

MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 2

Número 6

2023

Director: Ph.D. Richar Posso Pacheco

Email: rjposso@revistamentor.ec

Web: <https://revistamentor.ec/>

Editora en Jefe: Ph.D.(c) Susana Paz Viteri

Coordinador Editorial: Ph.D. (c) Josue Marcillo Ñacato

Coordinadora Comité Científico: Ph.D. Laura Barba Miranda

Coordinadora Comité de Editores: Msc. María Gladys Córdor Chicaiza

Coordinador del Consejo de Revisores: Msc. José Julio Lara Reimundo

Original

El juego como estrategia para la Alfabetización Física en los estudiantes del nivel primario

The game as a strategy for physical literacy in primary level students

* Alfredito de Jesús Rodríguez Moreta

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5954-7508>

** Edward José Torres Gómez

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4811-9169>

Ministerio de Educación/Instituto Superior de Formación Docente
Salomé Ureña, República Dominicana

Contacto:

* lic.alfreditodj@gmail.com

** edward.tg004@gmail.com

Recibido: 22-07-2023

Aceptado: 15-09-2023

Resumen

El presente estudio corresponde a una investigación realizada con la finalidad de contribuir en una educación física de calidad mediante la Alfabetización Física de los infantes lograda a través de los juegos. Tuvo como objetivo principal determinar el impacto del juego como estrategia para la alfabetización física en los estudiantes del nivel primario, con la finalidad de conseguir una alfabetización física mediante juegos motores, recreativos y tradicionales. El estudio se desarrolló en el segundo semestre de 2023. La metodología aplicada fue un enfoque mixto, utilizando como técnica e instrumento un test motor mediante juegos motores, recreativos y tradicionales, para la alfabetización física de los estudiantes. Se tomó en consideración una muestra de 23 estudiantes de tercer grado del nivel primario, 12 niñas y 11 niños. Este estudio es un artículo original. Los resultados obtenidos muestran que los juegos que se plantearon en el presente trabajo son esenciales para la alfabetización física de los estudiantes y es mediante esta que podrán alcanzar una cultura física. Se concluyó que al identificar y seleccionar cuidadosamente los juegos motores, tradicionales y recreativos, los estudiantes experimentaron mejoras significativas en su desarrollo motor, en la parte afectiva hacia sus compañeros y en la Alfabetización Física.

Palabras clave: Alfabetización física, educación física, juego motor, , juego tradicional, juego recreativo.

Abstract

The present study corresponds to an investigation carried out with the purpose of contributing to a quality physical education through the Physical Literacy of infants achieved through games. Its main objective was to determine the impact of the game as a strategy for physical literacy in primary level students, in order to achieve physical literacy through motor,

recreational and traditional games. The study was carried out in the second semester of 2023. The applied methodology was a mixed approach, using as a technique and instrument a motor test through motor, recreational and traditional games, for the physical literacy of the students. A sample of 23 third grade students of the primary level, 12 girls and 11 boys, was taken into consideration. This study is an original article. The results obtained show that the games that were proposed in the present work are essential for the physical literacy of the students and it is through this that they will be able to achieve a physical culture. It was concluded that by carefully identifying and selecting traditional and recreational motor games, students experienced significant improvements in their motor development, in the affective part towards their peers and in Physical Literacy.

Keywords: Physical literacy, physical education, motor game, traditional game, recreational game.

Introducción

El juego es un medio esencial para alfabetizar físicamente en las clases de Educación Física, ya que mediante este se aprende jugando en los ambientes escolares, se asume como una experiencia cultural que se liga a la vida del educando (Delgado et al., 2019; Posso et al., 2021). Todo hacer que se base en la Alfabetización Física significa que existe una valoración de la dimensión incorporada en el desarrollo de los educandos y la condición humana de estos (Whitehead, 2018 como se cita en Sánchez, 2022). La Alfabetización Física se define como la motivación, confianza, competencia física, el conocimiento, la comprensión para dar valor y ser responsables de su actividad física personal de por vida (IPLA, 2016 como se cita en Cedeño 2023). Por causa del analfabetismo físico las personas son cada vez más inactivas.

En este sentido, una investigación de no muchos años, publicada en la revista *The Lancet Global Health* (Guthold et al., 2018), donde se realizó un análisis sobre cómo han evolucionado las actividades físicas en 1.9 millones de participantes, de 168 países, entre 2001 y 2016. En este intervalo de tiempo, donde el senderismo o inactividad física aumentó en más de un 5% en los países occidentales de ingresos altos (de 30.9% a 36.8%) y en América Latina y el Caribe (de 33.4 % a 39.1%), mientras que Asia oriental y sudoriental tuvieron una disminución de más de cinco puntos porcentuales (de 25.7% a 17.3%).

Esto permite entender que, si no existe una Alfabetización Física en las primeras edades el individuo se aislará de las actividades físicas, ya que la alfabetización Física mediante lo lúdico es lo que permite que se siga realizando actividad física en la adultez. Se debe destacar que promover la alfabetización física en todos los grupos de edades y mejorar la conciencia de la actividad física constituye una responsabilidad de todos los profesionales de la Educación Física y Deporte, independientemente del contexto en que realizan su actividad educativa (Carreiro, 2019; Posso et al., 2021).

Es mediante el juego que se puede alfabetizar físicamente a los estudiantes sin que estos se sientan forzados y desmotivadores. En las primeras edades el juego es una actividad fundamental para el desarrollo de los niños en sentido motor y cognitivo (Bernate, 2021). De la misma manera, compartir en juegos y demás actividades entre niños de edades comunes permite el inicio a las amistades e incrementa la capacidad del control emocional (Sánchez, 2022; Posso et al., 2022). El juego en la infancia es una actividad psicofísica fundamental que beneficia el desarrollo del infante de manera general y en armonía (Berríos et al., 2018), Todo lo planteado en los párrafos anteriores sirve como argumento para fortalecer la idea de que mediante el juego se puede Alfabetizar Físicamente a los estudiantes y favorecer en su desarrollo integral.

El objetivo de la investigación es desarrollar juegos motores, recreativos y tradicionales como estrategia para la alfabetización física en los estudiantes del nivel primario.

El Juego

El juego debe ser usado en las clases de Educación Física como un medio de suma importancia que origine en él un ambiente de motivación y que proporcione aprendizajes que sigan con el niño a lo largo de su vida y que pueda poner en práctica en las actividades cotidianas (Parlebas, 2001 como se cita en Molina et al., 2021). Al participar en juegos que impliquen correr, saltar, atrapar y lanzar (juegos motores), los infantes desarrollan sus habilidades motoras gruesas como la fuerza, resistencia y lo óculo manual (Mocha-Bonilla et al., 2018), alfabetizando físicamente mediante el juego.

Es de suma importante el papel que el juego cultiva en el desarrollo de las diversas competencias (fundamentales y específicas) de la educación actual (Lavega et al., 2013 como se cita Duran y Costes, 2018), con una inclinación muy particular hacia el desarrollo de la Alfabetización Física. El juego es representante de la unidad entre percepción, pensamiento, acción y la filogénesis biológica y motriz del movimiento humano. El juego es un medio indiscutible para el desarrollo de las competencias en los niños sobre todo de las primeras edades.

Gracias a los beneficios que brinda el juego para un desarrollo en todas las dimensiones del ser humano. Es por ello, por lo que se emplea en todas las edades como medio en la educación, formación y recreación, ya que es una acción que facilita el entretenimiento, al igual que la relajación físico mental (Pons, 2018). En un estudio que se realizó en Barranquilla en niños entre 3 y 7 años se arrojaron resultados de desempeños más bajos de los que esperaban

con relación a la edad y el desarrollo motor que deben tener, esto indicó que se quiere de más atención y estimulación (Campo et al. 2018), esto se puede mejorar sustancialmente trabajando juegos motores como medio de alfabetización física. Todos los planteamientos anteriores permiten entender el vínculo entre el juego motor y la Alfabetización Física, ya que ésta desarrolla al educando en todas las dimensiones (de manera integral) y motiva a una cultura física, que es el fin último de la Educación Física.

El Juego recreativo

Los juegos recreativos representan un continuo de acciones que se utilizan para la diversión y su finalidad es lúdica, ya que busca que los participantes disfruten de la actividad. Es naturalmente lúdico, divertido, transmite emociones, alegrías, salud, estímulos... por esta razón es una actividad indispensable para el desarrollo de los discentes, con reglas flexibles, lo más relevante es la diversión, la cual va generando placer en los partícipes (Montalvan, 2019). Esto da a entender la relación entre el juego motor y la Alfabetización Física, ya que está también busca el desarrollo del individuo mediante la actividad física. La Alfabetización Física, es el asiento fundamental para el desarrollo integral y que los discentes puedan entender lo que hacen (ICSSPE, 2010 como se cita en Rivera et al., 2022).

En ese sentido "...los juegos recreativos presentan grandes ventajas en su desarrollo personal, pues mediante los juegos lúdicos, los infantes adquieren capacidades innatas y van explorando su propia realidad, para promover el aprendizaje y la creatividad" (Bonilla et al., (2018, p.7-8). En este sentido se debe destacar que este tipo de juego promueven el desarrollo de competencias y el constructivismo, muy ligado a la alfabetización física que busca el desarrollo integral del educando desde diversos medios y disminuir el sedentarismo. La

recreación es una forma de mejorar la salud física y mental de los estudiantes, que a menudo se ven afectados por el estrés y la falta de movimiento. Los programas recreativos ofrecen oportunidades para divertirse, socializar y aprender nuevas habilidades, lo que contribuye al desarrollo integral de los individuos. Por eso, es necesario crear e implementar programas recreativos que se adapten a las necesidades e intereses de los estudiantes, y que les motiven a participar activamente. De esta manera, se podrá reducir el sedentarismo y sus consecuencias negativas, como la obesidad, la diabetes o las enfermedades cardiovasculares. Así lo afirman Pérez et al. (2018), cuando señalan que la creación de programas recreativos permite conocer lo importante que es la realización de actividades recreativas con el fin de reducir el sedentarismo en el estudiantado.

A través de los juegos recreativos se aprenden habilidades motrices básicas (correr, saltar, trepar, lanzar y atrapar), de la misma manera desarrollan las capacidades físicas como el equilibrio, la coordinación y la precisión. Resultados esenciales para la vida de los discentes... de igual modo se desarrolla la cooperación, la comunicación, la autoconfianza y la autoestima. (Román y Huillca, 2018), todo esto es buscado por la Alfabetización Física para que se desarrolle en los infantes, por esta razón utiliza al juego recreativo como medio.

El juego recreativo es una de las experiencias más importante para la existencia humana y de mayor aporte en el desarrollo biológico, psicológico, social, motriz y espiritual del niño/a, es aquí donde inician a crear acciones, estableciendo pautas y maneras de llevarla a la acción en un ambiente afable, espontáneo, de libertad y acuerdos; mostrando la parte natural del juego en estas edades (Delgado et al., 2019). Si lo vinculamos con la Alfabetización Física, esta última como capacidad humana fundamental, es indispensable para la manera en que las personas

realizan y dirigen en sus vidas (Sánchez, 2022). Un niño alfabetizado físicamente mediante el juego recreativo será un adulto con un estilo de vida más activo.

El Juego tradicional

Los juegos tradicionales forman parte de la cultura de los pueblos y se practican de generación en generación, son parte de la identidad de los lugares (Trillo y Trillo, 2020). Se practican en el contexto escolar, gracias a los docentes de Educación Física, quienes tienen el compromiso de incorporarlo en sus clases, ya que estos juegos no solo aportan en la didáctica del maestro, sino que tienen unas cualidades que desarrollan las competencias físicas y motoras de los educandos (Gómez, 2007 Como se cita en González et al., 2021). De la misma manera, el juego tradicional evidencia una actividad poco compleja pero que simboliza a toda la cultura recreativa que identifica a una sociedad (Domínguez y Pérez, 2012 como se cita en González et al., 2021).

Según Gonzales (2011) como se cita en Trillo y Trillo (2020) los juegos tradicionales tienen las siguientes características:

Son los propios niños los que participan en el juego, son ellos quienes deciden en qué momento se juega, dichos juegos se encargan de responder a las necesidades básicas de los niños, los juegos tradicionales deben de tener unas reglas sencillas, de fácil comprensión y memorización para los niños, muchas veces las reglas pueden llegar a ser negociables, es decir, los niños las pueden cambiar, no suelen requerir material y en las ocasiones que lo requiere suelen ser muy económico (p. 7).

Estos juegos desarrollan las capacidades del cuerpo y favorecen en la Alfabetización Física escolar. Los juegos tradicionales radican en el aprendizaje de los infantes en cuanto a

cooperación, solidaridad con sus iguales, honestidad, tolerancia hacia los demás y un aprendizaje en valores sobre el respeto y el compañerismo (Cañón Chala et al., 2020), estos juegos al ingresar al contexto escolar crean un vínculo entre las realidades que se viven de manera interna en cada cultura, recordando a los niños lo que se vivió en épocas pasadas y cómo se divertía (Sarmiento 2008 como se cita en Cañón Chala, 2020). Lo que se ha expresado sobre el juego tradicional da a entender la afinidad que tiene con la Alfabetización Física, ya que ésta también forma en valores, respeto, honestidad y trata de recuperar las buenas costumbres mediante la actividad física.

Alfabetización Física

La Alfabetización Física se describe como la confianza, motivación, competencia del cuerpo, conocer y entender para mantenerse físicamente activo durante todo el ciclo vital, también hace referencia a las capacidades que se necesitan para la obtención, comprensión y el uso de las informaciones para optar por decisiones prudentes para su salud (Whitehead, 2008 como se cita en Moreno, 2020). Otro de los aportes de la Alfabetización Física en la sociedad actual, es su capacidad para educar al individuo en cuanto a reconocer e identificar las formas de prepararse y capacitarse para la realización y prescripción de buenas prácticas del ejercicio corporal (Sánchez y Pérez, 2022).

Muñoz et al. (2020) expresa que “La alfabetización física, se definió en el Boletín del Consejo Internacional de Ciencias del Deporte y Educación Física de la UNESCO, como motivación, confianza, competencia física, conocimiento y comprensión para valorar y participar en un estilo de vida físicamente activo” (p. 3). En este sentido se puede apreciar la importancia de que las personas desde la infancia sean alfabetizadas físicamente. Con el

conocimiento y dominio de lo físico, intelectual, social, afectivo... se puede evaluar el conocimiento de alfabetización física en un infante (Longmuir et al., 2018).

Es necesario que el proceso de Alfabetización Física inicie lo más temprano posible, de modo que se puedan desarrollar las cualidades pertinentes para la realización de actividad física y de la práctica deportiva durante toda la vida (Carreiro, 2019), por esto se recomienda en este estudio que el proceso de Alfabetización Física debe iniciar en las primeras edades. La alfabetización física es la zapata de la educación física, no un programa de formación, más bien el resultado de la labor de la educación física, la cual puede ser alcanzada con más facilidad cuando el estudiantado haya una serie de oportunidades que se contextualizan a la etapa y edad de estos (UNESCO, 2015 como se cita en Callejas, 2018). Las políticas de estados y los contextos escolares deben materializar los medios necesarios en favor de la alfabetización física (Rodríguez et al., 2022).

Conforme a todo lo expresado anteriormente, este estudio se ha propuesto como objetivo principal determinar el impacto del juego como estrategia para la alfabetización física en los estudiantes del nivel primario, los estudiantes involucrados en el proceso investigativo podrán desarrollar sus habilidades motoras y capacidades físicas mediante juegos motivadores, de igual manera poseerán una noción de lo que es la Alfabetización Física y cómo ésta se logra a través del juego.

Metodología

El trabajo fue enmarcado bajo un enfoque mixto, ya que este tipo de estudio da la oportunidad de observar y analizar el fenómeno a investigar desde diferentes enfoques, ya sea del ámbito teórico como desde el epistemológico, dando la facilidad al investigador de adentrarse en las características particulares adecuadas del contexto de la situación de estudio,

de modo que se pueda comprender mejor (Forni y Grande, 2020 como se citan en Rosario, 2023). Se asumió este enfoque ya que es muy práctico (Rosario, 2023). Este tipo de investigación no busca reemplazar la investigación cualitativa ni cuantitativa, más bien tomar las fortalezas de ambas combinadas y minimizando las debilidades de éstas ((Hernández y Mendoza, 2018)

Se asumió un diseño de investigación experimental, el cual se utiliza cuando el investigador trata de obtener posibles resultados sobre una causa que se esté tratando (Hernández y Mendoza, 2018), este tipo de investigación trata de someter a sujetos en condiciones, tratamientos o estímulos (Guevara, 2020), permitiendo observar a los sujetos de estudios realizando actividades que permitan obtener resultados reales, dando la validez y confiabilidad al presente estudio como real. Es lo que se da en este estudio con los juegos motores, recreativos y tradicionales.

El método utilizado fue un test de nivel motor con respecto a Campbell (2021) se refiere al uso de una herramienta que permite evaluar el progreso de las habilidades motrices fundamentales, como el equilibrio, el desplazamiento y la coordinación, teniendo en cuenta la edad y el entorno de los estudiantes; este enfoque de evaluación debe incluir tareas que reflejen los movimientos típicos de cada etapa de desarrollo con el propósito de identificar las fortalezas como las debilidades en el desarrollo motor de los estudiantes antes y después de la intervención. Esto se logra mediante el suministro de actividades apoyadas en base a una tabla de criterios que tienen en cuenta el nivel de dominio presentado por cada estudiante. Una vez recopilada esta información, se utiliza para mejorar la enseñanza y promover un crecimiento físico y motor óptimo en los niños.

La población hace referencia al conjunto de sujetos en su totalidad que establecen la importancia del estudio, de los cuales se aspira alcanzar ciertos datos que conlleven a conclusiones (Pastor, 2019). Del mismo modo, son los elementos de acceso o el total para análisis en el contexto donde se aplica el estudio (Condori, 2020). La población de estudio estuvo formada de manera específica por 346 estudiantes del nivel primario.

Tabla 1

Población total de estudiantes y muestra relacional

Sexo	FA	F%
Masculino	149	43
Femenino	197	57
Total	346	100

La muestra es lo que representa a la población, con características similares generales del total de sujetos de estudio (Condori, 2020). En este caso fueron seleccionados 23 estudiantes de tercer grado del nivel primario, este grupo fue seleccionado por conveniencia de las tres secciones del centro educativo, constituyendo el 100% de los estudiantes de tercer grado

Tabla 2

Muestra relacional

Sexo	FA	F%
Masculino	11	48
Femenino	12	52
Total	23	100

Operacionalización de las variables

Tabla 3

Descripción de las variables

Objetivo general	Objetivos específicos	Variable	Definición de la variable	Indicadores	Objetivo a medir el indicador
Determinar el impacto del juego como estrategia lúdica para la alfabetización física en los estudiantes del nivel primario.	Identificar los juegos motores que se pueden realizar para Alfabetizar Físicamente a los estudiantes del nivel primario	Juegos motores	Actividad lúdica que implica el uso de la motricidad fina y gruesa, con una finalidad recreativa, colaborativa o competitiva.	Participación Activa. Participación pasiva. Participación nula.	Realiza el juego motor de manera activa. Desarrolla sus capacidades físicas durante la actividad.
	Implementar el juego tradicional como estrategia motivadora para Alfabetizar Físicamente a los estudiantes del nivel primario	Juego tradicional	Actividades lúdico-recreativas que forman parte de la cultura de un país y se practican de generación en generación.	Muy motivado. Poco motivado. Motivación nula.	Participa en juegos tradicionales de manera activa. Disfruta del juego como parte de su identidad nacional.
	Realizar juegos cooperativos para la alfabetización física de los estudiantes del nivel primario	Juegos cooperativos	Actividades grupales de carácter lúdico con una finalidad participativa y colaborativa.	Cooperación activa. Cooperación pasiva. Cooperación nula.	Participa de manera activa en juegos cooperativos de grupos. Motiva a sus compañeros a participar en las actividades que se realizan.

Resultados y Discusión

En la primera sección, los estudiantes se acostumbraron a los materiales y las instrucciones de la actividad. Pero fue en los siguientes intentos que empezaron a aparecer nuevas ideas y estrategias para perfeccionar el desarrollo de habilidades. Algunos decidieron modificar el ritmo de la ejecución, mientras que otros se concentraron en aumentar la precisión del movimiento

Tabla 4

Valoración del desarrollo motor

Nivel	Criterios de valoración.
Nivel básico	<ul style="list-style-type: none"> -Realiza las habilidades motoras básicas con poca o ninguna asistencia. -Demuestra un entendimiento básico de los conceptos fundamentales de movimiento, como direcciones, velocidades y simetría/asimetría. -Realiza las actividades físicas de manera segura, siguiendo las pautas y precauciones necesarias. -Se involucra activamente en las actividades físicas propuestas, mostrando un nivel mínimo de entusiasmo y cooperación.
Nivel intermedio	<ul style="list-style-type: none"> -Ejecuta habilidades motoras más complejas con un grado razonable de precisión y fluidez. -Comprende los conceptos de tiempo, espacio y secuencia en relación con el movimiento, y puede aplicarlos en actividades individuales y grupales. -Muestra una mejora gradual en el rendimiento físico y la aplicación de habilidades motoras básicas y más avanzadas. -Participa de manera activa y comprometida en las actividades físicas, mostrando un mayor nivel de interés y cooperación con los demás.
Nivel Avanzado	<ul style="list-style-type: none"> -Demuestra un alto nivel de precisión y fluidez en la ejecución de habilidades motoras complejas y técnicas específicas. -Aplica de manera efectiva los conceptos de tiempo, espacio, simetría/asimetría y secuencia en una variedad de situaciones físicas. -Muestra creatividad y adaptabilidad al realizar movimientos y acciones motrices, incorporando elementos originales y personalizados. -Muestra habilidades de liderazgo y capacidad para guiar y motivar a otros en actividades físicas.

En la primera sección, los estudiantes se acostumbraron a los materiales y las instrucciones de la actividad. Pero fue en los siguientes intentos que empezaron a aparecer nuevas ideas y estrategias para perfeccionar el desarrollo de habilidades. Algunos decidieron modificar el ritmo de la ejecución, mientras que otros se concentraron en aumentar la precisión del movimiento.

Tabla 4

Los juegos motores que se pueden realizar para Alfabetizar Físicamente

Actividad	Edad	Género	Nivel de habilidades motoras antes del juego	Nivel de habilidades motoras después del juego	Diferencia en el nivel de habilidades motoras
Carrera de sacos	8-10	M	Intermedio	Avanzado	+1.7
Trúcamelo o Peregrina.	8-10	F	Básico	Intermedio	+1.5
Salto de Cuerda	8-10	M	Básico	Intermedio	+1.3
	8-10	F	Intermedio	Intermedio	+1.7
	8-10	M	Básico	Intermedio	+1.3
	8-10	F	Básico	Intermedio	+1.2
La cortina del palacio.	8-10	M	Intermedio	Avanzado	+1.5
	8-10	F	Intermedio	Avanzado	+1.3
Gallinita ciega	8-10	M	Básico	Intermedio	+1.5
	8-10	F	Básico	Intermedio	+1.3
Guardias y ladrones	8-10	M	Intermedio	Avanzado	+1.7
	8-10	F	Intermedio	Avanzado	+1.7
El pañuelo	8-10	M	Intermedio	Avanzado	+1.8
	8-10	F	Intermedio	Avanzado	+1.5
Uno, dos y tres, mariposita eh	8-10	M	Intermedio	Avanzado	+1.7
	8-10	F	Intermedio	Avanzado	+1.8

La tabla presentada anteriormente detalla los resultados del nivel de habilidad antes y después de la actividad utilizando juegos tradicionales en niños de 8 a 10 años, divididos por género; se muestra que la actividad tuvo un efecto positivo en el nivel de habilidad de los niños, independientemente del género. Estas puntuaciones en los infantes aumentaron después de la actividad mostrando un tamaño efectos positivos para ambos grupos.

El tamaño del efecto es una medida de la magnitud en la diferencia entre las puntuaciones medias antes y después de la actividad (Rendón-Macías et al., 2021), este se obtiene al calcular la diferencia entre las medias de las puntuaciones antes y después de realizarla, y dividir esa diferencia por la desviación estándar de las puntuaciones previas a la actividad. Un tamaño efecto positivos indican que la actividad utilizada tuvo un impacto positivo en el nivel de habilidad de los niños, ya que la media de las puntuaciones después de la actividad es mayor que la media de las puntuaciones antes de la actividad.

Los datos presentados en la tabla evidencian el impacto positivo y significativo que tuvo la actividad basada en juegos que potenciaron las habilidades motoras de los niños. Los efectos positivos observados en la tabla indican que los juegos como herramienta pueden ser un recurso efectivo para favorecer el desarrollo motor en niños de distintas edades y géneros; más que herramienta por excelencia hace que los niños produzcan movimientos naturales que traen consigo un aprendizaje motor, ayudando a desarrollar habilidades cognitivas y sociales en cada ejecución. Estos hallazgos refuerzan la relevancia de fomentar la práctica regular de actividades físicas y deportivas para mejorar la salud de los niños. Asimismo, los resultados de este estudio también sugieren que los juegos pueden ser una manera lúdica y estimulante de mejorar el bienestar integral de los niños y niñas.

Conclusiones

Al identificar y seleccionar cuidadosamente los juegos a realizar, los estudiantes experimentaron mejoras significativas en su desarrollo motor. Estos juegos brindaron oportunidades para que los infantes practiquen habilidades motoras fundamentales, mejorando su coordinación, equilibrio y agilidad, así como fortaleciendo su sistema muscular. Además, las mismas fueron focalizadas en actividades motoras específicas y desafiantes que fomentaron el crecimiento y la mejora continua de las habilidades físicas. Esto da a entender que los estudiantes alcanzan gran parte de su alfabetización física mediante estos juegos y que se les debe dar un seguimiento para saber su avance en el desarrollo integral que tanto se habla en la actualidad.

Cuando se implementan juegos tradicionales como estrategias motivadoras permite al estudiante no solo fortalecer su noción motora, sino más bien conectar con su cultura

proporcionando diversión y entretenimiento, promoviendo el desarrollo de habilidades motoras esenciales, a partir de movimientos naturales. Es por ello por lo que se considera este tipo de actividad lúdica cultural, como un medio esencial para alfabetizar físicamente a los alumnos, de la misma manera esto motiva a la participación dentro del proceso formativo.

Al realizar juegos motores, recreativos y tradicionales como parte de la alfabetización física en los alumnos se fomentó el trabajo en equipo, la comunicación, el respeto y la colaboración entre los estudiantes, participando en actividades no solo para mejorar sus habilidades motoras, sino que también para desarrollar habilidades sociales y emocionales, como la empatía, la toma de decisiones en grupo y el liderazgo compartido.

En conclusión, este trabajo ha demostrado la importancia de los juegos para la alfabetización física de los estudiantes. Los juegos que se plantearon fueron seleccionados cuidadosamente para favorecer el desarrollo motor, la interacción social y la cultura física de los alumnos. Los resultados obtenidos muestran que los juegos motores, tradicionales y recreativos son esenciales para que los estudiantes puedan alcanzar una alfabetización física adecuada y disfrutar de una vida saludable.

Referencias

- Alban, G. P. G., Arguello, A. E. V., & Molina, N. E. C. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 4(3), 163-173. [https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Barrios-Gómez, N. N. (2018). Formación en valores mediante juegos tradicionales usando la investigación como estrategia pedagógica. *Cultura, Educación y Sociedad*, 9(3), 775-782. <http://dx.doi.org/10.17981/cultedusoc.9.3.2018.91>

- Bernate, J. A. (2021). Revisión Documental de la Influencia del juego en el desarrollo de la Psicomotricidad. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*,7(1), 171-198. <https://doi.org/10.17979/sportis.2021.7.1.6758>
- Callejas González, N. (2018). *La educación física como estrategia para fortalecer la alfabetización física* (Tesis doctoral, Universidad) Autónoma de Nuevo León. <http://eprints.uanl.mx/id/eprint/19396>
- Carreiro-da-Costa, F. (2019). Educación física como proyecto de innovación y transformación cultural. *RECIE. Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 3(2), 19-32. <https://doi.org/10.32541/recie.2019.v3i2.pp19-32>
- Campbell, S. K. (2021). Functional movement assessment with the Test of Infant Motor Performance. *Journal of Perinatology*, 41(10), 2385-2394. <https://doi.org/10.1038/s41372-021-01060-3>
- Castillo, F. R., Diaz, E. L., Hinojos, P. O., Alonzo, S. L., & Delgado, J. C. G. (2022). “Alfabetización física en alumnos de 6TO semestre en colegio de bachilleres de Chihuahua. *Revista Mexicana de Ciencias de la Cultura Física*,1(3), 1-5. <https://doi.org/10.54167/rmccf.v1i3.1063>
- Cedeño, Y. A. (2023). Alfabetización física y su influencia en la calidad de vida. *Sinergia Académica*, 6(2), 71-89. <https://orcid.org/0000-0003-4449-1836>
- Condori-Ojeda, Porfirio (2020). *Universo, población y muestra*. Curso Taller. <https://www.aacademica.org/cporfirio/18>

- Cordero, L. H. G., & Jarrín, S. A. (2021). Los juegos tradicionales en la educación física como método de desarrollo de las capacidades coordinativas. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 234-257. <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1238>
- Delgado, V. H., Pérez Plata, L. J., Villafuerte Holguín, J., & Bone Cabeza, J. G. (2019). *Los juegos recreativos en el desarrollo del equilibrio motriz de niños/as en Manta—Ecuador*. <http://repositorio.uho.edu.cu/xmlui/handle/uho/9378>
- Duran, C., & Costes i Rodríguez, A. (2018). Efecto de los juegos motores sobre la toma de conciencia emocional. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 18(70), 227-245. [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista70/artefecto904.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista70/artefecto904.htm)
- Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2018). Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants. *The Lancet Global Health*, 6(10), 1077-1086. [https://doi.org/10.1016/S2214-09X\(18\)30357-7](https://doi.org/10.1016/S2214-09X(18)30357-7)
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill México.
- Leiva, G. M. (2022). Deterioro de la actividad física como un elemento cultural. *Revista Mahpat*, (3), 16-22. <https://revistamahpat.com/index.php/rm/article/view/26>
- Longmuir, P. E, Woodruff, S. J, Boyer, C., Lloyd, M. y Tremblay, MS (2018). Cuestionario de conocimientos de alfabetización física: viabilidad, validez y confiabilidad para niños

- canadienses de 8 a 12 años. *Salud pública BMC*, 18 (2), 1-11.
<https://doi.org/10.1186/s12889-018-5890-y>
- Mocha-Bonilla, J. A., Barquin, C., & Castro, W. (2018). Efectos de un programa de juegos recreativos en la definición de la lateralidad. *Revista Espacios*, 39(23).
<http://ww.revistaespacios.com/a18v39n23/18392326.html>
- Molina, J., Roque, J. I. A., Iturriaga, F. M. A., & García, L. C. (2021). Vivencia emocional en juegos motores de cooperación oposición en alumnado de secundaria. *EmásF: revista digital de educación física*, (72), 23-38.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8056679>.
- Mendoza Muñoz, M., Lopez García, C., Franco García, J. M., Calzada Rodriguez, J. I., Denche Zamorano, Ángel M., & Carlos-Vivas, J. (2020). Valores de alfabetización física en niños con edades comprendidas entre 8 y 12 en Extremadura: *Estudio piloto. E-Motion: Revista De Educación, Motricidad E Investigación*, (15), 1-30.
<https://doi.org/10.33776/remo.v0i15.4900>
- Ortega, A. O. (2018). Enfoques de investigación. *Extraído de*
https://www.researchgate.net/publication/326905435_ENFOQUES_DE_INVESTIGACION
- Pastor, B. F. R. (2019). Población y muestra. *Pueblo continente*, 30(1), 245-247.
<http://journal.upao.edu.pe/PuebloContinente/article/view/1269/0>
- Pérez, D. C., Jumbo, L. R. V., Macao, K. N., & Sinche, L. V. V. (2018). La recreación y su impacto en el sedentarismo en los estudiantes universitarios (revisión). *Olimpia:*

Publicación científica de la facultad de cultura física de la Universidad de Granma, 15(48), 174-187. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6399859>.

Posso, R. J., Marcillo, J. C. y Bedón, E. D. (2021). Las tecnologías de la Información y comunicación como alternativa para el entrenamiento en la pandemia. *Revista científica Olimpia*, 18(2), 1090-1100. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2682>

Posso Pacheco, R., Villarreal Arias, S., Marcillo Ñacato, J., Carrera Toapanta, P., y Morales Pérez, N. (2021). Inteligencias múltiples como estrategia para la Educación Física: una intervención didáctica durante la pandemia. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(1), 120 - 131. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1184>

Posso, R., Lara, L., López., S. y Garcés, R. (2022). Objetivo de desarrollo sostenible acción por el clima: un aporte desde la Educación Física. *Ciencia y Deporte*.7(2), 34 – 45. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/25953/1/22%20POSSO-LARA-LOPEZ%20OBJETIVO%20DE%20DESARROLLO.pdf>

Rivera Sosa, J.M., Aguirre Chávez, J.F., y Nuñez Enríquez, O. (2022). Educación física y estilos de vida saludables; una mirada a los referentes actuales. *Revista Mexicana de Ciencias de la Cultura Física*, 1(1), 1-10. <https://doi.org/10.54167/rmccf.v1i1.891>

Rendón-Macías, M. E., Zarco-Villavicencio, I. S., y Villasís-Keever, M. Á. (2021). Métodos estadísticos para el análisis del tamaño del efecto. *Revista Alergia México*,68(2),128-136. <https://www.redalyc.org/journal/4867/486771910006/486771910006.pdf>}}

- Rodríguez, J. L. (2023). Actividades óculo-manuales para desarrollar habilidades de motricidad fina en estudiantes de licenciatura en educación física. *Domino de las Ciencias*, 9(2), 619-637. <https://orcid.org/0000-0002-7068-5557>
- Román, J., & Huilca, J. V. (2018). *Los juegos recreativos y su influencia en las habilidades motoras básicas de los niños de 3 y 4 años de la i.e.i. nro. 218 "Micaela Bastidas" Abancay - 2017* [Tesis Pregrado]. UNAMBA
<http://repositorio.unamba.edu.pe/handle/UNAMBA/607>
- Sánchez, A. (2022). *Plan de Alfabetización Física para el desarrollo de la competencia axiológica corporal en los estudiantes de básica secundaria de la institución educativa Carmen Teresiano Rubio*. (Trabajo de Posgrado). Universidad Pedagógica Experimental Libertador Instituto Pedagógico Rural Gervasio Rubio) <https://espacio-digital.upel.edu.ve/index.php/TGM/article/view/403/390>
- Tenera, L. A. C., Acevedo, P. A. J., Ricaurte, K. M. M., & Pacheco, N. E. P. (2011). Características del desarrollo motor en niños de 3 a 7 años de la ciudad de Barranquilla. *Psicogente*, 14(25), 76-89. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552358008>
- Trillo, F., & Trillo, J. (2020). Patios inclusivos y juegos tradicionales. *Lecturas: educación física y deportes*, 4(13), 1-15. https://www.researchgate.net/profile/Jose-Trillo-3/publication/347558177_Patios_inclusivos_y_juegos_tradicionales/links/60890f968ea909241e2c7a71/Patios-inclusivos-y-juegos-tradicionales.pdf