

El autocontrol emocional en escolares del quinto grado en las clases de Educación Física

Emotional self-control in fifth grade students in Physical Education classes

María Elena Jiménez-Arteaga¹, Teresa Martínez-Blanco², Hilda Rabilero-Sabates³

¹ *Máster en Ciencias. Universidad de Oriente, Cuba.* <https://orcid.org/0000-0002-4884-2923> , mjimenez@uo.edu.cu

² *Máster en Ciencias. Universidad de Oriente, Cuba.* <https://orcid.org/0000-0003-4958-8135> , tmartinez@uo.edu.cu

³ *Doctora en Ciencias. Universidad de Oriente, Cuba.* <https://orcid.org/0000-0001-8547-3269> , hrabilero@uo.edu.cu

Fecha de recepción: 23 de febrero de 2024.

Fecha de aceptación: 05 de marzo de 2024.

RESUMEN

En la actualidad las clases de Educación Física constituyen el espacio ideal para la formación integral de la personalidad en niños, adolescentes y jóvenes. Por este motivo durante las clases se requiere de ellos: entrega, seguridad, sacrificio, conocimiento, alta concentración, dominio de su conducta, entre otras actitudes que permitan lograr una personalidad armónica y equilibrada según las exigencias de las clases. Por ello el presente trabajo aborda un tema de actualidad donde se ofrecen un conjunto de técnicas participativas para estimular el autocontrol emocional en los escolares de quinto grado de la escuela primaria José Merceron Allen del municipio Segundo Frente. La investigación parte de algunas insuficiencias detectadas en el Proceso Docente Educativo en las clases de Educación Física durante las prácticas investigativas realizadas con los escolares. Para ellos se utilizaron métodos y técnicas como el analítico-sintético, observación, entrevistas para fundamentar y diagnosticar el estado actual del problema.

Palabras clave: autocontrol emocional; personalidad armónica; técnicas participativas; Educación Física

ABSTRACT

Currently, Physical Education classes constitute an ideal space for the comprehensive formation of personality in children, adolescents, and young people. For this reason, during classes, they are required to demonstrate dedication, security, sacrifice, knowledge, high concentration, and mastery of their behavior, among other attitudes that enable them to achieve a harmonious and balanced personality in line with the demands of the classes. Therefore, this work addresses a current issue by offering a set of participatory techniques aimed at stimulating emotional self-control in fifth-grade students at the José Merceron Allen primary school in the Segundo Frente municipality. The research is based on certain deficiencies identified in the Educational Teaching Process within Physical Education classes during research practices conducted with schoolchildren. Methods and techniques such as analytical-synthetic approaches, observation, and interviews were employed to substantiate and diagnose the current state of the problem.

Keywords: emotional self-control; harmonious personality; participatory techniques; Physical Education

INTRODUCCIÓN

Villafuerte et al (2019) explican que la Educación Física tiene a la corporeidad en su centro de acción educativa y como objetivo se plantea incidir en la formación del educando desde el punto de vista biológico. Esta es la única asignatura escolar que tiene por objeto el cuerpo, la actividad, el desarrollo físico y la salud, por lo que ayuda a los niños/as a familiarizarse con las actividades corporales y desarrollar el interés necesario para cuidar su salud.

Hernández y Méndez (2017) señalan que el tratamiento de la calidad educativa es un problema complejo, tanto en su definición conceptual, como en su materialización y evaluación, dada la incidencia de múltiples factores, asociados a la naturaleza del propio concepto y a la complejidad del fenómeno educativo en sí mismo. En diferentes foros y eventos de carácter político y científico se ha tratado el tema de la calidad educacional y su evaluación como aspecto de gran interés, ello demuestra que, en la actualidad, existe mayor conciencia de la necesidad de elevar los niveles de calidad de la educación.

En relación con el tema que se aborda en esta investigación, se toma como uno de los referentes a Báez (2018) que presenta una estrategia educativa para estimular el autocontrol en los alumnos con trastornos de conducta categoría II. Durán (2017) brinda acciones educativas para estimular el autocontrol de la conducta en los niños de quinto grado en las clases de Educación Física. Estas investigaciones se acercan más al tema que se trata, aunque ambas se consideran valiosas por sus aportes, aún es insuficiente el tratamiento de las mismas, lo que trae consigo que se manifiesten insuficiencias de indisciplina y receptividad de sí mismo, que limita las relaciones grupales y un mayor y mejor desarrollo de las clases.

Es por ello que nos planteamos el siguiente objetivo: “Elaborar técnicas participativas para estimular el autocontrol emocional en el Proceso Docente Educativo en las clases de Educación Física en escolares del quinto grado de la escuela primaria José Mercerón Allén del municipio Segundo Frente”.

MÉTODOS

La población está conformada por 30 escolares que integran la matrícula y constituye el 100% de los escolares de quinto grado de la escuela primaria José Mercerón Allen del municipio de Segundo Frente.

De la población total se tomaron 15 escolares como muestra intencional que va a constituir el 50%, mediante la selección de los escolares se tuvo en cuenta las particularidades del autocontrol emocional descrita en la fundamentación del problema, la caracterización psicopedagógica general y la que se obtuvo en el diagnóstico de la situación actual del autocontrol emocional en los escolares de quinto grado. Además de los dos profesores de Educación Física de la entidad, que representa el 100% de la misma. Se tuvo en cuenta también a dos metodólogos de la Dirección Municipal de Educación Física.

La muestra ha sido seleccionada de manera intencional, de acuerdo con los criterios siguientes:

1. Los escolares seleccionados son los que mayormente presentan manifestaciones de inseguridad, dependencia e irritabilidad durante las clases.
2. Existencia de un determinado factor de riesgo.

Caracterización de la muestra

1. Los escolares seleccionados pertenecen al quinto grado de la escuela primaria José Mercerón Allén.
2. Sus edades oscilan entre los 10 - 11 años.
3. Está conformado por 9 hembras y 6 varones.

Para la concreción de las tareas antes expresadas se emplearon distintos métodos y técnicas de investigación:

Métodos teóricos:

Analítico-sintético: para la fundamentación teórica y metodológica del autocontrol y del proceso docente educativo clases de Educación Física. las

Sistémico-estructural-funcional: para la elaboración de las técnicas participativas y la revisión de los documentos normativos de la asignatura

Métodos empíricos:

Observación: para constatar las situaciones que presentan los escolares de quinto grado en el autocontrol durante las clases de Educación Física.

Técnicas:

Entrevista: realizada a los profesores para diagnosticar el conocimiento del autocontrol y qué acciones realizan para mejorarla.

Entrevista a la muestra seleccionada para constatar hasta qué punto conocen los problemas que tienen con relación al autocontrol emocional.

Técnica estadística:

El cálculo porcentual: para la interpretación y valoración de los resultados obtenidos

Situación actual del autocontrol emocional en los escolares del quinto grado de la escuela primaria José Merceron Allén.

Análisis de la observación a clases:

Para la observación a clases se tomó en cuenta dos áreas:

1. Área emocional

Indicadores:

- ❖ Emociones.
- ❖ Afectos.
- ❖ Estado de ánimo.
- ❖ Estado de tensión.

2. Área conductual

Indicadores:

- ❖ Toma de decisiones.
- ❖ Autoconfianza.
- ❖ Seguimiento de la actuación.
- ❖ Control de impulsos.
- ❖ Relaciones interpersonales.

Las observaciones realizadas para la investigación, durante las clases de Educación Física se efectuaron para constatar las manifestaciones del autocontrol emocional. Fueron observadas dos clases por semanas durante un mes, constatándose que los niños tienen afectación en ambas áreas, las que se encuentran entre un 80 y 100% respectivamente.

RESULTADOS

De forma general los resultados fueron los siguientes en cuanto al área emocional: las manifestaciones que más se destacaron en los escolares fueron la inestabilidad, la impulsividad y la excitación. Solo en una de las observaciones hubo en ellos una cierta inclinación al equilibrio dentro de las clases y con algo de optimismo. Esto demuestra una tendencia al escaso trabajo de los profesores en cuanto al control de las emociones, los estados de ánimo y los estados de tensión.

La segunda área observada fue la conductual en la que se pudo constatar el nivel de dependencia hacia otros, la inseguridad, falta de control de sí mismos. Esto demuestra que no pueden lograr mejores resultados porque no saben tomar decisiones, carecen de autoconfianza y tienen dificultad en el control de sus impulsos y así sus relaciones interpersonales.

Análisis de la entrevista aplicada a los profesores.

Mediante las entrevistas realizadas a los profesores de la Educación Física con el objetivo de determinar los conocimientos teóricos que poseen relacionados con el autocontrol emocional se pudo conocer que: todos los profesores entrevistados, desde el punto de vista conceptual, manifestaron que el autocontrol es la capacidad que puede tener una persona para controlarse ante situaciones o actividades que realice. Esto indica un cierto desconocimiento del autocontrol como peculiaridad interna, ya que solo lo relacionan con las manifestaciones externas, sin analizarlo como rasgos de la personalidad, esto puede influir negativamente en el diagnóstico y la atención que deben brindar los profesores a sus escolares.

Al indagar sobre los elementos que a su modo de ver forman parte del autocontrol emocional se refieren al carácter y temperamento. Solo uno de ellos se refirió a lo volitivo, lo cual dificulta la especificación del tratamiento dentro de las clases, es decir, no supieron, de modo concreto, identificar los elementos que presentan mayor afectación en sus escolares por lo que resultó insuficiente el tratamiento dentro de las clases.

En cuanto a las actividades teórico-metodológicas de los profesores entrevistados, solo uno manifestó haber recibido orientaciones de la psicopedagoga de la escuela primaria, sin declarar en qué consistieron. Esto solo representa un 25%. El resto de ellos, manifestó no haber recibido ninguna orientación o actividad metodológica relacionada con el autocontrol emocional, representado esto el 75%, por lo que también se consideran insuficientes o negativas las respuestas recibidas.

Con relación a las manifestaciones que presentan los escolares, relacionadas con el autocontrol emocional, dos de los entrevistados se ha acercado a la identificación de las mismas y dos no lograron dar argumentos de estas manifestaciones, lo que representa el 50% respectivamente.

Con relación a las acciones que desarrollan con sus escolares durante el proceso de las clases se considera como positiva una de las respuestas recibidas, la misma se refería a la asignación de responsabilidades, crear ambiente de competencias en los juegos durante las clases, representando un 25%. Los restantes profesores no dieron argumentos sólidos con relación a las acciones, para un 75%.

Ninguno de los entrevistados se refirió a técnicas participativas u otras actividades que dentro de las clases puedan disminuir la impulsividad, para contrarrestar esta situación manifestaron haber dado charlas a sus escolares, representando esto, el 100% de la muestra. Se considera como una respuesta negativa.

De forma general, las entrevistas realizadas a los profesores demostraron desconocimiento teórico del autocontrol emocional, careciendo también, de herramientas y preparación psicológica para favorecer a los escolares durante la clase de Educación Física.

Análisis de la entrevista aplicada a los escolares.

Mediante las entrevistas realizadas a los 15 escolares, 6 de ellos se refirieron a controlar la mente y el cuerpo, lo que representa el 40%. Esto se considera insuficiente o negativo, ya que no dieron más argumentos. Los 9 restantes dieron más argumentos, ya que manifestaron tener control de sí mismos y buena concentración, para un 60% que se considera respuesta positiva o aceptable. Los 15 escolares entrevistados mostraron desconocimiento de sus deficiencias, manifestando todos que, ante un regaño del profesor, se incomodan y disminuyen sus deseos de continuar con las clases. Esto demuestra la imposibilidad de los escolares para resolver sus problemas relacionados con el autocontrol. Esta respuesta se considera negativa, para un 100%.

El 40% de los escolares dio argumentos de cómo autocontrolarse durante la clase para eliminar sus propias dificultades, y el otro 60% no dio respuesta ninguna.

Al investigar con los escolares sobre cómo podían darse cuenta de que su comportamiento en las clases era o no el adecuado, el 100% manifestó que al realizar mal los ejercicios. Ninguno se refirió a rasgos de sus conductas, sus temperamentos emocionales y volitivos, por lo que existe dificultad en este sentido para resolver sus problemas.

De manera general con las entrevistas realizadas a los escolares se evidencia una inadecuada orientación en cuanto a las dificultades relacionadas con el autocontrol, no reconocen la existencia de sus alteraciones a pesar de que aseguran que no andan bien, por lo que no pueden resolver sus problemas. Demostró además que los escolares no disponen de recursos correctivos por parte del profesor o de la psicopedagoga para eliminar estas alteraciones.

A continuación, se expone un resumen de los resultados más significativos sobre la aplicación de los métodos y técnicas referidos anteriormente o conclusiones diagnósticas.

Los conocimientos de los escolares acerca del autocontrol emocional en el orden conceptual resultaron insuficientes pues se aportan componentes de forma aislada relativa al comportamiento con un marcado contenido vivencial. No incluyen los aspectos relacionados con la atención a las vivencias afectivas para controlar los impulsos, así como la forma de darle solución a los problemas.

Muestran limitaciones en el conocimiento de sí mismos y de las acciones para erradicar las situaciones que presenta su conducta.

Los profesores no precisan de modo concreto los elementos del autocontrol emocional que presentan mayor afectación en sus escolares, ni da a conocer las actividades específicas que realizan o realizarían para disminuir estas manifestaciones.

Los escolares presentan dificultades en el comportamiento, en la programación de tareas para erradicar las alteraciones en la conducta, en hacer las correcciones necesarias cuando se equivocan.

Presentan dificultades en sus relaciones interpersonales y sienten temor o preocupación cuando tienen gran responsabilidad ante los resultados del grupo.

El diagnóstico realizado permitió demostrar las necesidades significativas en el autocontrol emocional en los escolares de quinto grado durante el Proceso Docente Educativo durante las clases de Educación Física, lo que demuestra la evidente necesidad de promover modificaciones en el ámbito educativo que pueden mejorar con la puesta en práctica de las técnicas participativas

Análisis de la entrevista aplicada a los escolares.

Mediante las entrevistas realizadas a los 15 escolares, 6 de ellos se refirieron a controlar la mente y el cuerpo, lo que representa el 40%. Esto se considera insuficiente o negativo, ya que no dieron más argumentos. Los 9 restantes dieron más argumentos, ya que manifestaron tener control de sí mismos y buena concentración, para un 60% que se considera respuesta positiva o aceptable. Los 15 escolares entrevistados mostraron desconocimiento de sus deficiencias, manifestando todos que, ante un regaño del profesor, se incomodan y disminuyen sus deseos de continuar con las clases. Esto demuestra la imposibilidad de los escolares para resolver sus problemas relacionados con el autocontrol. Esta respuesta se considera negativa, para un 100%.

El 40% de los escolares dio argumentos de cómo autocontrolarse durante la clase para eliminar sus propias dificultades, y el otro 60% no dio respuesta ninguna.

Al investigar con los escolares sobre cómo podían darse cuenta de que su comportamiento en las clases era o no el adecuado, el 100% manifestó que al realizar mal los ejercicios. Ninguno se refirió a rasgos de sus conductas, sus temperamentos emocionales y volitivos, por lo que existe dificultad en este sentido para resolver sus problemas.

De manera general con las entrevistas realizadas a los escolares se evidencia una inadecuada orientación en cuanto a las dificultades relacionadas con el autocontrol, no reconocen la existencia de sus alteraciones a pesar de que aseguran que no andan bien, por lo que no pueden resolver sus problemas. Demostró además que los escolares no disponen de recursos correctivos por parte del profesor o de la psicopedagoga para eliminar estas alteraciones.

A continuación, se expone un resumen de los resultados más significativos sobre la aplicación de los métodos y técnicas referidos anteriormente o conclusiones diagnósticas.

Los conocimientos de los escolares acerca del autocontrol emocional en el orden conceptual resultaron insuficientes pues se aportan componentes de forma aislada relativa al comportamiento con un marcado contenido vivencial. No incluyen los aspectos relacionados con

la atención a las vivencias afectivas para controlar los impulsos, así como la forma de darle solución a los problemas.

Muestran limitaciones en el conocimiento de sí mismos y de las acciones para erradicar las situaciones que presenta su conducta.

Los profesores no precisan de modo concreto los elementos del autocontrol emocional que presentan mayor afectación en sus escolares, ni da a conocer las actividades específicas que realizan o realizarían para disminuir estas manifestaciones.

Los escolares presentan dificultades en el comportamiento, en la programación de tareas para erradicar las alteraciones en la conducta, en hacer las correcciones necesarias cuando se equivocan.

Presentan dificultades en sus relaciones interpersonales y sienten temor o preocupación cuando tienen gran responsabilidad ante los resultados del grupo.

El diagnóstico realizado permitió demostrar las necesidades significativas en el autocontrol emocional en los escolares de quinto grado durante el Proceso Docente Educativo durante las clases de Educación Física, lo que demuestra la evidente necesidad de promover modificaciones en el ámbito educativo que pueden mejorar con la puesta en práctica de las técnicas participativas.

DISCUSIÓN

Estos resultados coinciden con Madrona et al., (2008) donde plantean que la propuesta son diferentes juegos de movimientos los cuales provocan diversas sensaciones en los participantes y, a la vez, propician el desarrollo de diferentes procesos psíquicos, entre ellos las percepciones, las sensaciones, la imaginación, la atención, el pensamiento, la voluntad, los sentimientos, el carácter y el temperamento. Promueven el desarrollo de hábitos y capacidades motrices, de cualidades morales y volitivas como la voluntad, el valor, la perseverancia, la ayuda mutua, la disciplina, el colectivismo.

La motricidad es también creación, espontaneidad, intuición; es manifestación de intencionalidades y personalidades. Cada persona construye su propio movimiento como manifestación de su personalidad. Esta construcción de la identidad motriz resulta de procesos afectivos, cognitivos, estéticos y expresivos que se han adquirido a través de la vida (Murcia,

2010). De esta forma, nuestro cuerpo incorpora una técnica determinada que implica también una nueva manera de visualizar el mundo real.

Por otro lado estos resultados los confirma otros autores cuando plantean que se manifiesta que las habilidades motrices son componentes los cuales se tienen que desarrollar lo cual es el cognitivo, el sensorial y el socio afectivo para eso se aborda a Alonso et al. (2017) que dan el ejemplo de una persona en situación de discapacidad intelectual, dice que ya no es una persona con la capacidad de ser con un rasgo fijo y absoluto, ya que tienen un origen tanto social como de factor de tipo orgánico (Bernate y Tarazona, 2021).

Finalmente, Bernate, et al. (2019) mencionan la importancia de formar integralmente a los niños desde sus etapas infantiles, fortaleciendo los lazos de habilidades sociales mediante ejercicios y juegos colaborativos, potenciando la educación corporal en valores. Por tal motivo, se plantea el objetivo de la siguiente revisión bibliográfica-sistémica, el cual consiste en analizar y sistematizar la postura de diferentes referentes académicos especialistas del tema en la contribución de la Educación Física en los procesos de desarrollo motriz en las etapas infantiles y como estos aporta de manera transversal en las áreas integrales de aprendizaje. Así mismo, se puede señalar que esta investigación, está encaminada a disponer una fuente de consulta para los estudiantes y profesionales de Educación Física en nivel superior y escolar, con el objetivo de tener un sustento teórico y referenciado académicamente en cuanto a las estrategias pedagógicas del área específica en el saber hacer de la enseñanza y educación motriz.

Valoración parcial de las técnicas participativas.

Con la intención de poseer una valoración de las técnicas participativas se aplicó una entrevista a los profesores, para valorar la pertinencia de esta propuesta, obteniendo juicios valorativos y recomendaciones sobre las mismas.

Los criterios para la selección de los profesores fueron los siguientes:

- ❖ Centro de procedencia.
- ❖ Años de experiencia profesional.
- ❖ Categoría académica.
- ❖ Cargo.

Al hacer una valoración a los profesores y directivos de Educación Física se verificó que todos son graduados de la Facultad de Cultura Física lo que representa el 100%. En cuanto a los años

de experiencias, el 100% se encuentran entre 15 y más de 20 años. Según la categoría académica existen 2 licenciados y 2 máster. Estas valoraciones constituyen a criterio de la autora juicios de importancias, ya que poseen vivencias para valorar con objetividad las técnicas participativas, lo que les permitió realizar un análisis con objetividad y científicidad.

A través de la educación física se adquieren ciertos saberes que contribuyen a que el ser humano logre autoconciencia como sujeto socio histórico dentro de una comunidad y comprenda sus derechos y obligaciones. Entre estos derechos se encuentra su inclusión como factor de cambio y no simplemente como reproductor o consumidor de patrones motrices, posturas o gestos. De esta manera, la educación motriz como base de una educación para la vida no es responsabilidad de una asignatura que se encargue de la pedagogía del cuerpo, sino que es responsabilidad de toda la educación (Molina et al., 2004 y Pateti, 2007)

El 100% de los entrevistados la consideró pertinente y acertada. Y un 75% consideró que puede ser aplicable a otros grados.

Lo que coincide con Contell et al., (2017) cuando plantea que “Desde el punto de vista afectivo suscita excitación, alegría, libertad de acción y elección, disposición y motivación ; en lo motor, asegura una participación activa del niño, que implica un mejor desarrollo de las habilidades motrices básicas y capacidades físicas, en lo cognitivo favorece la adquisición de conocimientos, la concentración de la atención y la activación del pensamiento; en lo social promueve la relación con otros, la interacción constante y la comunicación, posibilitara la adquisición de patrones morales de comportamiento”.

Con relación al criterio de los entrevistados, relacionados con la concepción del mundo el 100% expresan que la propuesta está bien fundamentada y que responde a una exigencia de indiscutible actualidad. Consideran que aborda un tema complejo, donde se trabajan temáticas interesantes, desde una estructura bien organizada y poseedora de los elementos necesarios donde trata aspectos básicos referidos al autocontrol emocional.

Refieren además que está estructurada, de forma lógica y motivadora, consideran que las mismas, tienen una estructura coherente con un orden lógico, se corresponde con los momentos esenciales que se necesitan para que los escolares puedan autocontrolarse y lograr resultados satisfactorios en las clases, además ser una fuente de motivación.

Los entrevistados consideran que las técnicas participativas ayudan a reflexionar juntos en busca de soluciones a los problemas que puedan presentarse durante la clase, en cuanto a lo conductual, cognitivo y emocional.

El 100 % coincidieron en el elevado nivel de flexibilidad, factibilidad y eficacia, dada a la posibilidad que brindan de ser modificadas y diseñadas para otros grados e incluso en algunos deportes, además de resultar atractivas e interesantes. Este trabajo en manos de los profesores constituye un material para la organización del Proceso Docente Educativo durante las clases de Educación Física.

Conclusiones.

1. El diagnóstico aplicado permitió corroborar las insuficiencias en los escolares, relacionados con el autocontrol emocional, así como el escaso trabajo que se realizó para su tratamiento y estimulación, por lo que el objetivo trazado para el desarrollo de la investigación permitió resolver la problemática planteada.
2. Las técnicas participativas elaboradas fueron estructuradas partiendo de los fundamentos psicológicos abordados, así como las particularidades de las clases y los profesores, como figuras principales en su posterior aplicación.
3. La valoración parcial de las técnicas participativas elaboradas se sustenta en las opiniones expresadas por los profesores de Educación Física y directivos, que coinciden en reconocer la aplicabilidad, necesidad de introducción, actualidad y nivel científico de la propuesta de solución al problema planteado.

REFERENCIAS

- Alonso, D. M., Pueyo, A. P., Giménez, A. M., Río, J. F., & Saborit, J. A. P. (2017). Análisis del desarrollo curricular de la Educación Física en la Enseñanza Secundaria Obligatoria: Comparación de los currículos autonómicos. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (31), 82-87. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5841349>
- Báez, A. (2012). *Estrategia educativa para la estimulación del autocontrol en alumnos con trastornos de conducta categoría II en la Educación Física* [Tesis de doctorado, Instituto Superior Pedagógico Frank País García, Santiago de Cuba].

- Bernate, J., & Tarazona, L. (2021). Revisión documental de la importancia de la motricidad en el ámbito humano. *Ciencia y Deporte*, 6(1), pp. 1-16.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8441599>
- Bernate, J., Fonseca, I., Betancourt, M., García, F., & Sabogal, H. (2019). Competencias ciudadanas en la educación física escolar. *Acción Motriz*, 23(2), 90-99.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7112441>
- Contell, S., Molina, J., & Martínez, V. (2017). Niveles y patrones de actividad física en sesiones de motricidad infantil basadas en el juego libre. *Sportis Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 3(2), 303-322.
<https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.2.1891>
- Durán, Y. (2017). *Acciones educativas para estimular el autocontrol de la conducta en los estudiantes de séptimo grado en las clases de Educación Física en la Secundaria Básica "Orlando Carvajal Colás"* [Trabajo de Diploma, Universidad de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", Santiago de Cuba].
- Gamboa, R. A., Jiménez, G., & Cacciuttolo, C. (2019). *Motricidad infantil: bases y lineamientos para recrear con los niños y las niñas trayectorias de placer*. Ediciones Universitarias de Valparaíso.
- Hernández, A., & Méndez, A. (2017). Alternativa metodológica para mejorar la calidad de la clase de Educación Física en el segundo ciclo de la Educación Primaria del municipio de Holguín. *DeporVida* 14(31), 1-15.
<https://deporvida.uho.edu.cu/index.php/deporvida/article/view/371/2122>
- Madrona, P. G., Jordán, O. R. C., & Barreto, I. G. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada. *Revista iberoamericana de educación*, 47(1), 71-96. <https://rieoei.org/RIE/article/view/705>
- Molina, B., Uribe, I., Vergara, E., Melquiceded, J. (2004). Promoción de la salud desde la pedagogía de la motricidad. *EFDeportes*, 22(1), 59-71.
<https://efdeportes.com/efd78/motric.htm>
- Murcia N. (2003). La motricidad humana: trascendencia de lo instrumental. *EFDeportes*, 9(65)
<https://www.efdeportes.com/efd65/motric.htm>

Pateti, Y. (2007). Reflexiones acerca de la corporeidad en la escuela: Hacia la despedagogización del cuerpo. *Paradigma*, 28(1): 105-130.
<http://revistaparadigma.online/ojs/index.php/paradigma/article/view/377>

Villafuerte, J., Pérez, L., y Delgado, V. (2019). Retos de la Educación Física, Deportes y Recreación en Ecuador: las competencias docentes. *Retos*, 36, 327-335.
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/67062>