

### **ACLARACIONES PREVIAS A LA LECTURA**

EL LIC. MIGUEL ÁNGEL QUIROGA COLORADO NOS PRESENTA UN TRABAJO MUY INTERESANTE EN EL QUE RELACIONA LA PSICOMOTRICIDAD Y LOS JUEGOS COOPERATIVOS EN EL NIVEL PREESCOLAR.

DICHO TRABAJO FINALIZA CON UNA LISTA DE JUEGOS ELABORADA A PARTIR DE SU EXPERIENCIA PERSONAL EN EL COLEGIO MIRAVALLE, EN LA CIUDAD DE BOGOTÁ, COLOMBIA.

*PROF. LIC. SEBASTIÁN TRUEBA*

## JUEGOS COOPERATIVOS EN EL PREESCOLAR

### *Guía de actividades Prácticas*

MIGUEL ANGEL QUIROGA COLORADO  
Licenciado en Educación Física  
Especialista en Psicología Educativa  
Bogotá, 2007

#### PRESENTACIÓN

*Este documento tiene como propósito hacer un acercamiento teórico y un aporte metodológico a la configuración de la educación física en la etapa preescolar atendiendo a los nuevos enfoques y necesidades que le son asignadas al área.*

*Se presentan una serie de juegos cooperativos para el desarrollo psicomotriz en el preescolar como alternativa didáctica a la aplicabilidad práctico – metodológica de los juegos en la enseñanza de la educación física durante las primeras edades escolares.*

*En la preparación de este documento se acudió a experiencias de prácticas recientes, a los aportes y vivencias lúdicas de los niños, que con su participación contribuyeron al desarrollo de las ideas para cada actividad y especialmente a las sugerencias metodológicas de los docentes del colegio Miravalle que en correspondencia a los requerimientos de las prácticas ayudaron a enriquecer esta colección de juegos.*

*“La educación psicomotriz redefine la educación general del ser humano a través del conocimiento, exploración e instrumentación del cuerpo para conseguir las habilidades*

corporales imprescindibles en la realización de cualquier actividad intelectual y física. Bajo este enfoque se concibe al niño como sujeto activo de su desarrollo y a los procesos mentales como causa y consecuencia del movimiento." (Watson, 2006)

## LA PSICOMOTRICIDAD Y LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS

La psicomotricidad y las capacidades físicas coordinativas relacionan el procesamiento de información en el sistema nervioso central y el movimiento de los músculos esqueléticos permitiendo el dominio consciente de las acciones motrices durante situaciones que pueden ser previstas o impuestas (Watson, 2006). El niño realiza los movimientos a partir de sus procesos mentales, si se favorecen estos procesos se mejora la ejecución motriz.

Se han establecido tres factores principales de la psicomotricidad:

### IDENTIFICACIÓN DEL ESQUEMA CORPORAL:

Se define como la percepción del propio cuerpo y la interacción que se tiene con los segmentos corporales. Partiendo del esquema corporal se aprende a identificar y desarrollar la lateralidad.

**LATERALIDAD:** Permite que el niño discrimine, a partir de los propios segmentos corporales y de otras personas, cuál es su derecha e izquierda. La lateralidad prevalente es innata (dominancia motriz de un hemisferio cerebral) a diferencia de la lateralidad preferente adquirida con el entrenamiento motor.

### UBICACIÓN ESPACIAL:

Proceso desarrollado para discriminar direcciones y distancias del propio cuerpo y los objetos con respecto al entorno. Permite imaginar lo que otro ve y aprender las nociones de superficie, volumen, horizontalidad y verticalidad.

De acuerdo a Muñoz (1994), para la enseñanza de la ubicación espacial se aplica el principio de centración:

1. Fijación en una sola dimensión (arriba o abajo)
2. Centrarse en la otra dimensión.
3. Pensamiento oscilatorio (entre una y otra dimensión)
4. Descentración: Se fija en otras dimensiones.

### PERCEPCIÓN DE TIEMPO Y ESPACIO:

La percepción es la toma de conciencia de las sensaciones que lleva al conocimiento del medio ambiente. La percepción temporal está constituida por las nociones de orden (distribución cronológica de los cambios o acontecimientos sucesivos) y duración (organización de los datos sensoriales para apreciar el intervalo que separa dos cambios).

Las capacidades coordinativas se clasifican en:

**GENERALES:** En estas se encuentran la regulación de movimientos y la adaptación a cambios motrices.

**ESPECIALES:** Ritmo, orientación, equilibrio, anticipación, diferenciación, acoplamiento y reacción.

**COMPLEJAS:** Aprendizaje motor y agilidad. La agilidad es definida como la capacidad de solucionar tareas motrices difíciles y desconocidas.

Para el desarrollo de las capacidades coordinativas se deben considerar los siguientes aspectos:

- Actividades de percepción visual.
- Ejercicios kinestésicos que indican la posición de los segmentos corporales.
- Ejercitaciones bilaterales, simétricas y asimétricas.
- Creación de acciones motoras y combinaciones de las mismas con habilidades ya aprendidas.
- Cambios en ritmos, velocidades, direcciones y posiciones de ejecución.

### ¿CÓMO SE EDUCA LA PSICOMOTRICIDAD?

El niño se adquiere y perfecciona sus movimientos a partir de los procesos mentales que realiza. El aprendizaje motor sigue patrones metodológicos relacionados con las habilidades de pensamiento para su desarrollo:

1. Observación de la generalidad en el movimiento e imitación (interpretar).
2. Análisis y diferenciación de movimientos (asociar, relacionar).
3. Representación mental del movimiento (creatividad).
4. Repeticiones hasta afianzar en la práctica la conducta motriz (expresar, solucionar).

El docente debe estimular el desarrollo de las capacidades coordinativas y el aprendizaje psicomotriz a través del diseño de ambientes que le ofrezcan al niño sensaciones que deberán ser interpretadas y suscitar de forma consiente acciones motrices. Los juegos se constituyen en un excelente medio para el logro de este propósito y un recurso indispensable para la educación física. Sus características e implicación metódica en el desarrollo explican su posición fundamental en la enseñanza.

## EL JUEGO Y EL APRENDIZAJE COOPERATIVO

El origen de los juegos se relaciona con las manifestaciones sociales y culturales de los pueblos, dado que en muchos de ellos se reflejan aspectos de la vida cotidiana. Al contemplar un juego infantil puro se observa la confrontación del niño con su ambiente a través de una representación lúdica de situaciones habituales, es la imitación de las acciones de los adultos como preparación para la vida futura.

Los juegos desarrollan la creatividad, la disciplina y promueven intereses colectivos. Si en ellos se introducen paulatinamente normas y objetivos cumplirán con finalidades educativas de gran valor para la estructuración de la personalidad y la identificación de roles sociales.

En su configuración educativa, los juegos contribuyen a la formación de niños físicamente sanos y al desarrollo de sus habilidades de pensamiento con las cuales aprenderá a usar la información, solucionar problemas y crear conocimiento.

### APLICACIONES PEDAGÓGICAS DEL JUEGO COOPERATIVO

Como "forma universal de comprensión a través del movimiento" (ACPEF, 2004) la educación física pretende un aprendizaje más comprensivo, autónomo e integrador de ahí que los propósitos en las clases han de ser 1) La formación física y 2) el desarrollo de habilidades intelectuales y sociales.

El juego se constituye como método práctico de enseñanza, es una forma que emplea el educador para guiar a los estudiantes en el proceso de adquisición de sus habilidades motrices. El docente debe conocer cómo va a enseñar, cuáles vías utilizará y de qué formas logrará la asimilación de los conocimientos en los niños (Watson, 2006).

Con los juegos cooperativos se desarrollan procesos de pensamiento básicos para ejecutar posteriormente acciones que respondan a los requerimientos de los deportes, son apropiados para que los alumnos se comprometan y responsabilicen con sus aprendizajes y con los de sus compañeros atendiendo a dinámicas de construcción colectivas.

*"Cuando diferentes grupos emulan entre sí juegos reglamentados, se ven ante la necesidad de concertar recíprocamente sus acciones comunes y observar de forma exacta las reglas del juego, de esta manera son educados excelentemente, bajo la influencia del juego, a desarrollar sentimientos sociales, y a la capacidad de someterse a normas estipuladas socialmente."* (Dobler, 1980).

El docente puede emplear los juegos cooperativos para llevar a cabo propósitos especiales en materia de formación y educación. Si logra identificar, por ejemplo, niños con dificultades posturales (tendencia a la lordosis) o apraxias muy marcadas, contribuiría a solucionarlas con ejercicios específicos y con la elección de juegos apropiados. Si algunos estudiantes demuestran baja participación o influencia negativa sobre el rendimiento general del curso, es posible estimular su atención y concentración dando preferencia a juegos que desarrollen en ellos la agilidad y velocidad de reacción.

La mayoría de los juegos cooperativos tienen un carácter competitivo. Aún los juegos aplicados en el preescolar portan la idea de competencia que se ejecuta bajo condiciones sencillas y dentro de los límites de las normas. Las adaptaciones motrices que el niño desarrolla al pasar de un juego nuevo a otro son de gran valor al exigirle un desempeño diferente. La incertidumbre de un juego más complejo exige al niño construir nuevas formas de pensamiento, aprende a reorganizarse con su equipo y potencialmente mejora su capacidad de adaptación.

Lo importante de la educación a través del juego cooperativo es que al exponer los niños a situaciones en las que puedan reconstruir y operar físicamente, generan respuestas y renovaciones en sus pensamientos. Es responsabilidad de los docentes de educación física proveerlos de las herramientas cognitivas para que logren enfrentar y solucionar problemas de movimiento.

## METODOLOGÍA DE LOS JUEGOS COOPERATIVOS

Como juego cooperativo se denomina a una idea determinada de juego capaz de convocar y desarrollar fuerzas físicas y cognitivas de un equipo en procura de un objetivo común, su principal característica es la asignación de funciones y acciones especializadas para que cada integrante pueda beneficiarse del aporte de sus compañeros y de los beneficios del trabajo en equipo. (Dobler, 1980).

Tienen por lo general un carácter competitivo y permiten hacer adaptaciones a sus normas para lograr determinados propósitos pedagógicos de acuerdo a las condiciones ofrecidas por los grupos, en algunos casos, los mismos jugadores escogen las reglas del juego.

La dinámica de un juego cooperativo está basada en reglas precisas, lo que permite aprenderlo con facilidad. Generalmente se puede jugar y repetir después de haber dado pocas explicaciones. El profesor debe asegurarse, antes de iniciar el juego, que se hayan entendido las normas, que estén las demarcaciones necesarias para que se garantice el control del juego y el uso de material variado y suficiente.

Al estructurar una clase con juegos cooperativos en grupos de preescolar, se debe considerar la curva fisiológica para el pulso de reposo regenerativo (Cortazal, 2006) en procura de controlar la intensidad del ejercicio. El diseño general de la actividad debe presentar en su fase inicial un ascenso paulatino de la intensidad seleccionando juegos que dispongan a los niños para el juego principal, donde se

alcanza un estado óptimo de desempeño en el organismo, luego descender lentamente en la fase final dando preferencia a las actividades que favorezcan la recuperación y la relajación. Al incluir condiciones difíciles y tareas especiales se ofrecen alternativas para incrementar la intensidad de los juegos.

Fc. Niño en reposo no entrenado	84 - 96 pulsaciones / minuto
Fc. De calentamiento para niños	110 – 120 pulsaciones / minuto

### ¿CÓMO SE ESCOGE UN JUEGO?

La selección de un juego se determina por las consideraciones pedagógicas que definen su carácter educativo y que propenden el cumplimiento de las metas propias del programa educativo.

El docente deberá preguntarse: ¿Cuál es el propósito del juego? ¿Qué objetivos educativos desea desarrollar? ¿De cuáles espacios y materiales dispone? ¿Qué características del grupo debe tener en cuenta? ¿Cuál es la fase de desarrollo de los niños? De las respuestas a los interrogantes anteriores partirá el maestro para determinar la esencia de cada juego, establecer su utilidad y la organización correspondiente.

Con los niños de edad preescolar se implementan juegos de fácil comprensión y ejecución, que sus exigencias no superen el grado de desarrollo de los niños, pero considerando también que, de acuerdo a este desarrollo, es posible modificar la práctica incluyendo algunas restricciones o adicionando reglas. Así, se incorporan de forma paulatina a los juegos cooperativos estrategias en donde los niños pongan a prueba sus habilidades físicas e intelectuales.

También se deberá considerar el número de alumnos. Si los grupos son numerosos se requieren juegos o variaciones de ellos que permitan la participación de la totalidad del grupo (por ejemplo juegos de relevos con varios corredores). Si se trabaja con grupos pequeños se escogerán juegos sencillos donde los jugadores no se fatiguen rápidamente.

También el nivel de rendimiento de los niños ejerce influencia en esta elección. Puede haber grupos con niños de igual edad que presentan diferencias notables en el desarrollo, esto implica escoger o modificar los juegos en tal forma que conserven siempre su propósito por medio de las respectivas adaptaciones de exigencia física.

### ORGANIZACIÓN DE LOS EQUIPOS

De acuerdo a la organización, utilidad y lo específico del juego, los equipos participantes pueden variar numéricamente o competir con igual número de integrantes. Para el caso de grupos grandes (40 estudiantes), se sugiere conformar 4 equipos entre 6 y 10 jugadores. El propósito es permitir una participación de alta intensidad a los jugadores.

Para conformar los equipos generalmente se aplica el procedimiento de enumeración, o permitir que los capitanes seleccionen a sus compañeros nombrando a los jugadores que integrarán su equipo. El profesor puede distribuir algunos jugadores para equilibrar las fuerzas.

El mayor número posible de niños deberá participar simultáneamente en el juego, por esto aquellos que no participen directamente en la actividad pueden asumir funciones de arbitraje como jueces, controladores de tiempo o ser distribuidos alrededor de la zona de juego para recuperar el material que sale del campo. Después de un tiempo determinado cambian los grupos.

### ELECCIÓN DE LOS ROLES EN EL EQUIPO

Los roles dentro del equipo pueden ser distribuidos por los jugadores o asignado por el profesor. Si los jugadores hacen esta asignación, por lo general escogerán a sus compañeros más destacados para liderar los equipos. Si es el maestro quien hace la organización, debe elegir a niños que sobresalgan por su desempeño físico y comportamiento.

También puede emplearse esta asignación de responsabilidades dentro del equipo como estrategia educativa para lograr objetivos especiales (integración, cambios de actitud). Así se les enseña a los niños a crear relaciones de confianza con los compañeros de equipo. A cada niño se le explica su responsabilidad dentro del grupo y las tareas a cumplir en el juego.

## ¿CÓMO ENSEÑAR UN JUEGO COOPERATIVO?

### ORGANIZACIÓN PREVIA

Antes de iniciar la explicación del un juego, el profesor debe asegurarse de que el grupo ha asumido una formación adecuada para recibir las instrucciones, pues es muy importante que todos los niños puedan escucharlo y verlo bien para evitar que la atención se desvíe.

Durante la explicación ningún jugador deberá estar al respaldo del profesor. Si el grupo forma en un círculo grande, el docente se situará entre los jugadores y durante el juego permanecerá fuera del círculo. En la formación de hileras se colocará frente a ellas. Mientras se realiza el juego se recomienda al profesor ubicarse en un lugar elevado desde el cual pueda observar el juego.

### DESARROLLO METODOLÓGICO

De acuerdo a Dobler (1980), la enseñanza del juego se rige bajo el principio del "aprender haciendo". Primero se menciona el nombre y se explica su propósito, cuando se haya entendido la generalidad del juego y éste haya transcurrido un poco, se introducirán paulatinamente, nuevas reglas y restricciones. No es conveniente dar a conocer en una sola explicación todas las normas, éstas se podrán distribuir durante el desarrollo normal del juego o en varias clases.

Ejemplo del desarrollo metodológico de un juego (Adaptado de Caicedo, 1990)

PRIMER MOMENTO.

Anuncio del juego: "Hoy jugaremos a deportistas y perezosos"

Explicación del juego: "Un jugador es el deportista y todos los demás son los perezosos. El deportista recibirá un balón e intentará acertar sus lanzamientos sobre los perezosos. Quien sea tocado por el balón deberá ubicarse en la zona neutra. El último perezoso en juego será el ganador y pasará a ser deportista.

Transcurso del juego: Después de asignar al deportista, comienza el juego que se repetirá varias veces hasta que todos los alumnos lo comprendan y dominen su dinámica en la práctica. Solo después se introducen nuevas reglas al juego.

SEGUNDO MOMENTO.

Explicación de otras reglas del juego: "Los perezosos sólo podrán correr dentro del área marcada, el que sobrepase los límites pasará en la zona neutra." "Al deportista se le permitirá correr con el balón en la mano."

TERCER MOMENTO.

Después de la forma básica del juego, se podrán introducir otras reglas: "El deportista puede hacer varios rebotes del balón antes de un lanzamiento." Es conveniente que el maestro participe en algunos momentos del juego al introducir una norma con el propósito de dar pautas e instrucciones a los niños, pero nunca debe intervenir en forma decisiva.

## MODIFICACIONES Y REPETICIONES DE LOS JUEGOS

Se harán las modificaciones de acuerdo con una intención formativa, a las condiciones de infraestructura o necesidades del grupo. Se debe evitar que en una sola clase se realicen varios juegos o que se pase de uno a otro demasiado rápido. La saturación de actividades y los cambios inapropiados reducen las posibilidades de mejorar las capacidades psicomotrices que requieren de la participación continua y sistemática.

Es importante aprovechar el potencial creativo de los niños escuchando sus propuestas y encausándolas si es necesario hacia los propósitos programados, pero siempre permitiendo que los alumnos intervengan en la reorganización.

## COLECCIÓN DE JUEGOS COOPERATIVOS

A continuación se presenta una selección de juegos cooperativos para ser implementados en los grados preescolar y primero. En la propuesta se establecen los elementos psicomotrices y capacidades físicas coordinativas que son desarrollados, la descripción metodológica para cada actividad, variaciones didácticas y la progresión de los juegos para ser realizados en consideración a los objetivos del programa de educación física.

### FORMAS JUGADAS CON BALÓN

Influencia para el desarrollo del esquema corporal, regulación de movimientos, adaptación a cambios motrices, anticipación, reacción, habilidades básicas de movimiento, agilidad, percepción de distancias y velocidades.

#### VOLLEYBALL COOPERATIVO

**MATERIALES:** Cancha, malla, postes y balón de mini – voleibol.

**ORGANIZACIÓN:** Equipos de hasta 10 jugadores.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** El juego consiste en pasar el balón de un campo al otro lanzándolo sobre una malla de tal forma que sea difícil atraparlo para el equipo contrario y el balón caiga al suelo.

**VARIACIONES:** Realizar pases entre compañeros antes de intentar un lanzamiento. Jugar con 2 balones.

**OBSERVACIONES:** Conviene organizar a los jugadores para que no corran todos detrás del balón en el intento de atraparlo y desarrollar la comprensión por la búsqueda de posición en el juego.

#### BALÓN RODADO

**MATERIALES:** 4 pelotas de diferente color, 4 porterías.

**ORGANIZACIÓN:** 4 equipos de 5 jugadores. A cada equipo le corresponde una pelota.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** el juego comienza con los cuatro equipos organizados en la cancha. Cada equipo intenta introducir la pelota que le corresponde en las porterías contrarias usando las manos para rodarla, lanzarla a la altura de la rodilla o golpearla y evitar que los otros equipo anoten puntos en la suya.

**VARIACIONES:** Reducir la cantidad de pelotas en juego. No tener en cuenta el color de la pelota.

**OBSERVACIONES:** Se pueden realizar relevos de equipos por cada anotación.

#### MINI BASQUET COOPERATIVO

**MATERIALES:** 1 balón de mini voleibol, 1 aro ubicado a 1.50 m del suelo.

**ORGANIZACIÓN:** 2 equipos de 5 jugadores. Uno a la ofensiva y otro a la defensiva.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** Consiste en introducir la pelota en el aro el mayor número de veces. Los jugadores pueden rodar el balón, rebotarlo o pasarlo. Los lanzamientos se pueden realizar desde cualquier punto del campo.

**VARIACIONES:** Hacer relevos del equipo a la defensiva cada 2 puntos.

**OBSERVACIONES:** Pueden jugar 4 equipos simultáneamente (20 niños) distribuidos en las 2 mitades de la cancha.

#### MINI HANDBALL

**MATERIALES:** 1 pelota plástica, 2 porterías de banquitas.

**ORGANIZACIÓN:** 2 equipos de 10 jugadores. Cada equipo distribuye funciones para el juego: portero, defensas, delanteros.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** El juego consiste en introducir la pelota en la portería del contrario el mayor número de veces. Los jugadores pueden desplazarse por toda la zona de juego para recibir o interceptar un pase. Una vez tengan posesión de la pelota pueden realizar máximo un paso antes de lanzarla o pasarla a otro compañero.

**VARIACIONES:** Condicionar el número de pases a máximo 10 entre jugadores de un equipo antes de intentar un lanzamiento a la portería. Si se exceden entregarán el balón a un jugador contrario.

**OBSERVACIONES:** No estará permitido tomar la pelota directamente de las manos de un jugador, la recuperación de esta será por la interceptación de los pases o cuando la pelota ruede.

#### LAUNCHBALL

**MATERIALES:** Cancha y postes de voleibol, 1 cuerda de 10 metros, 1 pelota plástica pequeña.

**ORGANIZACIÓN:** 2 equipos de 12 participantes.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** Ubicados en su respectivo campo, los jugadores intentarán rodar o lanzar la pelota por debajo de la cuerda para sacarla por la línea final de la zona de juego del equipo contrario, quienes deberán interceptarla antes que esta sobrepase la línea. No se permite sostener la pelota más de 3 segundos, de ser así se entregará al equipo contrario.

**VARIACIONES:** Hacer varios pases entre los jugadores de un equipo antes de intentar el lanzamiento. Ubicar dos jugadores en las líneas finales para que el punto sea válido cuando estos reciban la pelota enviada por su equipo. Incluir más pelotas en el juego.

#### PROGRESIÓN: DERRIBAR LOS CONOS EN DOS CAMPOS

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** En cada mitad de la cancha se ubican los equipos y sobre las líneas finales 10 conos que deben proteger. Los jugadores intentarán derribar los conos del equipo contrario con lanzamientos de la pelota, quienes tratarán de impedirlo interceptando los lanzamientos.

**OBSERVACIONES:** En el -launchball- los niños aprenden a ser precisos en el cálculo de distancias y a estimar la fuerza necesaria para desarrollar un lanzamiento apropiado.

#### DODGEBALL (PONCHADOS)

**MATERIALES:** 1 pelota suave.

**UBICACIÓN:** Cancha polideportiva (demarcadas las líneas de voleibol y baloncesto)

**ORGANIZACIÓN:** 2 equipos de 10 jugadores enfrentados y ubicados cada uno en la mitad de la cancha de voleibol.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** El juego consiste en lanzar la pelota y eliminar jugadores del equipo contrario. La forma de hacerlo es tocando jugadores con la pelota o hacerlos salir de la zona de juego. Una vez eliminado el jugador pasará a la zona neutra (fuera de la cancha de baloncesto) donde podrá seguir intentando dejar fuera al equipo contrario.

**OBSERVACIONES:** Un jugador puede coger la pelota del suelo o intentar atraparla de un lanzamiento directo sin dejarla caer, de lo contrario se considera eliminado.



---

## PELOTA DE CARRERA

**MATERIALES:** 1 pelota plástica pequeña, 2 conos.

**ORGANIZACIÓN:** 1 equipo defensivo y 1 de lanzamiento.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** El equipo defensivo se distribuye por el área de juego e intenta atrapar la pelota lanzada por un jugador del equipo contrario y regresarla a la zona de base (cono 1). En esta zona, el primer participante del equipo contrario lanza la pelota y corre hacia la señal (cono 2) ubicada a 20 m. adelante, luego regresa lo más rápidamente posible a su base. Si lo logra antes que el equipo defensivo haya regresado la pelota, consigue un punto para su grupo. Cuando todos los jugadores hayan realizado un lanzamiento cambian de posición los equipos.

**OBSERVACIONES:** Al regresar la pelota a la zona base, el profesor hace una señal para detener la carrera del jugador

---

## PROGRESIÓN: PELOTA QUEMADA (MINI SOFTBALL)

**MATERIALES:** 1 pelota plástica pequeña, 5 cono, 1 aro.

**ORGANIZACIÓN:** 1 equipo defensivo y 1 de lanzamiento, área de 12 m. x 12 m. con 1 cono en cada esquina. Zona de "home" señalada con 1 aro ubicado 1 m. delante de la zona de base (cono)

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** El primer jugador del equipo lanzador, después de haber realizado un lanzamiento lo más lejos posible, corre alrededor del área de forma continua (de un cono a otro). El equipo defensivo intenta atrapar la pelota y enviarla al jugador de "home" quien detiene la carrera gritando ¡stop! (o el profesor hace una señal con el pito). Si el lanzador se encuentra en ese momento corriendo entre dos conos queda eliminado, pero si espera la señal sobre un cono, permanece en el juego con una nueva oportunidad de correr durante el lanzamiento del siguiente compañero.

**OBSERVACIONES:** Son muy importantes las consideraciones de desempeño que deben encontrar los propios jugadores como la distribución entre buenos corredores y lanzadores.

## FITNESS PREESCOLAR

Ejercicios de velocidad, fuerza, flexibilidad y resistencia en los cuales la carrera se constituye en el elemento motriz determinante para el desarrollo de la condición física general, mientras que la manipulación de objetos se realiza para dificultar la tarea.

Influencia para el desarrollo del ritmo, coordinación, memoria, esquema corporal, regulación de movimientos, adaptación a cambios motrices, orientación, reacción, agilidad, representación, bilateralidad, habilidades básicas de movimiento.

---

## RELEVOS DE TRANSPORTACIÓN

**MATERIALES:** 20 balones de varios tamaños.

**ORGANIZACIÓN:** Equipos de 5 participantes.

**DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES:**

- Dos jugadores de un equipo llevan a un tercero, cargándolo a través de un trayecto y se lo entregan al próximo par de compañeros.
- Realizar un recorrido llevando el mayor número de balones (entre las piernas y debajo de los brazos) al regresar se hace entrega del material al siguiente compañero.
- Se lleva un balón de gimnasia en los brazos y una pelota pequeña se impulsa con los pies. Al regresar se entrega el material al siguiente compañero.
- Se conducen con los pies y con las manos la mayor cantidad de balones en forma simultánea.

**VARIACIONES:** Después de los recorridos individuales, pueden realizarse con la participación de 2 jugadores o todo el equipo.

---

## CARRERAS POR NÚMEROS CONJUGADORES INDIVIDUALES

**ORGANIZACIÓN:** Equipos de 5 participantes.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** El profesor organiza los equipos en hileras frente a una zona de competencia (10 m.) Cada equipo se enumera y los jugadores memorizan el correspondiente número, luego, el profesor grita el número y los respectivos jugadores de cada grupo compiten entre sí corriendo sobre el trayecto.

**VARIACIONES:** Se puede modificar la formación de salida (parejas en hileras dobles, filas, círculos), la forma del desplazamiento (lateral, saltos simultáneos), extender o incluir obstáculos en el trayecto.

---

## ROBACOLAS

**MATERIALES:** Lazos individuales.

**ORGANIZACIÓN:** Se organizan 2 equipos. Cada jugador se coloca el lazo en el resorte del pantalón en forma de "cola".

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** Dentro de una zona delimitada los equipos deberán recoger la mayor cantidad de "colas" en el menor tiempo posible. Quien pierda la "cola" queda eliminado, pero si un compañero logra recuperarla se la puede devolver para reintegrarlo al juego.

**OBSERVACIONES:** Muchos juegos de persecución exigen prestar atención a la seguridad de los niños durante los desplazamientos, de allí la importancia que tiene el enseñar la forma correcta de carrera y hacer un trabajo preventivo de preparación.

---

## SALTOS CON LAZO

**MATERIALES:** Lazos individuales.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** Por parejas o grupos realizan ejercicios de habilidad de salto con lazo a partir de secuencias básicas: saltos con apoyo simultáneo de los pies, saltos con apoyo alterno de los pies, saltos con desplazamientos en carrera.

**VARIACIONES:** Salto de 2 personas dentro de una cuerda individual.

---

## JUEGO DE RESCATE

**UBICACIÓN:** Cancha polideportiva (demarcadas las líneas de voleibol y baloncesto).

**ORGANIZACIÓN:** 1 equipo de vigilantes y 1 de rescatadores y rescatados.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** El objetivo del grupo de rescatadores, quienes se ubican en la zona externa de la cancha de baloncesto, es liberar con un abrazo y gritando "rescate" a sus compañeros (rescatados) del área interna de la cancha de voleibol quienes están protegidos por el grupo de vigilantes situados en la zona media (ente las líneas de baloncesto y voleibol).

**REGLAS DEL JUEGO:** Ningún jugador puede exceder las líneas que delimitan su espacio excepto los rescatadores. Si un rescatador es tocado por un vigilante en el intento de liberar a sus compañeros, pasará a la zona interna del juego y deberá ser liberado nuevamente. Un jugador liberado se convierte en rescatador. Ganará el equipo que al final del juego logre hacer el mayor número de rescates en el tiempo establecido.

**VARIACIONES:** Se elimina del juego al rescatador tocado por un vigilante.

## EJERCICIOS DE LATERALIDAD Y ORIENTACIÓN.

Diseñados para que el niño logre diferenciar entre derecha e izquierda en sus segmentos corporales, en otras persona (lateralidad cruzada si se encuentra de frente) y en objetos.

---

## BÚSQUEDA DE PUESTOS

**MATERIALES:** 10 aros, 20 pañuelos.

**ORGANIZACIÓN:** Equipos de 5 participantes: 2 jugadores vendados y 3 orientadores.

**DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:** Todos los jugadores vendados se sientan en la línea de salida. 12 m. adelante hay varios aros a los cuales deberán llegar con la ayuda de sus compañeros orientadores. Gana punto el equipo que primero logre sentar a sus 2 compañeros dentro de los aros.



¡Eh! ¡Eh! ¡Eh! Palo bonito palo ¡Eh!

VARIANTE. Cada grupo diseña una coreografía de movimientos. Se evalúa la coordinación general.

### LOS DÍAS DE LA SEMANA

ORGANIZACIÓN: Formación en círculo.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: El profesor enseña el estribillo y demuestra algunas tareas para realizar durante la semana. Luego por turnos cada niño propone una actividad nombrándola y representándola con una acción motriz.

"Lunes antes de almorzar, a una niña fui a buscar,

Ella no podía jugar, porque tenía que lavar.

Así lavaba, así, así.

Así lavaba, así, así.

Así lavaba, así, así.

Así lavaba que yo la ví.

Martes antes de almorzar, a una niña fui a buscar,

Ella no podía jugar, porque tenía que..." (Cada niño nombra e indica la imitación de la actividad realizada ese día: bailar, saltar.)

### VALORACIÓN DEL RENDIMIENTO EN LOS JUEGOS COOPERATIVOS

Para comprobar el cumplimiento de los propósitos educativos que los juegos cooperativos tienen en la educación física preescolar, se requiere un periodo de práctica suficiente para observar y evaluar de forma correcta el desempeño individual. Pueden considerarse los siguientes criterios:

- Habilidad en las formas básicas de movimiento. Capacidad de reaccionar con rapidez.
- Capacidad para manipular objetos con precisión. Capacidad de adaptación motriz.
- Comportamiento social, participación en el juego, actitud y compromiso con el equipo.
- Capacidad intelectual: Que la dinámica y las normas del juego se comprendan o se olviden.
- Conducta inteligente para solucionar problemas motrices (táctica)

Así es posible verificar tanto el cumplimiento de objetivos formativos individuales y colectivos como la pertinencia en la selección de los juegos.

### BIBLIOGRAFÍA

ACPEF. Congreso de Educación Física IV Distrital y VII Departamental de Cundinamarca. "Nueva visión de la educación física", 2004. Asociación colombiana de profesores de educación física. Bogotá.

CAICEDO, Célico. *Juegos y diversiones*, 1990. Biblioteca del campesino.

CORTAZAL, René. *Memorias del curso "Teoría y metodología de la educación física con énfasis en atletismo"*, 2006. Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo. Ciudad de La Habana, Cuba.

*DOBLER, H. Juegos menores, 1980. Ciudad de La Habana, Cuba.*

*MUÑOZ, V. La expresión corporal, 1986. Barcelona, España.*

*WATSON, Herminia. Memorias del curso "Tendencias educativas en la esfera motriz del desarrollo" 2006. Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo. Ciudad de La Habana, Cuba.*