

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Importancia de la educación física en la etapa preescolar

Trabajo académico:

Para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física

Autor:

Segundo Rolando Gómez Cachique

Juanjui – Perú

2022

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Importancia de la educación física en la etapa preescolar

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Oswaldo Alburqueque Silva (presidente)

.....

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Secretario)

.....

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Vocal)

.....

Juanjui – Perú

2022

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Importancia de la educación física en la etapa preescolar

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y
forma.

Segundo Rolando Gómez Cachique (Autor)

Dra. Fabrizia del Aguila Allain De Rojas (Asesora)

Juanjui – Perú

2022



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Plataforma virtual, a los treinta y uno días del mes de julio del año dos mil veintidós, se reunieron sincrónicamente a través de Google meet, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, a los coordinadores del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes el Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva, el Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo, y un representante del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, el Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *Importancia de la educación física en la etapa preescolar*, para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física al señor(a). **GÓMEZ CACHIQUÉ SEGUNDO ROLANDO**

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de **16**.

Por tanto, **GÓMEZ CACHIQUÉ SEGUNDO ROLANDO**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el Título de Segunda Especialidad profesional en Educación Física.

Siendo las trece horas con treinta minutos el presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.

Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
Presidente del Jurado
DNI: 25772336

Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Secretario del Jurado
DNI: 00230120

Dr. Andy Kid Figueroa Cárdena
Vocal del Jurado
DNI: 43852105

Importancia de la educación física en la etapa preescolar

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	12%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	7%
3	docplayer.es Fuente de Internet	2%
4	repository.unimilitar.edu.co Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Nacional de Tumbes Trabajo del estudiante	1%
6	Submitted to Universidad Privada San Pedro Trabajo del estudiante	1%
7	prezi.com Fuente de Internet	<1%
8	repositorio.unan.edu.ni Fuente de Internet	<1%
9	sector2federal.files.wordpress.com Fuente de Internet	

<1 %

10

www.scribd.com

Fuente de Internet

<1 %

11

Submitted to Universidad Catolica De Cuenca

Trabajo del estudiante

<1 %

12

parkourjohe.blogspot.com

Fuente de Internet

<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Dra. Fabrizia del Aguila Allain de Rojas
Asesora.

DEDICATORIA

Dedico a Dios, por sus bendiciones para hacer realidad mis objetivos trazados, de terminar mi investigación.

A mi familia, que es el motor de mi existir y las ganas de seguir superándome, ya que gracias a su apoyo logré la culminación de mi monografía.

A mis maestros de la Universidad de Tumbes, que me orientaron con su profesionalismo en hacer realidad este trabajo monográfico.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	7
RESUMEN.....	10
ABSTRACT	11
INTRODUCCIÓN.....	12
ANTECEDENTES	14
1.1 Antecedentes internacionales.....	14
1.2 Antecedentes nacionales	14
LA EDUCACIÓN FÍSICA.....	16
2.1. Concepto de Educación Física.....	16
2.2. Importancia de la Educación Física	17
2.3. Propósito de la Educación Física	18
2.4. Ámbitos de intervención del docente en la Educación Física	19
2.4.1. Corporeidad-motricidad base del aprendizaje en el preescolar	19
2.4.2. Valores para la convivencia social	20
2.4.3. La salud como forma de vida	20
2.5. ¿Cuál es el sentido formativo de enseñar Educación Física a los niños desde la primera infancia?.....	21
LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA PREESCOLAR	23
3.1. La Educación Física Preescolar	23

3.2.	Objetivos de la Educación Física en el Nivel Preescolar.....	25
3.3.	Beneficios de la Educación Física en el Nivel Preescolar	26
3.4.	La actividad física en el preescolar	27
4.	LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA PREESCOLAR	29
4.1.	La psicomotricidad	29
4.2.	El área Psicomotriz	31
4.2.1.	Competencia: “Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad” 32	
4.2.2.	Estándar de aprendizaje de la competencia: “Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad”	33
4.2.3.	Condiciones que favorecen el desarrollo de la competencia relacionada con el área de psicomotriz	33
	CONCLUSIONES.....	36
	RECOMENDACIONES	37
	REFERENCIAS CITADAS.....	38
	ANEXOS.....	42

RESUMEN

Este estudio monográfico se centra en dar a conocer la importancia de la Educación Física en la etapa Preescolar, ya que estos niños son el pilar fundamental de inicio en el logro de la formación integral. De esta forma, se presenta aspectos teóricos científicos de la educación física, de la Educación Física en el nivel Preescolar y de la psicomotricidad y del área de Psicomotriz como parte de la Educación física; la cual, servirá como material didáctico para el docente del nivel.

En conclusión, dar importancia a la Educación Física preescolar, permitirá desarrollar elementos básicos de lectoescritura, matemática e, incrementará la adquisición de conocimientos, confianza, seguridad, valores e interacción con niños coetáneos.

Palabras Claves: Educación, Educación Física preescolar, psicomotricidad

ABSTRACT

This monographic study focuses on publicizing the importance of Physical Education in the Preschool stage, since these children are the fundamental pillar of the beginning in the achievement of comprehensive training. In this way, scientific theoretical aspects of physical education, Physical Education at the Preschool level and psychomotricity and the Psychomotor area are presented as part of Physical Education; which will serve as teaching material for the teacher of the level.

In conclusion, giving importance to preschool Physical Education will allow the development of basic elements of literacy, mathematics and will increase the acquisition of knowledge, confidence, security, values and interaction with peer children.

Keywords: Education, preschool Physical Education, psychomotricity

INTRODUCCIÓN

La educación preescolar es una etapa muy importante del proceso de la educación. Este periodo que tiene su espacio desde los 3 a los 6 años aproximadamente, necesita del cuerpo para actuar y relacionarse con su ambiente. Lo que indica, que el niño se desarrolla a través de la dimensión Psicomotriz, es decir, el cuerpo, las emociones y los pensamientos interactúan cada vez que acciona una persona.

Por lo mismo, el preescolar aprende y adquiere experiencias por medio del movimiento, las exploraciones, los juegos, las relaciones sociales con sus pares y su entorno. De igual forma, acrecienta elementos psicomotores básicos para la lectoescritura y la matemática. Es decir, la educación física en el nivel preescolar quepa relevancia.

Para concretizar este trabajo de investigación, se hizo la revisión de varias fuentes de información como: libros, revistas científicas, páginas webs, tesis, que se consideraron para poder conocer aspectos teóricos de la Educación Física y su implicancia en la etapa preescolar.

Este trabajo se justifica, ya que la psicomotricidad como parte de la Educación Física es de suma importancia trabajar para incrementar la adquisición de conocimientos, confianza, seguridad, valores e interacción con niños de su edad. Asimismo, servirá ce material de revisión para empezar a trabajar con fuerza la educación Física en la etapa en mención.

Para un mayor entendimiento del presente estudio, se plantean los siguientes objetivos:

Objetivo General:

- “Conocer la importancia de la Educación Física en la etapa Preescolar”.

Objetivos específicos:

- Conocer aspectos teóricos relevantes de la Educación Física.

- Reconocer la importancia de la Educación Física en el nivel Preescolar.
- Identificar la importancia de la Psicomotricidad y el área psicomotriz en el preescolar.

Asimismo, el presente trabajo de investigación se desarrolla de la siguiente manera:

El capítulo I: Aquí, se muestra los antecedentes del estudio.

El capítulo II: Contiene los aspectos teóricos relevantes de la Educación Física.

El capítulo III: Presenta el desarrollo de la Educación Física en el nivel Preescolar.

El capítulo IV: Muestra el valor de la Psicomotricidad y el área Psicomotriz en el Preescolar.

CAPÍTULO I

ANTECEDENTES

1.1 Antecedentes internacionales

Ríos (2005) en su trabajo monográfico titulado: “Importancia de la Educación Física en Preescolar” para optar su Licenciatura, cuyo objetivo es dar a Conocer la importancia de la Educación física en el Nivel Preescolar, concluye que la investigación realizada ayuda a valorar a la Educación Física desde Inicio de la Educación Básica Regular, ya que la psicomotricidad es un elemento influyente en el desarrollo integral de infante.

Cipagauta (2014), en su Proyecto de Investigación titulado: “La importancia de la Educación Física en edades tempranas en el contexto escolar”. Cuyo objetivo es reconocer que la Educación Física es primordial para estas edades tempranas. Concluye que, al dar importancia a la Educación Física en la vida del preescolar, tendremos un pilar fundamental en el aprendizaje del niño, porque el niño a través del juego y actividad física, genera experiencias significativas que siempre perduraran. De igual forma, la psicomotricidad genera por medio de la actividad corporal, la capacidad de interacción del sujeto con el entorno.

1.2 Antecedentes nacionales

Delgado, Z. (2020), en su trabajo académico de Segunda Especialidad, titulada: “Las actividades físicas en los niños de 5 años del nivel inicial, cuyo objetivo es “Reconocer la importancia de las actividades físicas en los niños del nivel Inicial”. Concluye que, las actividades físicas son muy importantes en el desarrollo de los niños

del nivel inicial, puesto que, con ello, no solo se tiene una buena percepción del cuerpo, sino, además, es la base para el desarrollo de su área cognitiva – intelectual y emocional. Asimismo, aduce que los beneficios y aspectos positivos de las actividades físicas inciden favorablemente en los aspectos de la salud, la esfera cognitiva, el desarrollo armónico de la estructura corporal, la socialización, la esfera emocional y el aspecto espiritual, lo que nos hace tener una mayor calidad y esperanza de vida en el futuro.

Arévalo, H. et al (2014). En su guía de promoción de actividades físicas titulada: “Ampliación de Oportunidades de Actividad Física para los Niños y Niñas de la Primera Infancia”. Cuyo objetivo es dar a conocer la importancia de la actividad física en la primera infancia. Concluye que, si consideramos trabajar la actividad física en la primera infancia, llevará al niño o niña a tener hábitos y estilos de vida saludable.

CAPÍTULO II

LA EDUCACIÓN FÍSICA

2.1. Concepto de Educación Física

Nuño (2017) indica que: “La Educación Física es una forma de intervención pedagógica que contribuye a la formación integral de niñas, niños y adolescentes al desarrollar su motricidad e integrar su corporeidad. Para lograrlo, motiva la realización de diversas acciones motrices, en un proceso dinámico y reflexivo, a partir de estrategias didácticas que se derivan del juego motor, como la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo, entre otras”. (p. 329)

Es decir, para realizar educación física tiene que haber la orientación de un guía, tanto como modelo y aporte teórico para el logro de un desarrollo del cuerpo, las emociones y el pensamiento.

Según Blázquez (2002) afirma que: “Todo el aspecto corporal del ser humano, así como el desarrollo y perfeccionamiento de sus cualidades naturales, influyendo con ello de forma activa el medio ambiente teniendo como resultado el desarrollo integral, así como formación general del individuo desde el momento que se le proporciona estimulación cognoscitiva, afectiva y motriz, permitiéndole la adquisición de habilidades, actitudes y hábitos para coadyuvar a su desarrollo armónico mediante actividades acorde a sus necesidades e intereses en las diferentes etapas de la Vida”. (p.189).

Por lo que, el desarrollo corporal y su perfeccionamiento permiten crear una estimulación cognitiva, afectiva y motriz y llevar una armonía en la adquisición de habilidades, actitudes acordes a la etapa trabajo de la educación física.

Según Lujambio et al. (2010) afirma que:

“La educación física es una disciplina pedagógica que promueve el desarrollo del individuo por medio de la práctica de la actividad física. Brinda al niño un desarrollo motor adecuado a su capacidad, interés y necesidades de movimiento corporal. De esta manera, logra estimular y desarrollar habilidades, hábitos y actitudes que se manifiestan en un mejor desempeño en el ámbito escolar, familiar y dentro de su comunidad”. (p. 56)

En lo referido, si deseamos que el niño cultive gusto por la educación física, debemos ejercitar el cuerpo desde muy temprana edad. Asimismo, su práctica paulatina lleva a cada individuo a tener movilidad creativa y una manifestación majestuosa del cuerpo en un nivel superior.

2.2.Importancia de la Educación Física

Según Durán (2018), afirma que:

“Los beneficios psicológicos y sociales de salud atribuidos a la actividad física y en su mayor parte a deportes de equipo contribuyen a una mejoría en la autoestima y disminución de síntomas depresivos; no solo en niños de los que estamos referenciando continuamente, sino de ciudadanos de toda clase de edades; estos tampoco están exentos de mejorar su salud y calidad de vida al practicar actividad física, pero sin olvidar que esta primera afirmación y relacionándolo con deporte grupal o social proyecta unas tasas de incremento en las habilidades sociales, influyendo por tanto en gran parte a nivel psicológico de la persona que lo realiza”. (p. 2)

Es decir, la educación física a través de la actividad colectiva como el deporte, contribuye a la maduración psicológica y salud social, la mejoría de la autoestima, la disminución de la depresión y habilidades de relación social.

Merino, B. et al (2018) asevera que: “Es en la etapa de infantil y primeros años de primaria donde se desarrollan y asientan las bases para desarrollar la competencia psicomotriz a través de las denominadas Habilidades Motrices Básicas: correr, saltar, girar, lanzar, patear, trepar, etc. La infancia es un periodo clave para el adecuado desarrollo de estas habilidades. Aquellos niños y niñas que no dispongan de las oportunidades necesarias para practicarlas y adquirirlas en nivel adecuado pueden ver limitadas sus oportunidades para participar en actividades físicas, al no tener desarrolladas las bases necesarias para ser activos. Además, el aprendizaje y dominio de las habilidades motrices básicas no solo contribuye al desarrollo físico sino también al cognitivo y social de los niños y niñas y está pensado para proporcionar las bases para una vida activa”. (p. 11)

En sí, la etapa preescolar, es el pilar fundamental para desarrollar la competencia psicomotriz; es decir, es la oportunidad para que el niño en esta edad pueda obtener ilimitado gusto por la actividad física.

2.3. Propósito de la Educación Física

Un aspecto muy importante que se debe considerar para trabajar la educación física en el preescolar, es su propósito. Así Lujambio et al. (2010a), considera “los propósitos generales de la Educación Física:

- Mejorar la capacidad coordinativa.
- Estimular, desarrollar y conservar la condición física.

- Propiciar la manifestación de habilidades motrices.
- Propiciar en el niño confianza y seguridad.
- Adquirir hábitos.
- Fomentar actitudes positivas.
- Fomentar actitudes sociales.
- Fortalecer la identidad nacional”. (p. 56)

Es decir, si sabemos el fin correcto del trabajo de la Educación Física, el niño o niña preescolar desarrollará su capacidad motriz, tendrá confianza y seguridad, acciones positivas, interacción e identidad.

2.4. Ámbitos de intervención del docente en la Educación Física

Secretaría de Educación Pública de México (2016) asevera que: “La educación física delimita su actuación pedagógica en el jardín a través de tres grandes ámbitos de intervención: corporeidad-motricidad base del aprendizaje en el preescolar, valores para la convivencia social y la salud como forma de vida. En la propia delimitación de cada uno de ellos, el docente debe considerar que al orientar en la Educación Preescolar una visión diferente de la educación física, el centro de la acción educativa es el niño que se mueve y no el movimiento como requisito de validación de habilidades motrices.

2.4.1. Corporeidad-motricidad base del aprendizaje en el preescolar

Entendemos que corporeidad y motricidad constituyen una relación interdependiente, vinculadas de manera ineludible y que se entienden como la suma de actos inteligentes que conllevan a un fin determinado. Orientados fundamentalmente hacia la significación social del movimiento, desde las condiciones intrínsecas del niño,

sus deseos, motivaciones y representaciones de su realidad que construye para sí, y como tercer criterio, desde las condiciones extrínsecas, representadas por los contextos, espacios y los tiempos en los que se desarrolla su práctica motriz.

2.4.2. *Valores para la convivencia social*

Este segundo ámbito de intervención promueve la enseñanza y práctica de los valores como forma básica de convivencia en el entorno escolar, en donde entendemos un valor como aquella cualidad que poseen algunas realidades sociales, llamadas bienes, por ello son valiosos desde la perspectiva de su promoción y enseñanza. Su enseñanza desde los primeros años de vida escolarizada es muy importante en la construcción de la personalidad del niño. No olvidar que los valores al ser un aspecto central para el desarrollo de las facultades, son efectivas de todo individuo, le dan sentido a toda acción humana y permiten asumir una actitud ética ante la vida.

2.4.3. *La salud como forma de vida*

Desde los primeros años del niño, la creación de hábitos de vida le permitirá en la conformación de su personalidad, incorporar actividades que por su propia forma de realizarse se convertirán en medios preventivos para una mejor calidad de vida y sobre todo de concebirse como sujetos sanos en todos los sentidos. La salud es mucho más que la ausencia de enfermedad, la entendemos como un estilo de vida, en donde se priorice dentro de sus potencialidades, vivir de un modo adecuado a su edad y su contexto social". (pp. 7-10)

El docente, como parte de su intervención estratégica en la Educación física, si desea lograr el desarrollo psicomotriz, debe trabajar la corporeidad-motricidad como base del aprendizaje en el preescolar, los valores para la convivencia social y la salud como

forma de vida. Entonces, se logrará que el niño o niña obtenga práctica motriz, el desarrollo de valores y un estilo de vida saludable.

2.5.¿Cuál es el sentido formativo de enseñar Educación Física a los niños desde la primera infancia?

Renzi, (2009). Afirma que: “La Educación Física favorece el desarrollo de las capacidades corporales y motrices de los niños desde edades tempranas, a través de la enseñanza de sus contenidos específicos: los saberes corporales, lúdicos y motores. El desarrollo de estas capacidades posibilita a los niños la adquisición de nuevas habilidades motrices, y ambas (capacidades y habilidades) propician el logro de la competencia motriz”. (pp. 2-3)

Si empezamos a trabajar la actividad motriz en la edad preescolar, tendrán desarrollado capacidades corporales y motrices que le darán sentimientos competitivos de poder, para resolver y salir airosos de situaciones o actividades que se le propone y que aparecen en su contexto.

Asimismo, Renzi (2009a), manifiesta que:“En la primera infancia, los niños aprenden a ser competentes motrizmente cuando aprenden a interpretar mejor las situaciones que reclaman una actuación motriz eficaz y cuando desarrollan los recursos necesarios para responder de forma ajustada a las demandas de la situación. Esto supone el desarrollo de un sentimiento de competencia para actuar, un ‘yo puedo’, acompañado de un sentirse confiados de poder salir airosos de las situaciones - problema planteadas, y manifestar la alegría de ser capaces de causar transformaciones en su medio”. (p.3)

Por otra parte, Gómez R. H. (2002), prefiere utilizar “el término competencia psicosociomotriz como condición de que se considere la conducta motriz en su sentido

amplio, con componentes intrínsecos (afectividad, cognición, percepción) y extrínsecos (movimientos, posturas) en relación dialéctica e indisoluble”. (p. 103)

Otra forma de lograr la competencia psicomotriz es trabajar insertando conceptos, procedimientos y actitudes en el niño o niña para desarrollar el valor verdadero de la competencia psicomotriz.

CAPÍTULO III

LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA PREESCOLAR

3.1.La Educación Física Preescolar

Según Jiménez, J. y Araya, G. (2010), afirman que “Las lecciones de Educación Física deben ser planeadas para cumplir objetivos físicos, cognitivos y socio-afectivos. En la etapa preescolar y escolar los objetivos físicos deben estar acorde con las necesidades de patrones básicos de movimiento según la edad”. (p. 2)

Para cumplir con los objetivos que planificamos, debemos conocer los cambios del comportamiento motor en el preescolar. Esto, llevará a presentar condiciones necesarias para un buen desarrollo motor y la clase de actividad física sea de interés.

Para Campo, L. A. (2010) aduce que “la edad motora equivalente en niños de preescolar, con una adquisición motora esperada para su edad presentan, en mayor medida un igual desarrollo cognitivo y lenguaje acorde a su edad”. (p. 3). Es decir, el trabajo de la educación física en la etapa preescolar debe ser con lenguaje y actividad física propias y planificadas para su edad.

Para La Secretaría de Educación Básica (2009) asevera que:

“La educación física se caracteriza por realizar una intervención puntual sobre el cuerpo del niño y sus posibilidades de movimiento, es una educación del cuerpo, por eso tiene a la realidad corporal como elemento central de su acción educativa, aquella es una realidad que está viva y se mueve permitiéndole interactuar con otra corporeidad, para llevarla a cabo el movimiento o la motricidad juega un papel definitivo, es la base para la

determinación del hombre, en ella el hombre se revela y materializa, asumiendo un valor de apertura, de apropiación y ejecución, que actúa para darle sentido de la vida del niño preescolar”. (p. 4)

En este caso, la Educación Física debe intervenir en el preescolar, considerando posibilidades de movimientos del cuerpo que le hagan interactuar con otros cuerpos con mucha determinación, que apropie una dirección en el niño.

Merino, R. (2010) afirma que “La educación Física sería aquella parte de la Educación integral que ayuda al niño a realizarse por medio de su propio cuerpo. Cada uno debe aprender por sí mismo que la relación con su cuerpo es una relación consigo mismo y no con un objeto extraño e inferior. Lo biológico en el hombre es la forma de la vida humana”. (p. 13)

Es decir, la Educación Física debe ser el camino que ayude al niño al desarrollo de su corporeidad sintiéndose bien consigo mismo.

Sánchez I. J. (2016) sostiene que: “Entendiendo la educación física preescolar y su impacto en el cuerpo, es concluyente aseverar que el movimiento del cuerpo se evidencia desde la misma presencia humana; ese cuerpo coexiste con el mundo y se hace consciente de su trascendencia y sus múltiples concepciones mediadas en el tiempo, comprobando la corporalidad como el medio de existencia. Dado que el cuerpo posee múltiples perspectivas es pertinente expresar el postulado “el esquema corporal constituye un elemento fundamental en la interacción y convivencia social; la complejión

del cuerpo, el color de la piel, el tamaño del cabello, son elementos que van marcando su imagen corporal, su auto concepto, su identidad y su yo.” (p. 50)

La educación Física es promotora del manejo del cuerpo y de su debida presencia de interacción y convivencia social, que marcan su imagen, su autoconcepto y su identidad.

3.2.Objetivos de la Educación Física en el Nivel Preescolar

Según Periañez (2009) asevera que “Una vez definida la psicomotricidad, sus componentes, y las características motrices del niño de 3 a 6 años, así como mi esquema de trabajo, estructuraré todas las acciones motrices a través de los siguientes objetivos que yo planteo:

- Conocer su propio cuerpo y el de los otros, sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.
- Observar y explorar su entorno familiar, natural y social.
- Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales.
- Desarrollar sus capacidades afectivas.
- Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.
- Desarrollar habilidades comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.
- Iniciarse en las habilidades lógico-matemáticas, en la lectoescritura y en el movimiento, el gesto y el ritmo”. (pp. 10-11)

Es decir, podemos trabajar la Educación Física con objetivos que ayuden al niño en la formación de su cuerpo, entorno familiar y social, la autonomía, su afectividad, la convivencia, su expresión, el desarrollo de la matemática y la lectoescritura.

3.3. Beneficios de la Educación Física en el Nivel Preescolar

Para Redondo (2007) indica que “La Educación Física contribuye a la formación integral del niño, propiciando de modo intencionado y sistemático, la construcción de saberes para su constitución corporal y motriz en la relación con los otros y con el ambiente, en un determinado momento histórico y contexto socio-cultural, condición fundamental para la libertad, la autonomía y la construcción de la identidad”. (p. 279)

La que indica, que la educación física ayuda al preescolar a interrelación, para construir su autonomía, libertad y su identidad personal.

Renzi (2001), considera que “La educación física favorece la experiencia placentera del juego, el despliegue de la imaginación y el gusto por resolver situaciones y problemas motrices, la participación en el cuidado de su salud, higiene y medio ambiente. También promueve los comportamientos de cooperación y reciprocidad, que permiten al niño iniciarse en la comprensión del valor y necesidad de las reglas, en la disposición personal y grupal para el esfuerzo y se sienta las bases para actitudes de autoestima, tolerancia, respeto, valoración y cuidado de sí mismo, de los otros y del ambiente, colaborando con la formación progresiva de una imagen positiva de sí mismo y del reconocimiento de sus posibilidades y limitaciones. (p. 4)

Renzi, G. M. (2001). Educación Física en el nivel Inicial Aportes para el debate curricular. Editorial GCBA. Gobierno de la ciudad autónoma de Buenos Aires. Argentina

Arévalo, P. (2020) asevera que:“El deporte y el ejercicio proporcionan un medio importante para que niños y niñas tengan éxito, lo que contribuye a mejorar su bienestar social, su autoestima y sus percepciones sobre su imagen corporal, y su nivel de competencia. Además, los niños y niñas con niveles de actividad más elevados presentan asimismo más probabilidades de tener un mejor funcionamiento cognitivo, Desarrollo perceptivo-motriz”. (p. 20)

Lo que podemos afirmar, es que la educación física preescolar permite el desarrollo corporal, ser competitivo, mejor trabajo en su cognición y crecimiento psicomotriz, para afirmar su vida y formación integral de manera más placentera.

3.4.La actividad física en el preescolar

Arévalo et al (2014^a) afirma que la actividad física en el preescolar se denomina así, “a cualquier movimiento corporal voluntario, repetitivo que involucra a los grandes grupos musculares y que aumenta el gasto energético por encima de los niveles de reposo”. (p. 23). Es decir, los movimientos que realiza el niño o niña en su entorno, periten que desarrolle su masa muscular y gasten energía para mantenerse saludable.

Por otro lado, Tremblay et al (2012) asevera que “Los niños de 1 a 5 años y 11 meses deben acumular al menos 180 minutos diarios de actividad física a través del juego activo estructurado o no estructurado de cualquier intensidad. Los niños menores de 1 año deben ser físicamente activos varias horas al día con juegos interactivos en piso. El juego estructurado (actividad física estructurada) se define como aquella planeada y

dirigida por un padre, cuidador o profesor, diseñada con una finalidad clara y acorde al nivel de desarrollo motor del infante, caminador o preescolar”. (pp. 355 -356)

Es importante tener en cuenta, que los niños preescolares deben estar en actividad durante tres horas al día para mantenerse saludable y corporalmente activado; para ello, deben realizar juegos estructurados y no estructurados.

Según, La National Association for Sport and Physical Education. (2009) afirma que “El juego no estructurado o juego libre (actividad física no estructurada), se reconoce como aquel juego que es indicado por el niño en el cual explora el medio ambiente que le rodea sin una motivación específica y sin la orientación de un cuidador”. (p. 106)

La educación Física en la etapa preescolar, principalmente debe ser no estructurado, o sea, libre con vigilancia, ya que el niño o niña necesita explorar para aprender.

CAPÍTULO IV

4. LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA PREESCOLAR

4.1. La psicomotricidad

Lobera, J. (2010). Asevera que “La palabra está compuesta por dos vocablos: psico, que se refiere a la psique (pensamiento, emoción), y motricidad, basada en el movimiento y el desarrollo motor. Por tanto, la psicomotricidad estudia e interviene en el desarrollo motor en vinculación con el pensamiento y las emociones. La psicomotricidad se utiliza como una técnica que favorece el desarrollo integral y armónico del individuo. De esta manera, existe una interacción entre el cuerpo y el entorno, entre los componentes biológicos, cognoscitivos y psicosociales de la persona”. (p. 17)

Es decir, la psicomotricidad desarrolla el cuerpo en interacción con el pensamiento y las emociones para favorecer el progreso armónico e integral de la persona.

Brito, L. F. (2010) afirma que “Por lo menos 60 minutos al día de actividad moderada o 30 minutos de actividad más dinámica (caminar rápido) al día durante la semana. Un entorno físico adecuado y seguro, alimentación balanceada y el peso óptimo para la edad y estructura corporal. Si alguno de estos parámetros no es el adecuado, consultar al médico para seguir un plan que mejore la salud sin ponerla en riesgo”. (p. 9)

Un dato muy importante para trabajar la psicomotricidad, es que debe haber una hora de actividad moderada y media hora de actividad dinámica, considerando una alimentación balanceada para poder estructurar el cuerpo.

Blázquez, D. (1982) confirma que“La actividad motriz exploratoria es indispensable, dadas las singulares características del niño en estas edades (desarrollo del pensamiento simbólico, inteligencia preconceptual). No es necesario entrar en detalles sobre ellas pues existen numerosos autores y publicaciones que nos lo confirman. Únicamente señalar la gran importancia que tiene para el niño el descubrimiento del mundo que le rodea y sobre el que debe actuar”. (p.185)

En la edad preescolar es importante generar la actividad exploratoria para desarrollar el pensamiento simbólico y la inteligencia preconceptual.

Para Gordon, M.A. y Williams, K. (2001) afirman que “El desarrollo psicomotor es considerado un proceso de cambio en el comportamiento motor, ocasionado por la interacción entre la herencia y el entorno. Se trata de un cambio continuo que dura toda la vida basada en la interacción de la maduración, las experiencias previas y las nuevas actividades motoras”. (p. 445)

Al desarrollar la psicomotricidad en el niño, buscamos madurar, tener experiencia y conocer nuevas actividades motoras que ayuden al proceso de cambio del comportamiento motor.

Según Ruiz Pérez (1994), considera que “El desarrollo psicomotor es un proceso de adaptación que determina el dominio de sí mismo y del ambiente, pudiendo ser capaz de utilizar sus capacidades motrices como medio de comunicación en la esfera social, proceso en el que se manifiesta una progresiva integración motriz que comporta diversos niveles de intervención y aprendizaje”. (p. 20)

Tener desarrollado de la psicomotricidad en el niño o niña, permite emplear las capacidades motrices como medio de comunicación social, en bien de la integración social y del aprendizaje.

4.2.El área Psicomotriz

Según La Programación Curricular de Educación Inicial del Perú (2016) determina que “Todas las personas, desde que nacemos, actuamos y nos relacionamos con el entorno a través de nuestro cuerpo. Con este último, nos movemos, experimentamos, comunicamos y aprendemos de una manera única, acorde a nuestras propias características, deseos, afectos, necesidades, estados de ánimo y demás. Esto da cuenta de la dimensión psicomotriz de la vida del hombre; es decir, de esa estrecha y permanente relación que existe entre el cuerpo, las emociones y los pensamientos de cada persona al actuar”. (p. 98)

La Educación Física, como área psicomotriz, considera al cuerpo como instrumento del actuar y de relación; esto permite experimentar, comunicar y aprender.

4.2.1. Competencia: “Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad”

Para alcanzar el Perfil de egreso de los estudiantes de la Educación Básica Regular se favorece por el desarrollo de diversas competencias. El área Psicomotriz promueve y facilita que los niños y niñas desarrollen la siguiente competencia: “Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad”.

Así, La Programación Curricular de Educación Inicial del Perú (2016a) visualiza el desarrollo de esta competencia cuando:

“Los niños y niñas se desarrollan motrizmente al ir tomando conciencia de su cuerpo, y sus posibilidades de acción y de expresión. Ello ocurre a partir de la exploración y experimentación de sus movimientos, posturas, desplazamientos y juegos de manera autónoma. Cuando el niño tiene la posibilidad de actuar y relacionarse libremente con su entorno, va probando por propia iniciativa determinadas posturas o movimientos hasta dominarlos y sentirse seguro para luego animarse a intentar otros. De esta manera, va desarrollando sus propias estrategias de coordinación y equilibrio desde aquello que sabe hacer, sin ser forzado”. (p. 101)

La competencia “Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad”, se alcanza cuando el niño toma conciencia de posibilidades de acción y expresión de su cuerpo, ya que permite actuar y relacionar libremente al niño o niña con su entorno para ir desarrollando estrategias de coordinación y equilibrio.

4.2.2. Estándar de aprendizaje de la competencia: “Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad”

“Ciclo I: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando explora y descubre sus posibilidades de movimiento y las partes de su cuerpo. Realiza acciones motrices básicas en las que coordina movimientos para desplazarse y manipular objetos. Expresa corporalmente a través del gesto, el tono, las posturas y movimientos sus sensaciones y emociones en situaciones cotidianas.

Ciclo II: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando explora y descubre su lado dominante y sus posibilidades de movimiento por propia iniciativa en situaciones cotidianas. Realiza acciones motrices básicas en las que coordina movimientos para desplazarse con seguridad y utiliza objetos con precisión, orientándose y regulando sus acciones en relación a estos, a las personas, el espacio y el tiempo. Expresa corporalmente sus sensaciones, emociones y sentimientos a través del tono, gesto, posturas, ritmo y movimiento en situaciones de juego”. (pp. 104-106)

El área psicomotriz se evalúa considerando los estándares de aprendizaje del nivel inicial, estas se consideran para el ciclo I y II, donde se medirá el logro de acuerdo al nivel esperado.

4.2.3. Condiciones que favorecen el desarrollo de la competencia relacionada con el área de psicomotriz

Según La Programación Curricular de Educación Inicial del Perú (2016b), indica que: “El área de psicomotriz presenta nueve condiciones para lograr el desarrollo de la competencia.

- Ofrecer espacios amplios y despejados, dentro y fuera del aula, que permitan a los niños experimentar libremente con su cuerpo desde sus propios intereses y posibilidades de acción y movimiento.
- Proporcionar materiales y/o mobiliarios pertinentes que posibiliten el juego y la exploración a través de su cuerpo, sus posturas y movimientos –por ejemplo, estructuras de madera a una altura adecuada para que los bebés tengan la posibilidad de sujetarse y ponerse en pie (específicamente en Ciclo I), cajas o cajones de madera donde los niños puedan meterse o jugar a entrar y salir, telas, colchonetas, aros, llantas, túneles, hamacas, rampas, estructuras de madera para trepar, entre otros.
- Conocer las necesidades y características madurativas de los niños con relación a la dimensión psicomotriz de su desarrollo, y respetar los procesos individuales y las propias formas, ritmos y tiempos, para brindarles un acompañamiento adecuado y oportuno, sin dirigirlos, presionarlos o apurarlos.
- Promover que los niños y niñas puedan medir los riesgos por sí mismos al momento de realizar sus diversos movimientos, posturas y desplazamientos; brindarles la confianza y seguridad necesarias a través de nuestras palabras y lenguaje corporal.
- Observar a los niños y niñas durante sus juegos y movimientos prestando atención al proceso antes que a la acción en sí misma; valorar su esfuerzo, su placer y sus aprendizajes al enfrentarse a diversos retos motrices.
- Prestar atención a las diferentes sensaciones y/o emociones que los niños expresan a través de sus gestos, tono, posturas, movimientos, desplazamientos y juegos, lo que nos permitirá conocerlos y, a partir de ello, realizar las modificaciones necesarias,

tanto en relación a nuestras actitudes y acompañamiento, como en la planificación y organización del espacio y materiales.

- Favorecer espacios de diálogo, después de los tiempos de juego y movimiento, donde los niños puedan hacer uso de la palabra para comunicar espontáneamente aquellas sensaciones y/o emociones que han experimentado a través de su cuerpo, posturas, movimientos y desplazamientos. En el caso de Ciclo I, con los bebés que aún no hablan, es el adulto quien debe estar atento para recibir y reconocer estas diferentes emociones y sensaciones, y darles lugar a través de la palabra; por ejemplo, al ver a un bebé que disfruta mucho gatear y lo hace recurrentemente por todo el espacio para explorar, el adulto le puede decir: “veo que te ha gustado mucho gatear por todo el espacio.
- Promover el respeto de los límites y pautas de cuidado al moverse libremente –tanto con relación a sí mismo, como a los demás; tomando en cuenta el material, el mobiliario y el espacio del que disponen–. Por ejemplo, conviene delimitar claramente el espacio en el que los bebés pueden desplazarse para explorar libremente, promover que los niños puedan avisar antes de saltar para evitar accidentes, y asegurarse de que el espacio esté libre”. (p. 106)

Para alcanzar la competencia psicomotriz, relacionada con la Educación Física, debemos seguir condiciones que favorecen el desarrollo del aprendizaje psicomotor del ciclo I y II de la Educación Inicial.

CONCLUSIONES

- PRIMERA:** Reconocer la importancia de la educación física, permitirá al docente contribuir en la formación de los niños y niñas en edad temprana en el desarrollo de su motricidad y corporeidad, ya que ello, motivará al preescolar al gusto por la actividad psicomotriz, como el juego motor, la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo como parte de su desarrollo integral.
- SEGUNDA:** Conocer aspectos teóricos de la Educación Física en la etapa preescolar, llevará al docente a implementar objetivos claros en bien del desarrollo psicomotriz, de la lectoescritura, la matemática e, incrementará la adquisición de conocimientos, confianza, seguridad, valores e interacción con otros niños coetáneos.
- TERCERA:** Considerar la psicomotricidad como un área importante, permitirá que el preescolar tenga la oportunidad de hacer interactuar su cuerpo, sus emociones y su pensamiento a favor de un desarrollo psicomotor y de un aprendizaje integral.

RECOMENDACIONES

Se recomienda lo siguiente:

Capacitar los docentes de Educación Física del nivel Inicial en Estrategias de Educación Física para que los estudiantes encuentren el gusto por el área.

Capacitar a los padres de familia Educación Física Preescolar para apoyar a sus hijos en temprana edad en bien de su desarrollo integral.

Desarrollar talleres o actividades físicas de participación de estudiantes preescolares para promover la actividad física y la salud

REFERENCIAS CITADAS

- Arévalo, H.; Correa, J. E. y Hernández, A. (2014). Ampliación de Oportunidades de Actividad Física para los Niños y Niñas de la Primera Infancia. Lima, Perú
- Arévalo, P. (2020). Fomentemos la educación física en la educación inicial. Universidad Nacional Experimental Francisco de Miranda. Venezuela
- Blázquez, D. (1982). La educación física en preescolar: una didáctica aplicada. Barcelona, España.
- Blázquez, D. (2002) La Educación Física: Definir la educación física...una ardua tarea. A la búsqueda de una identidad clara. Barcelona. INDE. Recuperado de <http://editorialinde.tumblr.com/post/92740176817/definir-la-educaci%C3%B3n-f%C3%ADsica-una-ardua-tarea-a-la>
- Brito, L. F. (2010). Guía de Activación Física. Educación Preescolar. Editorial vivir mejor. México
- Campo Ternera, L. A. (2010). Importancia del desarrollo motor en relación con los procesos evolutivos del lenguaje y la cognición en niños de 3 a 7 años de la ciudad de Barranquilla (Colombia). Salud Uninorte, 26(1), 65-76. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522010000100008&lng=en&tlng=.
- Carballo, Y. (2010). Educación física en el nivel preescolar. México. Recuperado de <http://www.educacioninicial.com/ei/contenidos/00/0300/309.ASP>
- Carvalho, Y. (2006). La Educación Física en el Nivel Preescolar. Trabajo de Grado [Disponible en: www.elportaldeeducacióninicial.com]. (Consultado el 10/11/2021). México.

- Contreras, C. (2006). Propuestas de Actividades Didácticas para fomentar el Juego en la Educación Inicial. Trabajo Especial de Grado.
- Contreras, J. J. (2014). Propuestas de Educación Física. Sesiones de Educación Física. Lima, Perú
- Cipagauta, L. L. (2014). La importancia de la educación física en edades tempranas en el contexto escolar. Universidad Pedagógica Nacional de Colombia. Bogotá, Colombia
- Durán, F. (2018). Habilidad Motriz. Editorial COLEF. Andalucía, España.
https://www.researchgate.net/publication/340633742_Importancia_de_la_Educacion_Fisica/link/5e95fd8992851c2f529fab3d/download
- Gómez, R. H. (2002) La Enseñanza de la Educación Física en el Nivel Inicial y el Primer Ciclo de la EGB – Una didáctica de la disponibilidad corporal. Buenos Aires, Stadium.
- Gordon, M.A. and Williams, K. (2001). La Infancia y su Desarrollo. EE. UU: Delmar filial de Thomson Learning.
- Jiménez, J. y Araya, G. (2010). Más minutos de Educación Física en preescolares favorecen el desarrollo motor. Universidad de Costa Rica. Costa Rica
- Lobera, J. (2010). Guía de psicomotricidad y educación física en la educación preescolar. Ediciones SEP. México
- Lujano, A., Sáenz, A., Nava, L., Piña, C., Escobar, M.T., Gómez, J. J., López, M. A., Ramírez, D., López, R. y Sánchez, F. (2010). Guía de psicomotricidad y educación física en la educación preescolar. Primera edición 2010 (p. 56)
<https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/106811/guia-edu-preescolar.pdf>
- Merino, B.; Campos, P.; Justo, S. y Gordo, A. (2018). Actividad Física y Salud de 3 a 6 años. Guía para los docentes de Educación Física. España.

Merino, R. (2010). La Educación Física en la edad Preescolar. Madrid, España.

National Association for Sport and Physical Education. Active Start. 2009. A statement of physical activity guidelines for children from birth to age 5. 2nd Ed. AAHPERD Publications Fulfillment Center, Sewickley, PA.

Nuño, A. (2017). Educación Física en Preescolar. Editorial SEP. México.

Periáñez, R. (2009). Psicomotricidad en educación infantil. Editorial Bubok Publishing S.L. México

Programación Curricular de Educación Inicial del Perú (2016). Área de Psicomotriz. Editorial Printed in Perú. Lima, Perú

Redondo, P. (2007). Diseño Curricular para la Educación Inicial. 1a ed. - La Plata: Dirección General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires, 2007.

Renzi, G. M. (2001). Educación Física en el nivel Inicial: Aportes para el debate curricular. Editorial GCBA. Gobierno de la ciudad autónoma de Buenos Aires. Argentina

Renzi, G. M. (2009). Educación Física y su contribución al desarrollo integral de los niños en la primera infancia. Buenos Aires, Argentina

Ríos, G. G. (2005). Importancia de la Educación Física en Preescolar. Editorial SEP. Chihuahua, México.

Ruiz Pérez L. M. (1994). Desarrollo Motor y Actividad Física. Madrid: Gymnos.

Sánchez I. J. (2016). La psicomotricidad como fundamento pedagógico en educación física preescolar de los liceos del ejército. Granada, España

Secretaría de Educación Básica (2009). Programa de Educación Física para el Nivel Preescolar. Lima, Perú.

Secretaría de Educación Pública de México (2017a). Educación preescolar. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. Editorial SEP. México.

Secretaría de Educación Pública de México (2016). Programa de educación física para el nivel de preescolar. SEP. México.

Tremblay, M., LeBlanc, A., Choquette, L., Connor, S., Dillman, C., Duggan, M., Gordon, M., Hicks, A., Janssen, I., Kho, M., Latimer-Cheung, A., LeBlanc, C., Murumets, K., Okely, A., Reilly, J., Spence, J., Stearns, J., Timmons, B. (2012). Canadian Physical Activity Guidelines for the Early Years (aged 0–4 years). *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*.37: 345–356.

Villalobos, H. (1996). *Manual de Educación Física*. Lima: Abedul.

ANEXOS



Fuente: Víctor Vitaliano Báez (2022). Educación física en seis décadas de círculos infantiles



Fuente: Diario La Tribuna (2017) Conoce cómo ejercitar a los más pequeños de la casa