impregna en el suelo dos cintas paralelas del mismo color y da la siguiente instrucción: los niños deben caminar sobre las dos líneas de cinta de color sobre el suelo que simulan a una barra de equilibrio teniendo en cuenta que debe haber entre 15 cm de separación, de esta manera tendrá que caminar entre las dos cintas sin salirse

de ellas. Con esta actividad se logra desarrollar la destreza “caminar, correr y saltar de un lugar a otro coordinadamente combinando estas formas de desplazamiento, a velocidades diferentes y en superficies planas e inclinadas”.

Juego 11 “Recogiendo manzanas”

La docente sale a un espacio amplio con los niños, construye con la cinta adhesiva una especie de árbol, dentro de cada rama se pondrá una manzana, mientras que el niño debe ir caminando con los dos pies por el tronco, tomando en cuenta que debe llegar al final del tronco y saltar en un pie hasta llegar a una de las ramas donde está la manzana, de regreso debe saltar desde la rama al tronco en un pie, esta actividad desarrolla la destreza “caminar y correr coordinadamente, manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y ritmos utilizando el espacio total”.

Juego 12 “Jugando con el dado”

El docente divide a los niños en dos grupos y coloca en el piso dos cintas de 3 metros (una para cada grupo) el primer integrante de los grupos lanzará el dado lo más alto que pueda, una vez lanzado el dado, si este cae en los números 1-2-3 los niños deben caminar sobre la cinta con un pie y si el dado cae en los números 4-5-6 deben caminar sobre la cinta en dos pies, cada niño debe repetir la misma acción. La destreza que se desarrolla mediante este juego es “caminar y correr coordinadamente, manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y ritmos utilizando el espacio total”.

Juego 13 “El conejo con obstáculos”

La docente debe dividir a los niños en dos grupos y creara distintos obstáculos utilizando conos, cinta y ulas, en primera instancia los niños deben saltar en el mismo lugar con los dos pies 5 veces antes de empezar el recorrido, luego saltan a una distancia de 20 a 35 cm donde se encuentra la

ula ahí debe levantar el pie derecho por 3 minutos manteniendo el equilibrio, luego camina en puntillas sobre la línea de cinta adhesiva y finalmente corre por los conos colocados en zig – zag. La destreza a desarrollar es “saltar en dos pies en sentido vertical obstáculos de 15 a 25 cm en altura y en sentido horizontal longitudes de aproximadamente 40 a 60 cm”.

Juego 14 “Viaje a la oscuridad”

La docente encargada de la actividad debe dividir a los niños en dos grupos, cubre los ojos de los infantes con una bufanda y trazar un trayecto en zig - zag con los conos; luego la docente dirá que gire a la izquierda y que camine con los dos pies unidos, después dirá que gire a la derecha y camine en puntillas, de modo que sigue caminando en zigzag. Con esta actividad se logra desarrollar la destreza “caminar y correr coordinadamente manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y ritmos utilizando el espacio total”.

Juego 15 “Puente que se mueve”

Se comienza preguntando si alguna vez a cruzado un puente, la docente debe organizar el primer puente con las sillas unidas, mientras que en la segunda actividad deberá separar las sillas de una a otras para que puedan cruzar y en la tercera actividad tendrá que separar las sillas del puente y realizar un camino de bloques. El rol que cumplen los niños en la primera actividad consiste en que cada uno de ellos tendrá que pasar por el puente, donde tendrá que ir caminando hasta llegar al final, en la segunda actividad debe dar pasos largos mientras guarda el equilibrio al cruzar y finalmente en la tercera actividad el niño tiene que subir y bajar por las sillas y el camino de bloques. Mediante este juego se desarrolla la destreza “caminar, correr y saltar de un lugar a otro coordinadamente, combinando estas formas

de desplazamiento, a velocidades diferentes y en superficies planas e inclinadas”.

Fase de Implementación de la Propuesta.

En la implementación de la propuesta fue necesario ingresar a la institución educativa para ejecutar los 15 juegos mediante la planificación micro curricular, esta acción se realizó en 10 jornadas, se elaboró una ficha de observación para evaluar el nivel de cumplimiento de las destrezas bajo la escala valorativa manejada en el diagnóstico.

En el juego “Jugando con la cuerda equilibrista” 9 niños de 11 niños desarrollaron totalmente las siguientes destrezas: (a) mantuvieron el equilibrio en diferentes distancias, (b) se desplazaron con seguridad de diferentes formas, (c) caminaron coordinadamente en la cuerda. Dos niños se encuentran en proceso de desarrollo.

En el juego “La estatua” Los 11 niños cumplieron y desarrollaron de manera adecuada las siguientes destrezas: (a) Desarrollaron el equilibrio y la coordinación dinámica, (b) Mantuvieron el equilibrio hasta que suene la música, (c) Mantuvieron el equilibrio en distintas orientaciones.

En el juego “La rayuela” Los 9 de 11 niños cumplieron y desarrollaron totalmente las siguientes destrezas: (a) mantuvieron el equilibrio constante, (b) Saltaron con los pies en sentido vertical (c) Saltar con los dos pies en sentido horizontal. Dos niños se encuentran en proceso de desarrollo.

En el juego “El limón equilibrista” Los 10 de los 11 niños cumplieron y desarrollaron totalmente las siguientes destrezas: (a) mantuvieron el equilibrio hasta llegar a la meta, (b) caminaron coordinadamente en superficies planas (c) Caminaron combinando formas mientras se

desplaza. Un niño está en proceso de desarrollo.

En el juego “Encantado” Los 10 de los 11 niños cumplieron y desarrollaron totalmente las siguientes destrezas: (a) mantuvieron el equilibrio durante el juego, (b) corrieron coordinadamente combinando formas de desplazamiento (c) caminaron de un lugar a otro en superficies planas. Un niño se encuentra en proceso de desarrollo.

En el juego “El comecocos” Los 10 de los 11 niños cumplieron y desarrollaron totalmente las siguientes destrezas: (a) establecieron el equilibrio mientras caminaban por las líneas, (b) Lograron mantener la coordinación dinámica y (c) caminaron de un lugar a otro en superficies planas. Un niño se encuentra en proceso de desarrollo.

En el juego “Salto y caída” Los 8 de los 11 niños cumplieron y desarrollaron totalmente las siguientes destrezas: (a) mantuvieron el equilibrio mediante posturas, (b) saltaron con los pies separados a una distancia equivalente a lo ancho de los hombros (c) saltaron en sentido horizontal aproximadamente entre 40 a 60cm. Tres se encuentran en proceso de desarrollo.

En el juego “El juego de la bailarina” Los 9 de los 11 niños cumplieron y desarrollaron totalmente las siguientes destrezas: (a) dominaron diferentes posturas corporales, (b) establecieron el equilibrio al momento de girar (c) involucraron movimientos segmentados de parte gruesa. Por otro lado, un niño de los 11 niño se encuentra en proceso de desarrollo.

En el juego “Salto en un pie”. Los 11 niños cumplieron totalmente los tres indicadores evaluados en los juegos: (a) saltaron en dos pies sin perder el equilibrio, (b) saltaron coordinadamente en sentido horizontal y vertical, (c) establecieron el equilibrio al momento de

saltar con los dos pies. Lo que indica que todos los infantes alcanzaron las destrezas.

En el juego “Caminata sobre cinta”. 11 niños cumplieron y obtuvieron una destreza desarrollada en los tres indicadores evaluados en los juegos: (a) camino coordinadamente de un lugar a otro sobre las cintas, (b) logró mantener la coordinación dinámica, (c) mantuvo el equilibrio mientras camina por las cintas.

En el juego “Recogiendo manzanas” los 11 niños cumplieron y obtuvieron una destreza desarrollada en los tres indicadores evaluados en los juegos: (a) desarrollo el equilibrio y la coordinación dinámica, (b) mantuvo el equilibrio mientras camina por el tronco del árbol, (c) mantuvo el equilibrio mientras salta en pie por las ramas.

En el juego “Jugando con el dado” solo 9 niños cumplieron totalmente los tres indicadores evaluados en los juegos aplicados: (a) desarrollo el equilibrio y la coordinación dinámica, (b) mantuvo el equilibrio mientras camina y baila con un pie, (c) mantuvo el equilibrio mientras salta en pie por las ramas. Mientras que dos niños se encuentran en proceso de desarrollo

En el juego “El conejo con obstáculos” los 11 niños cumplieron y obtuvieron una destreza desarrollada en los tres indicadores evaluados en los juegos: (a) mantuvo el equilibrio constante, (b) salto hacia delante y hacia atrás con un pie, (c) salto en el mismo lugar con los dos pies.

En el juego “Viaje a la oscuridad” solo 5 niños cumplieron totalmente los tres indicadores evaluados en los juegos: (a) mantiene el equilibrio constante, (b) se desplazó con seguridad en diferentes formas, (c) camina coordinando en zigzag con los ojos vendados. Mientras que de los 11 niños seis se encuentran en proceso de desarrollo de las destrezas antes mencionadas.

En el juego “Puente que se mueve” los 11 niños cumplieron y obtuvieron una destreza desarrollada en los tres indicadores evaluados en los juegos: (a) paso coordinadamente el puente con los dos pies, (b) logro la coordinación mientras pasa el puente con objetos separados, (c) subió y bajo de un lugar a otro en superficies planas.

Discusión

Los resultados obtenidos fueron satisfactoria, ya que, mediante la utilización de los juegos como la estatua, la rayuela y encantados se logró que los 11 niños evaluados es decir todos desarrollaran de manera significativa la destreza de caminar y correr coordinadamente manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, lo cual ayuda mucho a mejorar la psicomotricidad en los infantes, es decir cómo lo menciona Simbaña (2022) “La psicomotricidad es una parte esencial del desarrollo integral de una persona, ya que es el movimiento el que nos da a conocer el estado anímico y de salud, incluso en los niños, permite la adquisición de nociones básicas que influyen en la identidad, el nivel social, intelectual y emocional es por ello que psicomotricidad, o ejercicios físicos, acelera las funciones vitales y mejora el estado de ánimo, brindando salud y vitalidad”.

Además, por medio de los juegos aplicados se observó que favorece mucho al desarrollo de su equilibrio ya que juegos como la cuerda equilibrista, el limón equilibrista, el conejo con obstáculos y salto con un pie, son juegos que requieren mucha de concentración y equilibrio para poder realizarlo, por tanto los juegos mencionados anteriormente ayudan de manera satisfactoria a desarrollo del equilibrio al utilizar distintas partes de su cuerpo, así lo afirman

Álvarez y Couto (2020) al plantear que el equilibrio es esencial en el crecimiento y maduración de los niños, no solo les ayuda a mantener una postura estable, sino también es fundamental para el desarrollo de habilidades motoras, de coordinación y de confianza en sí mismos.

Según Pérez (2021) los juegos recreativos son fundamentales para el desarrollo motriz en los niños de educación inicial, estos juegos no solo proporcionan entretenimiento y diversión, también desempeñan un papel crucial en el desarrollo físico, cognitivo y emocional de los infantes y más si estas son practicadas desde sus primeros años de vida (p.20).

La recreación es fundamental para el desarrollo del equilibrio motriz en los niños, así lo corroboran Ramírez y Orrala (2022) al plantear que “La recreación se define como la diversión o el descanso durante el tiempo libre en niños y en general en personas de cualquier edad a través de estas actividades se fomenta la diversión, entretenimiento de cada niño con la finalidad de que al realizar actividades ayuden al desarrollo psicomotor del niño así mismo radican en los beneficios que brinda para el desarrollo psicológico, cognitivo, físico y social.” (p.10).

Una vez aplicado los juegos recreativos para el desarrollo del equilibrio motriz se pudo evidenciar que cada uno de los juegos ayudan al mejoramiento de distintas destrezas como la capacidad de utilizar y controlar diferentes partes del cuerpo mantenido su equilibrio constante al momento de realizar los mismos.

La importancia que tienen los juegos recreativos en niños de Educación Inicial es fundamental, juegos como: la estatua, salto en un pie, caminata sobre cinta, recogiendo manzanas, el conejo con obstáculos y el puente que se mueve, permitieron alcanzar las destrezas apropiadas

como motricidad, equilibrio, lateralidad y concentración, les ayudó a los niños a salir de la rutina diaria y mejorar la convivencia (Díaz, 2019).

Finalmente, el juego potenció la imaginación, la exploración del medio ambiente, expresó la visión particular del mundo desde el cuerpo y la mente, desarrolló una buena motricidad, mejoró el equilibrio, la lateralidad, espacio, tiempo, coordinación y concentración.

CONCLUSIONES

En la fase diagnóstica se encontró que los niños de la institución en estudio tenían problemas con el desarrollo del equilibrio motriz. Se utilizó una ficha de observación con 9 indicadores relacionados con el desarrollo del equilibrio motriz a 11 niños de 3 a 4 años; los resultados mostraron un desarrollo limitado en el equilibrio motriz de los infantes. Por otro lado, los resultados de las entrevistas a dos docentes evidenciaron el desconocimiento de una variedad de juegos que contribuyan a desarrollar la motricidad en niños.

En la fase del diseño de la propuesta se plantearon 15 juegos recreativos que tenían en común las siguientes destrezas: (a) caminar y correr coordinadamente, manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y ritmos utilizando el espacio total, (b) saltar en dos pies en sentido vertical y en sentido horizontal, (c) caminar, correr y saltar de un lugar a otro, (d) caminaron coordinadamente en la cuerda.

En la fase de implementación de la propuesta se observó un progreso satisfactorio en el desarrollo del equilibrio motriz en los niños, al evidenciar que mantienen el equilibrio, la coordinación dinámica, la postura, los movimientos gruesos del cuerpo, la lateralidad, el tiempo y espacio.

REFERENCIAS

- Allen, H (2023) La Importancia del Equilibrio en la Psicomotricidad Infantil. Sankris Gymnastics Art Studio. <https://n9.cl/lh4c>
- Álvarez, Y., y Pazos, J. M. (2020). Importancia percibida de la motricidad en Educación Infantil en los centros educativos de Vigo (España). *Educação e Pesquisa*, 46. <https://doi.org/10.1590/s1678-4634202046207294>
- Castañer, M. y Camerino, O. (2021). *La Educación Física en la Enseñanza Primaria*. Barcelona: Editorial INDE. <https://n9.cl/ajeg2>
- Cigarroa, I., Sarqui, C., y Zapata, R. (2019). Efectos del sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor en niños y niñas: Una revisión de la actualidad latinoamericana. *Universidad y Salud*, 18(1), 156-169. doi: <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v18n1/v18n1a15.pdf>
- Creswell, J. (2009). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Methods Approaches*. Third Edition
- Delgado, V., Pérez, L., Villafuerte, J., y Bone, J. (2019). Los juegos recreativos en el desarrollo del equilibrio motriz de niños/as en Manta-Ecuador. *DeporteVida*, 16(40), 14-30. <https://n9.cl/gto4s>
- Delgado-Zurita, V. H., Pérez-Plata, L. J., Villafuerte-Holguín, J., y Bone-Cabeza, J. G. (2019). Los juegos recreativos en el desarrollo del equilibrio motriz de niños/as en Manta-Ecuador. *Revista científica especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte*, 16(40), 16-30. <https://n9.cl/nzhty>
- Díaz, J., y Pérez, M. (2019). Gamificación en el aula: estrategias y beneficios. *Revista de Tecnología Educativa*, 25(4), 67-82. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7154321>
- Espinoza, E. (2020). Reflexiones sobre las estrategias de investigación acción participativa. *Conrado*, 16(76), 342-349. <https://n9.cl/74i2f>
- Fernández, P., y Díaz P. (2003). Ventajas e inconvenientes de métodos cuantitativos y no cuantitativos. En *Cuadernos Monográficos Candidus* 1 septiembre-diciembre.
- Gálvez Carrillo, M. (2021). La recreación infantil en el desarrollo del lenguaje en niños de 4 años. <https://n9.cl/6bq1f>

- Gavilanes, E (2022) Juegos tradicionales en el desarrollo del equilibrio de niños de 4 años. (Trabajo de Maestría en Educación Inicial). Universidad Técnica de Ambato. <https://n9.cl/3jpay>
- Johnson, A., y Williams, K. (2020). Early Childhood Play and Its Effects on Balance Development. Child Development Research.
- Pérez, M. B. (2021). Importancia de los juegos recreativos en los niños y niñas del nivel inicial. <https://goo.su/v7OAWG5>
- Ramírez, E. L., y Orrala, M. E. (2022). La importancia de la recreación en el proceso de aprendizaje (Bachelor's thesis, La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2022). <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/7450/1/UPSE-TEB-2022-0042.pdf>
- Simbaña-Haro, M. P., Gonzalez-Romero, M. G., Merino-Toapanta, C. E., y Sanmartín-Lazo, D. E. (2022). La expresión corporal y el desarrollo motor de niños de 3 años. Revista Científica retos de la Ciencia, 6(12), 25-40.
- Solís, P. (2019). La importancia del juego y sus beneficios en las áreas de desarrollo infantil. Voces De La Educación, 4(7), 44-54. 40
<https://www.revista.vocesdelaeducacion.com.mx/index.php/voces/article/view/112/156>