



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

MODALIDAD PRESENCIAL

**Proyecto de Investigación Previo a la Obtención Del Título en Ciencias de la
Educación Mención: Cultura Física**

TEMA:

“LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS EN LA MOTRICIDAD DE PERSONAS
CON DISCAPACIDAD DE LA FUNDACIÓN SAN JOSÉ DE HUAMBALO DEL
CANTÓN PELILEO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”.

AUTOR: WILLIAM ANDRÉS CHIPANTIZA URQUIZO

TUTOR: ING. YAMANDÚ YÁNEZ MG.

Ambato-Ecuador

2016

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Yo, Ing. José Yamandú Yánez Cabrera, MG, con cédula de identidad 1802505504-8, en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “**Las Actividades Recreativas en la Motricidad de las Personas con Discapacidad de la Fundación San José de Huambalo del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua**”, desarrollado por el egresado, **William Andrés Chipantiza Urquizo**, considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión Calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.



TUTOR

Ing. José Yamandú Yánez Cabrera, MG

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, **William Andrés Chipantiza Urquizo**, manifiesto que los resultados obtenidos en la presente investigación, previo a la obtención del título de Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención: Cultura Física, son absolutamente originales, auténticos y personales, a excepción de las citas.



William Andrés Chipantiza Urquizo
C.I. 18045594-8

AUTOR

DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en líneas patrimoniales del presente trabajo final de Grado o Titulación sobre el tema: “**Las Actividades Recreativas en la Motricidad de las Personas con Discapacidad de la Fundación San José de Huambalo del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua**”, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.



William Andrés Chipantiza Urquizo

C.I. 18045594-8

AUTOR

APROBACIÓN DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL DE GRADO

La Comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “**Las Actividades Recreativas en la Motricidad de las Personas con Discapacidad de la Fundación San José de Huambalo del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua**”, presentado por la señorita Giovanna Elizabeth Salas López egresado de la Carrera de Cultura Física Modalidad Presencial, una vez revisada y calificada la investigación, se APRUEBA en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

LA COMISIÓN



Lcdo. Mg. Christian Barquín
MIEMBRO



Lcdo. Mg. Santiago Garcés
MIEMBRO

DEDICATORIA

A DIOS, por darme las virtudes, fortalezas y sabiduría necesarias para salir adelante y sobre todo por guiarme por el camino del bien.

A mi familia, que han sido el eje fundamental y gran parte de mí para que este sueño se convierta en realidad ya que con su apoyo y buen ejemplo han hecho de mí un gran ser humano.

A ti hijo mío Sebastián porque por ti día a día he luchado y me esforzado y sacrificado para cumplir esta meta. Y por qué no agradecer a todas las personas que de una u otra manera han formado parte de esta meta alcanzada.

William Andrés Chipantiza Urquiza

AGRADECIMIENTO

Quiero dar mi sincero agradecimiento a mi Tutor de Tesis, Ing. Yamandú Yáñez., por sus sabios y oportunos consejos en el desarrollo de este trabajo.

A los maestros de la Universidad Técnica de Ambato, que me brindaron sus conocimientos profesionales en esta etapa de mi formación académica, y sobre todo por darme la oportunidad de prepararme en esta prestigiosa institución y ascender un escalón más en mi vida profesional.

A la Fundación San José de Huambalo, por su valiosa colaboración con la información de campo para este proyecto alcanzado.

William Andrés Chipantiza Urquiza

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Portada.....	i
Certificación del tutor	ii
Autoría de la investigación.....	iii
Derechos de autor.....	iv
Aprobación de los miembros del tribunal de grado	v
Dedicatoria	vi
Agradecimiento.....	vii
Índice general de contenidos.....	viii
Índice de tablas.....	xi
Índice de gráficos	xii
Resumen ejecutivo	xiii
Introducción	1

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Tema de investigación.....	3
1.2 Planteamiento del problema.....	3
1.2.1 Contextualización.....	3
1.2.2 Análisis Crítico.	6
1.2.3 Prognosis.....	7
1.2.5 Interrogantes.....	7
1.2.6 Delimitación del objeto de investigación.....	8

1.3 Justificación.....	8
1.4 Objetivos.	9
1.4.1 Objetivo General.	9
1.4.2 Objetivos específicos.	9

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes investigativos.....	11
2.2 Fundamentación filosófica.....	13
2.3 Fundamentación legal.	14
2.4 Categorías fundamentales	17
2.4.1 Constelación de ideas de la variable independiente.....	18
2.4.2 Constelación de ideas de la variable dependiente.....	19
2.4.3 Categorías Fundamentales de la Variable Independiente.	20
2.4.4 Categorías Fundamentales de la Variable Dependiente.....	39
2.5 Hipótesis.....	55
2.6 Señalamiento de variables de la hipótesis.....	56

CAPÍTULO III
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Enfoque.	57
3.2 Modalidad básica de la investigación.	58
3.3 Nivel o tipo de investigación.....	58

3.4 Población y muestra.	59
3.5 Operacionalización de la variable Independiente: Actividades Recreativas.....	60
3.5.1 Operacionalización de la variable Dependiente: Motricidad.....	61
3.6 Procesamiento y análisis.	62

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis e interpretación encuestas a personas con discapacidad.	63
4.2 Análisis de encuestas a facilitadores.	73
4.3 Verificación de la Hipótesis	83
4.3.1 Planteamiento de la Hipótesis	83

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones.....	87
5.2 Recomendaciones.....	88
Bibliografía	89
Anexos	92

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1: Actitudes Físicas.....	22
Tabla N° 2: Población	59
Tabla N° 3: Variable independiente: actividades recreativas.	60
Tabla N° 4: Variable dependiente: motricidad	61
Tabla N° 5: Plan de recolección de la información	62
Tabla N° 6: Desarrollo Físico	63
Tabla N° 7: Participación activa	64
Tabla N° 8: Juegos Tradicionales	65
Tabla N° 9: Aspectos cognitivos y afectivos	66
Tabla N° 10: Desarrollarse en la sociedad	67
Tabla N° 11: Equilibrio Emocional	68
Tabla N° 12: Expresión de salud.....	69
Tabla N° 13: Mejora su Motricidad	70
Tabla N° 14: Conclusiones nuevas y resolverlas	71
Tabla N° 15: Mejora la imaginación.....	72
Tabla N° 16: Desarrollo Físico	73
Tabla N° 17: Participación más activas	74
Tabla N° 18: Juegos tradicionales.....	75
Tabla N° 19: Mejora la calidad de vida	76
Tabla N° 20: Personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad	77
Tabla N° 21: Equilibrio emocional	78
Tabla N° 22: Calidad humana y expresión de salud	79
Tabla N° 23: Motricidad de las personas con discapacidad.....	80
Tabla N° 24: Capacidad de un cerebro	81
Tabla N° 25: Mejorar la imaginación	82
Tabla N° 26: Frecuencias Observadas	84
Tabla N° 27: Frecuencias Esperadas	84

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1: Árbol de problemas	5
Gráfico N° 2: Categorías fundamentales.	17
Gráfico N° 3: Constelación de ideas de la variable independiente.	18
Gráfico N° 4: Constelación de ideas de la variable dependiente.	19
Gráfico N° 5: Tipos de minusvalías o discapacidad.	50
Gráfico N° 6: Ejemplo de motricidad gruesa.....	52
Gráfico N° 7: Habilidades Motrices.....	44
Gráfico N° 8: Desarrollo Físico	63
Gráfico N° 9: Participación Activa	64
Gráfico N° 10: Juegos tradicionales.....	65
Gráfico N° 11: Aspectos cognitivos y afectivos	66
Gráfico N° 12: Desarrollarse en la Sociedad	67
Gráfico N° 13: Equilibrio Emocional	68
Gráfico N° 14: Expresión de salud	69
Gráfico N° 15: Mejora su Motricidad	70
Gráfico N° 16: Conclusiones nuevas y resolverlas.	71
Gráfico N° 17: Mejora la imaginación.....	72
Gráfico N° 18: Desarrollo físico	73
Gráfico N° 19: Participación más activa.....	74
Gráfico N° 20: Juegos tradicionales.....	75
Gráfico N° 21: Mejora la calidad de vida.	76
Gráfico N° 22: Personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad	77
Gráfico N° 23: Equilibrio emocional	78
Gráfico N° 24: Cualidad humana y expresión de salud	79
Gráfico N° 25: Motricidad de las personas con discapacidad	80
Gráfico N° 26: Capacidad de un cerebro	81
Gráfico N° 27: Mejorar la imaginación	82
Gráfico N° 28: Curva de la distribución Chi cuadrado para el presente caso.....	86

RESUMEN EJECUTIVO

En la actualidad con los cambios tecnológico la práctica del deporte constante no está siendo desarrollado por la sociedad en general, ya que los niños, adultos, personas con discapacidad y adultos mayores han caído en el sedentarismo, por tal motivo surgió la necesidad de realizar una investigación de las actividades recreativas en la motricidad de las personas con discapacidad de la fundación San José de Huambalo del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua.

Se realizó un estudio de las referencias bibliográficas libros, sitios web y documentos de autores que hablan de la actividad recreativa y de la motricidad. Para contar con información real se aplicó una metodología de investigación, en la cual se realizó la técnica de recolección de información como la encuesta a los facilitadores y personas con discapacidad de la institución.

Por otro lado se realizó un análisis e interpretación de los datos obtenidos, para determinar la verificación de hipótesis con la finalidad de conocer si las actividades recreativas influyen en la motricidad de las personas con discapacidad.

Palabras clave: Actividad recreativa, motricidad, deporte, personas con discapacidad, pedagogía.

INTRODUCCIÓN

El proyecto de investigación está desarrollado por los capítulos que se detallan a continuación:

Capítulo I se presenta el planteamiento del problema en la cual se detalla la situación actual. La contextualización esta detallada el macro, meso y micro, seguido de un análisis crítico y los objetivos.

Capítulo II está realizado el marco teórico con referencias bibliográficas, también los antecedentes de investigación, fundamentaciones filosóficas, legales y teóricas.

Capítulo III está detallando la metodología de la investigación dividida por el enfoque, modalidad, tipos de investigación, los mismos que ayudan a la recolección de información en el lugar de los hechos. También se determinó de población y muestra el objeto de estudio.

Capítulo IV se realizó el análisis e interpretación de resultados de las encuestas aplicadas a los estudiantes y a los facilitadores. Al mismo tiempo de desarrolla la verificación de hipótesis con las variables independiente y dependiente.

Capítulo V se desarrolló las conclusiones y recomendaciones.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Tema de investigación.

“Las Actividades Recreativas en la motricidad de las personas con discapacidad de la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo de la provincia de Tungurahua”

1.2 Planteamiento del problema.

1.2.1 Contextualización.

Los educadores de Educación Física, se encargan de la recreación que sirve para el desarrollo equilibrado de las habilidades básicas motrices, para el mejor desenvolvimiento de las personas, en el tiempo, ritmo, entre otras, en el momento que se inicia las clases se tiene en cuenta las condiciones de cada uno de los estudiantes, de esa manera se establece adecuadamente la actividad y se cumple el objetivo propuesto.

Antes de Cristo, se les consideraba a las personas que nacen con discapacidad como algo maligno, por lo cual se los trataba con desprecio y se los mataba sin ningún motivo. Ahora en la actualidad se mejoró la vida de estas personas por las fundaciones que están encargadas directamente en el bienestar y recuperación, sin embargo las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas, y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales. Por consiguiente, la discapacidad es un fenómeno complejo que refleja una interacción entre las características del organismo humano y las características de la sociedad en la que vive. (OMS, 2016).

En el Ecuador de acuerdo es decir que en los hogares ecuatorianos existen personas con discapacidad a los cuales, no se realizan actividades recreativas en la motricidad de las personas, por la falta de educadores de Educación Física.

En la provincia de **Tungurahua** existen personas con discapacidad (CONADIS, 2015). En la cual la mayor parte de estas personas no realizan ningún tipo de actividad o ejercicio físico por lo cual conviven en el ámbito del sedentarismo. La población con discapacidad, no ha terminado ningún nivel de instrucción por las actividades recreativas en la motricidad, afectando a las personas en la recuperación de la motricidad.

En el cantón **Pelileo** parroquia Huambalo existen 30 personas con discapacidad de las cuales 14 son hombres dentro de este número existen 2 niños, y 16 mujeres dentro de este número existen 4 niñas, asisten a recibir clases pedagógicas en la fundación de la parroquia para mejorar su calidad de vida, pero lamentablemente no cuentan con personal capacitado para realizar actividades físicas, las cuales ayudad favosamente en el desarrollo y recuperación de la motricidad en el menor tiempo posible.

Árbol de problemas.

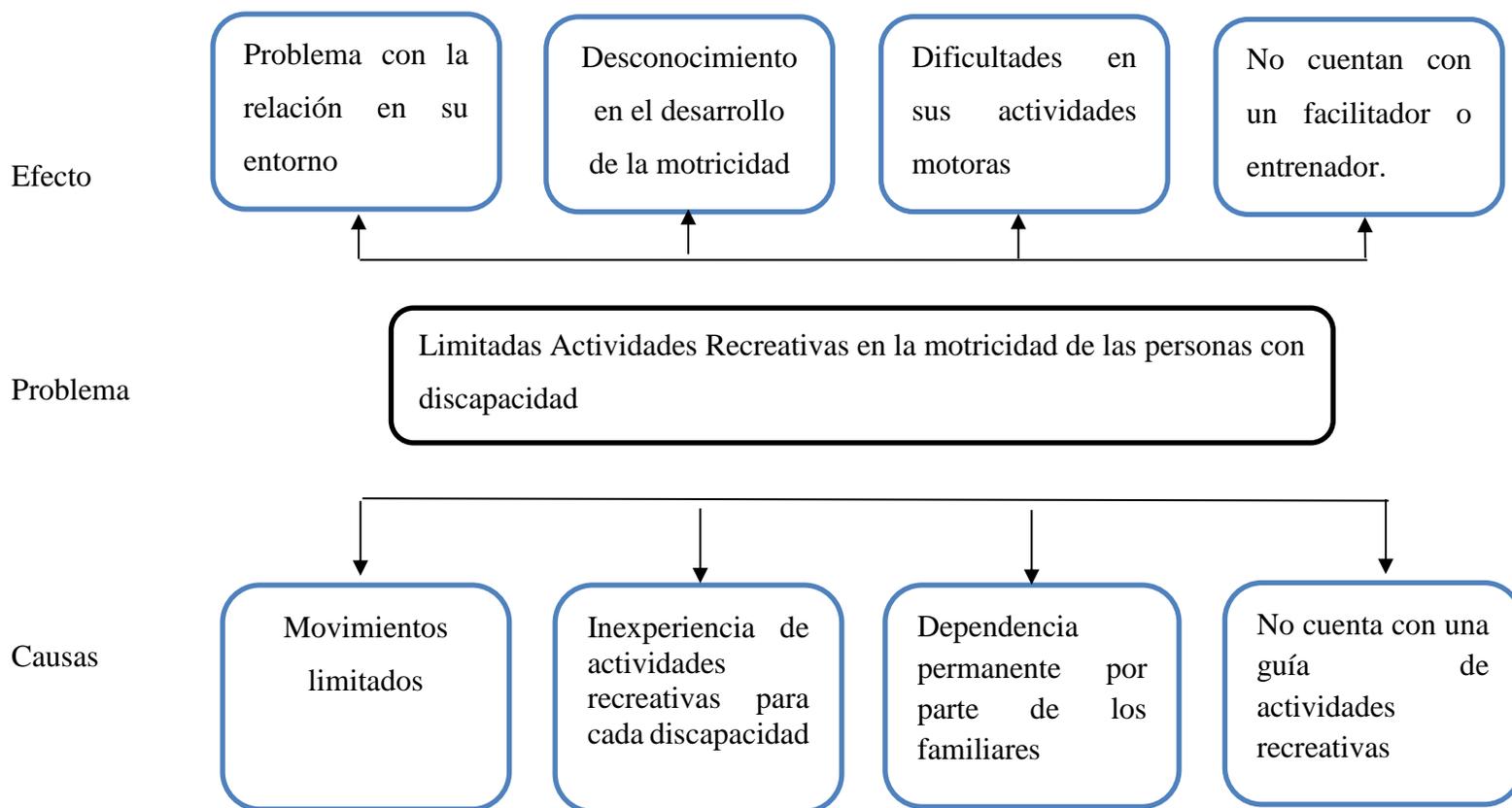


Gráfico N° 1: Árbol de problemas
Elaborado por: William Andrés Chipantiza Urquizo

1.2.2 Análisis Crítico.

En la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua se determina que el problema que tienen con las personas discapacitadas, es ocasionada por diferentes causas que están afectando a la motricidad, como son; movimientos limitados, inadecuadas actividades recreativas, dependencia por los familiares y la falta de una guía de actividades recreativas.

El que las personas discapacitadas realicen movimientos limitados, es ocasionado directamente por el problema que tiene con la relación de su entorno, y por la falta de las actividades recreativas, que le permitan interactuar con todo tipo de personas diferentes a ellos.

Una de las causas es la falta de actividad recreativa para que se cumpla los objetivos de enseñanza a personas con discapacidad debemos utilizar medios como la recreación y actividades lúdicas para desarrollen su motricidad en un ámbito laboral, ya que en un futuro puede ser perjudicial para la fundación San José de Huambalo.

Otra de las causa para que se origine este problema es la dependencia permanente por parte de los familiares, lo cual está provocando que las personas con discapacidad sean empíricas y rutinarias dificultando sus actividades motoras.

No cuentan con una guía de actividades recreativas, lo cual son muy importantes debido a que se plantean objetivos a desarrollar dependiendo cada discapacidad que tiene la persona. Para mejor su calidad de vida mediante un facilitadores que le ayude a cumplir con el modelo tradicionalista de como impartir sus clases relacionadas con las actividades que ayuden con la motricidad.

1.2.3 Prognosis.

Al no dar solución a esta problemática de las actividades recreativas en la motricidad de personas con discapacidad, las consecuencias serían graves ya que las personas con discapacidad se encontrarían en una situación crítica, se mantendrá una deficiente utilización de juegos en las sesiones terapéutica de los mismos, convirtiendo este momento, en una frustración y dolor, afectando a la predisposición de la persona en las actividades. Es por esa razón se tendrá discapacitados sin mejorías en su desarrollo motriz, limitándose así sus movimientos e impidiendo actividades que le permitan socializar con su entorno.

El estilo de vida de los discapacitados continuará de igual manera sin un avance adecuado, al no tener una habilidad en realizar las actividades motrices, que al pasar el tiempo les afectara al momento que ellos quieran valerse por sí solos.

1.2.3 Formulación del problema.

¿Cómo influyen las Actividades Recreativas en la motricidad de las personas con discapacidad de la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo de la provincia de Tungurahua?

1.2.5 Interrogantes.

- ¿Qué importancia tienen las actividades recreativas en las personas con discapacidad?
- ¿Cómo la motricidad ayuda a las personas con discapacidad?
- ¿Existe algún análisis científico sobre las actividades recreativas y motricidad en las personas con discapacidad?

1.2.6 Delimitación del objeto de investigación.

Delimitación Espacial.

La presente investigación se la realizara a personas con discapacidad y facilitadores de la Fundación San José de Huambalo.

Delimitación temporal.

El presente trabajo de investigación se realizará en el periodo 2016-2017.

Unidades de observación.

Personas con discapacidad y facilitadores de la Fundación San José de Huambalo del Cantón Pelileo provincia de Tungurahua.

1.3 Justificación.

El presente estudio tiene como propósito Desarrollar Las Actividades Recreativas En La Motricidad De Las Personas Con Discapacidad De La Fundación “San José De Huambalo” Del Cantón Pelileo Provincia De Tungurahua, a través del análisis del problema.

La investigación es de **utilidad** porque brindará la oportunidad de conocer la realidad de las personas con discapacidad que los llevó a instruirse y trabajar en el ámbito deportivo, además realizar un análisis de enseñanza y aprendizaje de las actividades recreativas para mejorar su motricidad.

El presente trabajo es **importante** para analizar la realidad y establecer una solución al problema presentado, entendiendo sobre todo que las personas con discapacidad deben

involucrarse en actividades deportivas y que los docentes deben establecer técnicas innovadoras para mejorar su motricidad, que les ayude a mejorar sus habilidades y destrezas a futuro.

Es de **impacto** para mejorar las capacidades de cada persona con discapacidad para brindarles las oportunidades de desarrollar toda su motricidad, enfocar de manera estratégica y recreativa sus actividades deportivas y mejor su salud.

Los **beneficiarios** son los padres, facilitadores de la fundación San José de Huambalo y las personas con discapacidad quienes podrán desarrollar sus habilidades motrices buscando reducir el sedentarismo de los mismos, sobre todo estableciendo sus necesidades, y metodologías educativas basadas en su realidad actual de vida.

Es **factible** porque se cuenta con el apoyo de las autoridades y docentes de la fundación “San José de Huambalo” para la realización del estudio, con los recursos materiales e infraestructura para poder desarrollar la investigación.

1.4 Objetivos.

1.4.1 Objetivo General.

- Investigar si las Actividades Recreativas influyen en la Motricidad de Personas con Discapacidad de la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua.

1.4.2 Objetivos específicos.

- Determinar la importancia que tiene las actividades recreativas en las personas discapacitadas.

- Dar a conocer como la motricidad ayuda a las persona con discapacidad.
- Presentar los resultados de la investigación sobre las “Actividades recreativas y motricidad en personas con discapacidad de la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes investigativos.

Se procedió a revisar el repositorio digital de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Carrera de Cultura Física de la Universidad Técnica de Ambato se ha podido encontrar las siguientes tesis relacionadas al tema.

Tema: “LAS ACTIVIDADES FÍSICO RECREATIVAS Y SU INFLUENCIA EN EL MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA ASOCIACIÓN DE MAESTROS JUBILADOS DE TUNGURAHUA, SEDE AMBATO EN EL PERÍODO SEPTIEMBRE 2011 – FEBRERO 2012”

Autor: Guillermo Alejandro Vargas Vargas (2012, pág. 1)

En su trabajo de investigación que está relacionado con “las Actividades físico recreativo y su influencia en la calidad de vida del Adulto Mayor” determina la siguiente conclusión:

- Las actividades recreativas permiten mantener la mente ocupada así se evitan ciertas enfermedades como el Alzheimer
- La calidad de vida de los adultos mayores debe ser no solo de calidad sino excelente ya que han cumplido con su misión que es servir a la patria y a sus familias (Vargas Vargas, 2012, pág. 67)

El autor manifiesta que las actividades recreativas permiten mantener su mente ocupada y así ellos puedan desenvolverse mejor en la sociedad y realizar actividades en el tiempo libre para mejorar el desarrollo de su motricidad.

Tema: “ACTIVIDADES RECREATIVAS EN EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA 14 DE JULIO DEL CANTÓN LATACUNGA”

Autor: Ana Belén Zapata Calvopiña (Zapata A. , 2016, pág. 1)

Mediante el desarrollo de la investigación “Actividades recreativas en el aprovechamiento del tiempo libre de los Estudiantes “donde llega a las siguientes conclusiones:

- Se debe fomentar la práctica de actividades recreativas con la finalidad de aprovechar el tiempo libre de los estudiantes y mejorar su calidad de vida.
- El nivel de aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de la Unidad Educativa 14 de Julio es muy limitado, por lo cual es necesario la concientización en las autoridades, para la ejecución de un desarrollo adecuado de distribución de tiempo según actividades extra curriculares.
- Las actividades recreativas apropiadas y ejecutadas adecuadamente son un gran instrumento para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de la unidad educativa 14 de julio (Zapata, 2016, pág. 114).

Con las conclusiones que establece el autor se determina la importancia que tiene la realización de las actividades recreativas, ya que forma parte del bienestar de la salud, en el desarrollo de la mente y la utilización del tiempo adecuadamente.

Tema: “LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL LEVE Y MODERADA, COMPRENDIDAS EN EDADES DE 14 A 25 AÑOS DEL TALLER ESPECIAL DE PRODUCCIÓN MARGOTH BONILLA DE SALTOS PROPUESTAS ALTERNATIVAS”.

Autor: Evelyn Paucar y Vanessa Valarezo (Paucar & Valarezo, 2012, pág. 1)

En el desarrollo de la investigación de “Las actividades recreativas y su incidencia en el desarrollo de las habilidades motrices de personas con discapacidad intelectual leve y moderada” se llegaron a las siguientes conclusiones:

- Después de dos meses de aplicación de una planificación técnica de Actividades Recreativas en las personas con discapacidad intelectual leve y moderada entre 14 y 25 años, del Tep “Margoth Bonilla de Saltos” se pudo comprobar que hubo un desarrollo en sus habilidades motrices, ya que los resultados obtenidos en los test finales fueron mejores en relación a los test iniciales (Paucar & Valarezo, 2012, pág. 110).

Los aportes de estos autores, ayuda en el desarrollo de la investigación ya que permite conocer la importancia de las actividades recreativas en la motricidad de las personas con discapacidad, en el desarrollo la concentración, y la distribución adecuada del tiempo para el desarrollo de las mismas.

Reseña histórica de la fundación

La Fundación de personas con discapacidad San José de Huambaló de Pelileo, es una organización social sin fines de lucro, constituida en el año 2005, mediante acuerdo del Ministerio de Bienestar Social No. 009-2005, se financia mediante autogestión a través de convenios con organizaciones gubernamentales. Esta institución cuenta con dos

modalidades de atención como son: una modalidad interna con 30 usuarios con discapacidad bajo un programa integral de desarrollo de habilidades individuales, a quienes se les brinda atención en programas de habilitación, rehabilitación, nutrición y atención médica; otra modalidad que es externa dirigida a personas con riesgo de discapacidad y al adulto mayor. Para el efecto la fundación cuenta con áreas de esparcimiento, de atención en terapia física e hidroterapia, psicología, asistencia educativa y ocupacional. De la investigación preliminar se conoce que las actividades recreativas se realizan de modo empírico, debido a que se cuenta con una valoración especializada en este ámbito. Por este motivo, es de interés desarrollar un programa de actividades recreativas que se pueda ejecutar en beneficio de las personas con discapacidad de la mencionada fundación.

2.2 Fundamentación filosófica.

La fundamentación se basa en el paradigma crítico propositivo porque permitirá analizar el problema de estudio, basado en el análisis de la causa – efecto, además se enfoca en mejorar la motricidad de las personas con discapacidad a través de las actividades recreativas.

Fundamentación epistemológica.

El enfoque epistemológico dentro del funcionar de los facilitadores, impulsa a encaminarse hacia un nuevo desarrollo por el medio de métodos y conocimientos de personas con discapacidad, basándose en el mejoramiento de múltiples capacidades físicas que tiene cada persona con discapacidad ejercicios.

Fundamentación axiológica.

La investigación busca el desarrollo del aprendizaje mediante el cultivo de los valores de solidaridad, respeto, integración con los cuales se formará niños, jóvenes y adultos con sentimientos y actos de colaboración, ayuda, apoyo dentro del aula y la familia.

Fundamentación pedagógica.

La fundamentación pedagógica, intervienen que los facilitadores de la fundación San José de Huambalo puedan emplear una preparación integral y educativa de las personas con discapacidad; y así poder contribuir en la participación del desarrollo de actividades, de formación, recreación, desarrollo motor y ayudar a que estas personas mejoren su calidad de vida tanto en el aspecto individual y colectivo dentro de la pedagogía educativa.

2.3 Fundamentación legal.

Dentro de las leyes que amparan a las personas con capacidades diferentes donde se rige a la norma de educación en el deporte como también la aplicación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad para contribuir en entes sociales de bien, para ser un aporte a la sociedad y mejorar su calidad de vida y buscar en sí parte de su independencia. Entre los más importantes podemos citar.

LA CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR

Título 7, sección 6 G CULTURA FÍSICA Y TIEMPO LIBRE

Art. 381.- El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad. El Estado garantizará los recursos y la

infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa.

Art. 382.- Se reconoce la autonomía de las organizaciones deportivas y de la administración de los escenarios deportivos y demás instalaciones destinadas a la práctica del deporte, de acuerdo con la ley.

Art. 383.- Se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad. (Constitucion de la Republica del Ecuador)

LEY DE CULTURA FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.

Título 3 capítulo único DEL DEPORTE DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Art. 47.- el estado a través del ministerio del deporte asume la responsabilidad de impulsar el desarrollo de las actividades físicas deportivas y recreativas para personas con discapacidad y su incorporación al desarrollo, así como apoyar a la expansión de las diferentes modalidades en el deporte adaptado para incrementar el nivel competitivo en los ámbitos nacional e internacional. Las personas que forman parte del deporte adaptado, se clasifican de la siguiente manera. a. Físicos (amputados, parapléjicos, cuadripléjicos, etc.) b. Parálisis cerebral c. Discapacitados sensoriales (ciegos, sordos, mudos, etc.) d. Intelectuales y especiales (Síndrome de Down, Retardo Mental, etc.) e. Los Autores (denominados los otros/ personas con estatura limitada) La ley reconoce como deportistas especiales a aquellos cuya discapacidad se origina en retardos mentales, mientras que los discapacitados deben su condición a otras causas no originadas con retardo mental. El deporte especial será planificado, dirigido, controlada técnica administrativa y económicamente por las fundaciones creadas para estos fines o por las federaciones respectiva cuando se crearen. El deporte para discapacitados será guiado por la Federación Paralímpica Ecuatoriana (FEPAEC), organismo que auspiciará, dirigirá y preparara a los deportistas y se regirá por esta ley, sus propios

estatutos y reglamentos aprobados por el Ministerio del Deporte. (Ley de la Cultura física, deportes y recreación)

LEY ORGÁNICA DE LA DISCAPACIDAD

SECCIÓN 4

Artículo 43.- Derecho al deporte.- El Estado a través de la autoridad nacional competente en deporte y los gobiernos autónomos descentralizados, dentro del ámbito de sus competencias, promoverán programas y acciones para la inclusión, integración y seguridad de las personas con discapacidad a la práctica deportiva, implementando mecanismos de accesibilidad y ayudas técnicas, humanas y financieras a nivel nacional e internacional. El Consejo Nacional de Igualdad de Discapacidades en coordinación con la autoridad nacional competente en deporte formulará las políticas públicas con el fin de promover programas y acciones para garantizar los derechos de las personas con discapacidad. (LEY ORGANICA DE LA DISCAPACIDAD, 2012)

PLAN NACIONAL DEL BUEN VIVIR 2013-2017.

OBJETIVO 3.

Mejorar la calidad de vida de la población.

Derechos del Buen Vivir: agua, alimentación, salud, educación y vivencia, para lograr las condiciones y el fortalecimiento de capacidades y potencialidades individuales y sociales responsabilidad del Estado proteger a las personas, a las colectividades y a la naturaleza (Desastres naturales) Profundizar el reencuentro con la naturaleza, para vivir en un ambiente sano y libre de contaminación. (Plan Nacional para el Buen Vivir., 2013-2017, pág. 140)

2.4 Categorías fundamentales

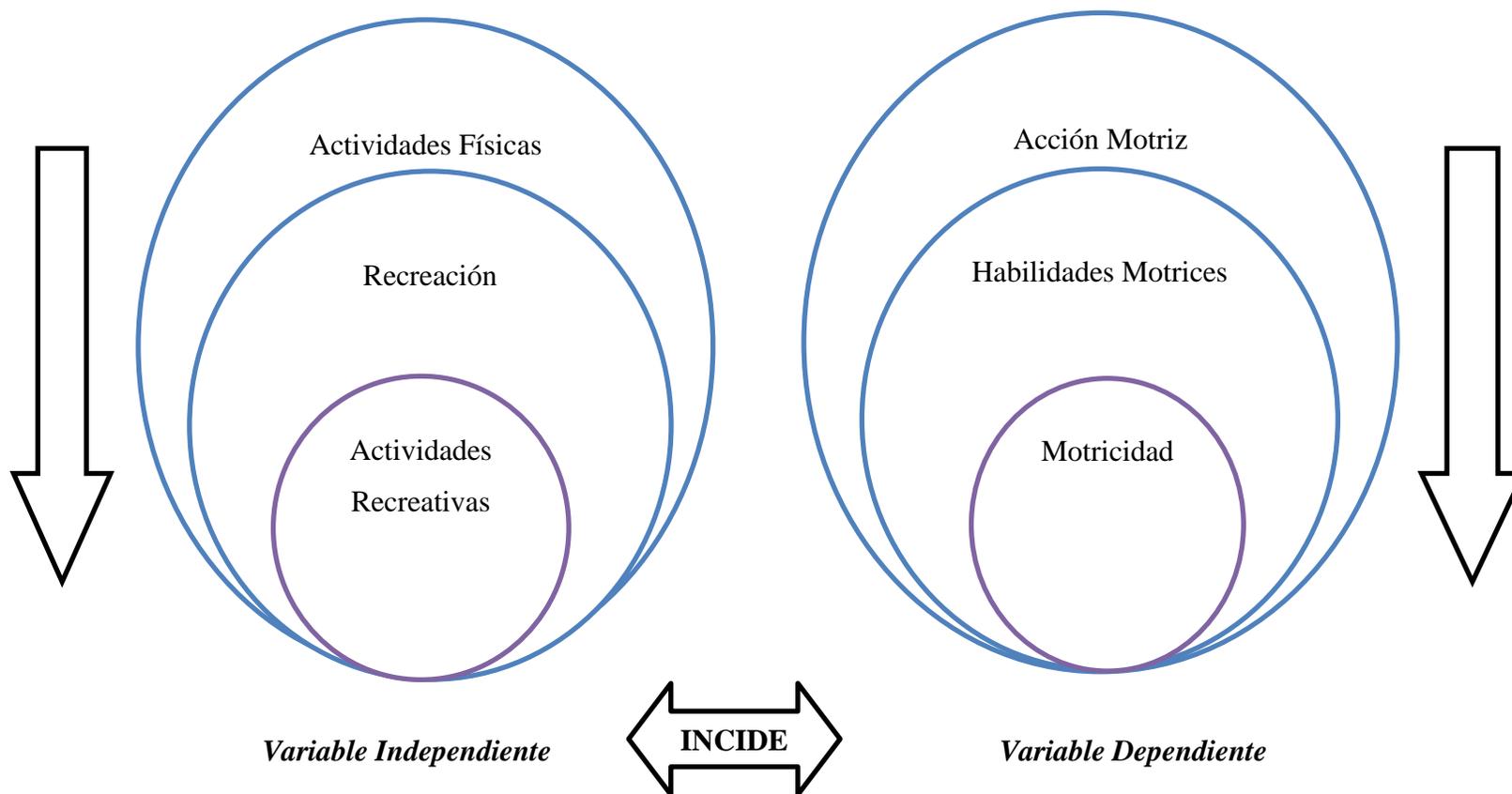


Gráfico N° 2: Categorías fundamentales.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

2.4.1 Constelación de ideas de la variable independiente.

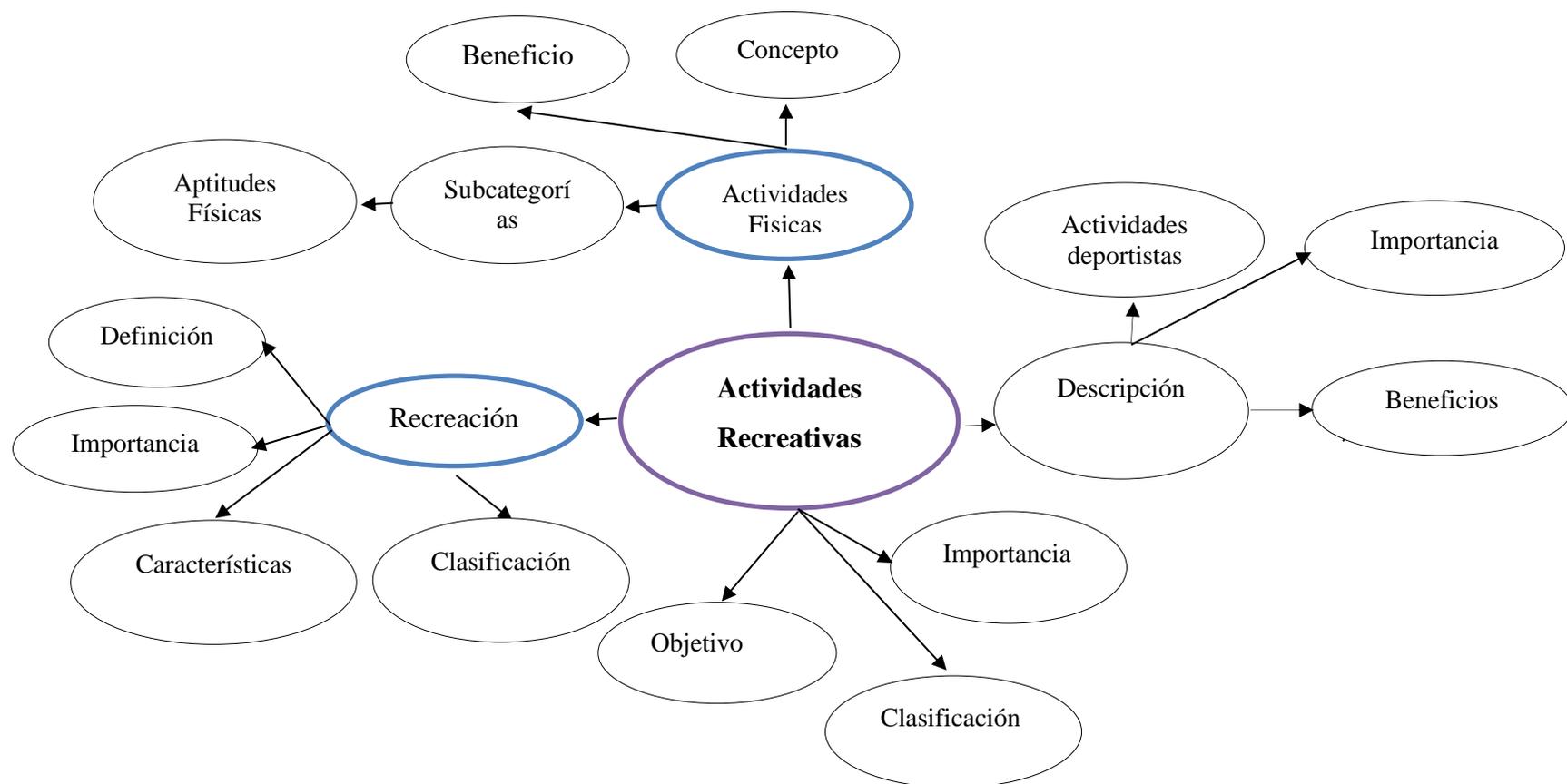


Gráfico N° 3: Constelación de ideas de la variable independiente.
Elaborado por: Andrés Chipantiza.

2.4.2 Constelación de ideas de la variable dependiente.

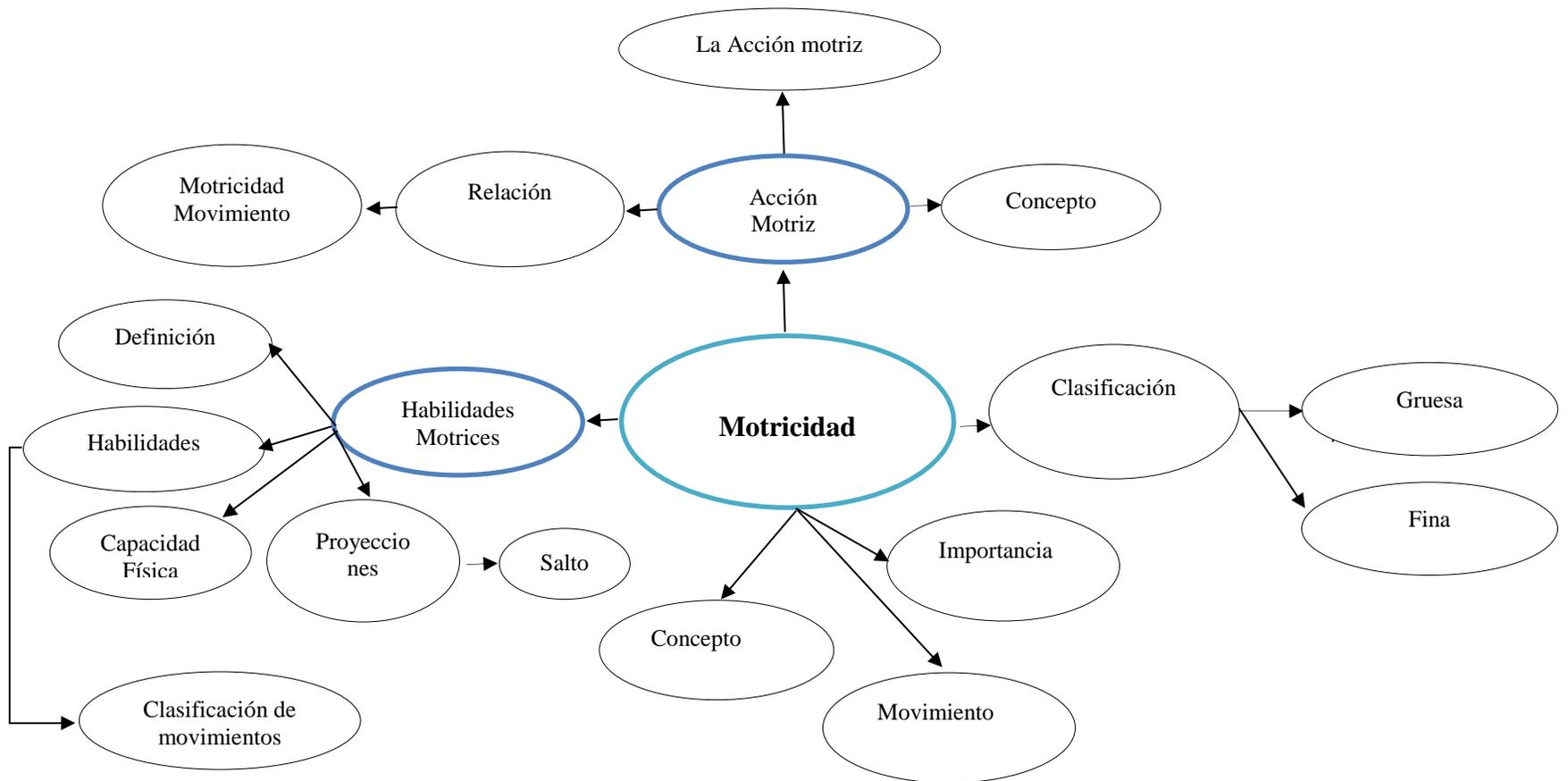


Gráfico N° 4: Constelación de ideas de la variable dependiente.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

2.4.3 Categorías Fundamentales de la Variable Independiente: Actividad Recreativa.

ACTIVIDADES FÍSICAS

A la Actividad Física se define como uno o más movimientos corporales producidos por la contracción esquelética que incrementa el gasto de energía por encima del nivel basal. Luego de estas dimensiones podemos categorizar la AF según sus propiedades, sean éstas mecánicas o metabólicas. En la primera, se tiene en cuenta si la tensión de la contracción muscular genera movimiento. Dicho de otra manera, si existe contracción isométrica, en la cual no hay cambio de la longitud del músculo, es decir, no hay movimiento, o si por el contrario, existe contracción isotónica, que genera una tensión constante durante el ejercicio dinámico, suponiendo la presencia de movimiento (Carballo, 2011).

De igual manera según Gómez (2015) en la “Actividad Física se utiliza un movimiento organizado, el cual permite conseguir una adecuada formación de las personas. En función de las características estructurales se utilizan algunos movimientos, como son los juegos, ejercicios físicos, gimnasia y deporte”.

Es importante tener en cuenta que la Actividad Física, está relacionada directamente con el estudio del movimiento, ya que puede ser realizado de perspectivas muy variables, según sea la persona a la cual se va establecer la actividad, para cumplir con el objetivo planteado existen vertientes; “anatómica o estructural, filosófica, psicológica y sociológica”.

Beneficio de la Actividad Física

Los beneficios que tiene la Actividad Física para la salud, es ayudando en la disminución del riesgo de mortalidad por enfermedades cardiovasculares y cardiopatía, las cuales son ocasionadas directamente por el tabaquismo.

De igual manera permite prevenir o rechazar el desarrollo de hipertensión arterial y disminuye las tenciones que tienen las personas con discapacidad e las hipertensiones. Mejora la regulación de la glucemia y disminuye el riesgo que las personas padezcan de diabetes.

Subcategorías de la Actividad Física

En el ejercicio vale la pena decir que es un concepto discutido en la literatura desde principios del siglo XX, esto se dio porque no se hacía una verdadera distinción entre este y Actividad Física. Así mismo el ejercicio era relacionado con ejecuciones vigorosas de actividades físicas aeróbicas y competitivas, en consecuencia eran difíciles de mantener como estrategia para promover salud. Sólo hasta los años 90, se dejó de usar el término ejercicio como genérico de todos los tipos de actividad (Wilmore & Costill, 1995, pág. 580).

El ejercicio está relacionada con la aptitud física y salud, en la cual se requiere un ritmo discreto o moderado, en relación a la trasformación de energía potencial metabólica, es decir que para lograr se trabaja a Intensidad, con la finalidad de proveer la aptitud física cardiovascular.

“En cambio en el deporte se debe hacer notar qué es una subcategoría de la actividad física, especializada, de carácter competitivo que requiere de entrenamiento físico y que generalmente se realiza a altas intensidades. Además está reglamentada por instituciones y organismos estatales o gubernamentales” (Sánchez Delgado, 2006, pág. 3).

Aptitudes Físicas

“En relación con aptitud física, hay que decir que la mayoría de las definiciones encontradas, coinciden en que esta es la habilidad que posee la persona para realizar las tareas que demanda su vida diaria con el objetivo de mejorar calidad de vida” (Sánchez Delgado, 2006, pág. 4).

La aptitud física se presenta como un modelo multidimensional y jerárquico, el cual se detalla mediante el siguiente gráfico:

Fisiológica	Relacionada con salud	Relacionada con destreza
<i>Metabólica</i> : estado metabólico y variables predicativas de riesgo de diabetes y enfermedades cardiovasculares, como niveles de azúcar, de lípidos y hormonas en sangre	<i>Composición Corporal</i> : interrelación entre los componentes químico, estructural y anatómico, del hueso, grasa y músculo.	<i>Agilidad</i> : Habilidad para cambiar rápidamente la posición de todo el cuerpo, con velocidad y exactitud.
<i>Morfológica</i> : relacionado con el contenido y distribución de grasa corporal. Esta, a menudo se relaciona con la aptitud física metabólica y de salud, ya que las medidas aquí mencionadas son usadas para medir composición corporal.	<i>Forma física Cardiovascular</i> : capacidad de los sistemas cardíaco y respiratorio, para suplir el requerimiento de sangre oxigenada durante la actividad física aeróbica. Existen términos sinónimos como: rendimiento aeróbico, forma física de resistencia y aeróbica; que indican la capacidad para generar ATP por la vía aeróbica de producción de energía.	<i>Balance</i> : habilidad para mantener equilibrio en una postura o durante el movimiento, lo que implica un control efectivo del centro de gravedad, dependiente de los sistemas biomecánicos y neuromúsculoesqueléticos.
<i>Integridad ósea</i> : relacionada con la densidad ósea.	<i>Flexibilidad</i> : rango de movilidad disponible para la articulación, influenciada por las resistencias de las estructuras de tejido blando y exceso de tejido graso. <i>Estática</i> : rango completo de movimiento de la articulación. <i>Dinámica</i> : resistencia o torque que se encuentra al mover la articulación.	<i>Coordinación</i> : Habilidad para usar el sistema sensorial (Visión, somato sensorial y vestibular), junto con las partes del cuerpo para realizar tareas motoras con facilidad y precisión,
	<i>Resistencia Muscular</i> : habilidad del músculo para realizar un trabajo máximo o sub-máximo sin fatiga.	<i>Potencia</i> : ritmo de realización de un trabajo (Fuerza x distancia / Tiempo x velocidad); a sido considerada como una combinación de fuerza y velocidad.
	<i>Fuerza Muscular</i> : capacidad de ejercer fuerza o tensión por medio de la contracción muscular.	<i>Velocidad</i> : habilidad para realizar un movimiento en un periodo corto de tiempo.
		<i>Tiempo de reacción</i> : habilidad que relaciona el tiempo entre el estímulo y el comienzo de la reacción (tiempo de reacción).

Tabla N° 1: Actitudes Físicas.

Fuente: Sanchez Delgado (2006, pág. 4).

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Las aptitudes físicas se clasifican en:

Aptitud física de salud: Está relacionada con la salud y su importancia radica en que esta incluye atributos básicos como la resistencia cardiorrespiratoria, fuerza muscular, resistencia muscular, composición corporal y flexibilidad, como los componentes que permiten promover salud y bienestar. Aptitud física de desempeño: Con ella se busca el alto rendimiento deportivo, de ahí que se consideran como importantes además de los atributos básicos, los atributos relacionados con las destrezas como la coordinación, el balance, el tiempo de reacción, la velocidad; de modo que se buscan capacidades motoras específicas para cada actividad competitiva o deporte.

Aptitud física fisiológica: Indica el funcionamiento de los sistemas biológicos como: el metabólico, el morfológico y la integridad ósea; sistemas que pueden mejorar notablemente con bajos incrementos de actividad física sin necesidad de entrenamientos que tengan por objetivo mejorar el desempeño físico, así como el consumo de oxígeno (Sánchez Delgado, 2006, pág. 5).

Para alcanzar la aptitud física se utiliza los tres estados básicos; “una función cardiovascular, una composición corporal y una flexibilidad apropiada, según las variables de edad, raza, género, entre otros”. Esto permite la selección de las actividades que generan adaptaciones y refuercen o potencialicen las habilidades de las personas según el objetivo particular de cada uno de ellos.

Las aptitud física se utiliza una vez considerado sus atributos como son: “resistencia cardiorrespiratoria, resistencia muscular, fuerza muscular, velocidad, flexibilidad, agilidad, balance, tiempo de reacción y composición corporal”, ya que esto permite diferenciar e identificar las aptitudes físicas de salud que tiene los discapacitados, para mejorar su estilo de vida.

RECREACIÓN

“El concepto de recreación es divertirse, deleitar, disfrutar, haciendo algo. Refrescar la mente y/o el cuerpo después del trabajo, con una actividad divertida. Da información de quiénes somos y puede tomar lugar a la auto estimulación a conductas inapropiadas. Puede reducir el aislamiento físico, social y psicológico para algunos individuos” (Agapasm, 2011).

La palabra recreación es reconocida y escuchada en cualquier parte, por la amplia variedad de su contenido permitiendo que cada persona la identifique o la defina de diferente forma, de acuerdo a la multiplicidad de formas e interés del mundo moderno. Es por esa razón que existen diferencias de opiniones ya que para algunos lo que es recreación, para otro no lo es, por ejemplo para algunas personas el cuidado del su jardín es una actividad recreativa, en cambio para otras lo realiza porque forma parte de su trabajo.

La recreación se refiere a la práctica de actividades socialmente aceptables realizadas en forma voluntaria durante el tiempo libre y por el medio de las cuales las personas pueden desarrollarse tanto en el plano físico como en lo social, y mental. (Ramirez, 2006, pág. 131)

Muchas veces la palabra recreación se confunde con los juegos, por tal motivo la palabra es amplia de acuerdo al punto de vista de las personas con discapacidad, ya que para ellos es equilibrarse al juego de los niños.

La recreación es una serie de movimientos y entretenimiento que se puede realizar en cualquier espacio físico dirigido para todas las personas, es una manera de sacar al individuo de su vida cotidiana y satisfacer sus necesidades. De igual manera la palabra recreación es un término el cual utiliza muchos significados, en la fundación se llama recreo, en donde las personas descansan un tiempo, para luego retomar las actividades que se encuentra realizando.

Es por ello que se busca el origen de la recreación mediante los conocimientos del hombre, la cual surge de un determinado tiempo para realizar actividades que no tuvieran relación directa con la producción. Sin embargo al inicio de la industrialización la jornada de trabajo incremento, con personas condiciones de salud, por tal razón se establecieron las condiciones que este de acorde a las necesidades del hombre las cuales eran un tiempo de recreación.

La recreación le permite a la persona la oportunidad de utilizar su tiempo libre en actividades u ocupaciones espontaneas, que le ayudan a interactuar con el mundo vital de la naturaleza y de esa manera esta relacionando con el mundo de la cultura que sirven a su integración comunitaria y al encuentro de su propio yo.

Características de Recreación

Cuando tengamos en mente organizar actividades recreativas, debemos considerar los siguientes aspectos que determinen si dichas actividades pueden ser consideradas como recreativas.

- Las actividades deben ser placenteras.
- Las actividades recreativas contribuyen al bienestar emocional, social, físico y mental de las personas participantes. No se contemplan actividades autodestructivas.
- La recreación no se relaciona con las actividades propias para la sobrevivencia del ser humano, como lo son comer o dormir.
- La recreación es enteramente voluntaria, las personas están en plena libertad para escoger participar o no en determinada actividad. (Ramirez, 2006, pág. 132)

Involucrar en la enseñanza de las actividades recreativas.

Los docentes de educación física especial han reconocido la necesidad de ampliar el papel tradicional del maestro de escuela para satisfacer las necesidades de los niños con alguna discapacidad. Este papel exige que el aprendizaje sea considerado como algo más que solo impartir. El docente de educación especial ha tomado conciencia de que las actitudes de la vida cotidiana, las sociales, las vocacionales y las recreativas son básicas para el buen desempeño del estudiante con alguna discapacidad. El docente debe valorar y priorizar el desarrollo y mantenimiento de las aptitudes funcionales que le permite al niño con discapacidad tener éxito en la escuela. El trabajo y la comunidad (Castro, pág. 139)

Importancia y beneficio de la recreación

La recreación es un factor importante en el desarrollo del ser humano, ya que el ocio no contribuirá al desarrollo humano en ausencia de una dimensión moral y ética sostenible, por lo tanto se debe tener en cuenta que el ocio y la recreación reproducen muy diversos valores, el ocio debiera ser, una vivencia integral relacionada con el sentido de la vida y los valores de cada uno y coherentes con ellos, una experiencia de recreación, que crea ámbitos de encuentros “ cuando se habla de ocio no se refiere a la mera diversión, el consumo material, el ocio pasivo o la simple utilización del tiempo libre se alude un concepto de ocio abierto a cualquier perspectiva presente y futura” pero al mismo tiempo, entendido como marco desarrollo humano y dentro de un compromiso social, sin embargo, el ocio no contribuirá al desarrollo humano en ausencia de una dimensión moral y ética sostenible (Cuevas, 2012).

Por lo tanto, se deben combinar con los valores sociales que sustenta la equidad, y contradigan aquéllos que no propician un desarrollo humano desde las identidades personales y sociales. (Cuevas, 2012)

Beneficios

Físicos

- Aumenta la resistencia del organismo.
- Elimina grasas y previene la obesidad.
- Previene las enfermedades coronarias.
- Disminuye la frecuencia cardiaca en reposo.
- Combate la osteoporosis.
- Mejora la eficacia de los músculos respiratorios.
- Mejora el desarrollo muscular.
- Mejora el rendimiento físico general.

Psíquicos

- Posee efectos tranquilizantes y antidepresivos.
- Mejora los reflejos y la coordinación.
- Elimina el estrés.
- Aporta sensación de bienestar, derivada de la secreción de endorfinas.
- Previene el insomnio y regula el sueño.

Socio-afectivos

- Enseña a aceptar y asumir derrotas.
- Favorece y mejora la autoestima.
- Mejora la imagen corporal.
- Enseña a asumir responsabilidades y aceptar normas.
- Evita enfermedades coronarias y accidentes cerebro-vasculares. (Cuevas, 2012)

Juegos recreativos.

El juego es un fin en sí mismo y como recurso metodológico para el desarrollo y el aprendizaje del resto de los contenidos de área. De esta manera partir de formas más espontáneas y menos regladas hasta finalizar con propuestas más estructuradas en el ciclo de etapa. Destacaremos la presencia del deporte defendiendo desde una perspectiva pedagógica. (Hernandez, 2005, pág. 191)

Los juegos recreativos como principal función es brindar y proporcionar entretenimiento a todas las personas con discapacidad ya que pueden cumplir con un rol en la sociedad, también pueden ayudar al estímulo mental y físico, contribuir al desarrollo de las habilidades prácticas y psicológicas para mejorar su calidad de vida.

Importancia de los Juegos Recreativos.

El juego es el medio de aprendizaje más importante. En el campo de la educación física y el deporte, el juego motriz será el medio en el que vayamos trabajando no solo las diferentes habilidades, si no que será un excelente instrumento para trabajar a nivel cognoscitivo y social.

Podemos atender al término de juego recreativo como aquello que, inspirados en el ocio fomentan actividades recreativas, entretenimiento y cooperación, donde la competición, de existir, se convierte en un medio. (Munuera, pág. 190)

Juegos para desarrollar la inteligencia cenestésico-corporal

Título: LA PELOTA

Propósito

- Desarrollar la coordinación motriz por medio del control y manejo de la pelota.
- Desarrollar la creatividad al inventar formas distintas de movimiento.

Recursos materiales:

Pelotas, una para cada equipo.

Pelota que emita sonido

Metodología:

- Se organiza equipos de cinco personas cada uno.
- Se explica que el juego consiste en mover libremente, pero sin repetir la forma de hacerlo que ya haya sido elegida por otros compañeros de equipo.
- Cada persona utiliza de uno a tres minutos para moverla pelota.

- Se inicia el juego entregando las pelotas a los equipos, una por cada uno.
- Cuando el maestro de la señal el alumno que tiene la pelota comienza a moverla.
- Al concluir el tiempo asignado, lanza la pelota a otro compañero, quien tiene que mover de manera diferente, a la forma en que lo hizo el que lo antecedió, y así sucesivamente hasta que todos los miembros del equipo terminen.
- El maestro o un compañero lleva el tiempo y va indicando con la señal acordada el cambio de turno.

Variantes:

- **Discapacidad visual:** se utiliza pelotas con cascabeles o con cualquier objeto que emita sonido al moverla. en el paso 5 se acompaña el movimiento de la pelota con la descripción oral del tipo de movimiento a realizarlo. En el paso 6 se entrega en la mano la pelota al compañero elegido, ayudándose de indicadores orales por parte de este para su ubicación.
- **Discapacidad auditiva.** Se explica el juego ejemplificando. Para el inicio y la conclusión de los tiempos se utiliza, una señal visual, por ejemplo, una mano levantada con un paliacate para dar la señal de detener el movimiento de la pelota y una mano con el paliacate hacia abajo para indicar el movimiento de la pelota.

Evaluación:

- Función simbólica
- Desarrollo corporal interactivo
- Equilibrio
- Fuerza
- Flexibilidad
- Resistencia. (García, 2005, págs. 14-15)

ACTIVIDADES RECREATIVAS

“Las actividades recreativas deben ser tomadas en cuenta como un medio para lograr un estado de relajación física y mental, alcanzar un estado de armonía y relacionarnos con un grupo de personas que contribuya con el aspecto socio afectivo aspecto fundamental importancia” (Burbano Urresta, 2014, pág. 10).

“Son todas aquellas modalidades o prácticas físicas que se realizan de modo no obligatorio y con finalidades y formas muy diversas en el agua, siendo este elemento totalmente necesario y principal” (Corrales Salgero, 2009).

La actividad recreativa se utiliza para lograr la relajación física y mental de la persona, mediante los diferentes ejercicios que se aplique, de esa manera se está socializando con las actividades “humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar” a la persona con discapacidad.

Las actividades recreativas en el discapacitado se limitan a juegos de salón, y su objetivo no era el otro de rellenar esas aburrida horas de covalencia o supuesta covalencia, sin darse cuenta lo que debían buscar era, simplemente, la realización de actividades que fuesen productivas, sobre todo a nivel de desarrollo personal.

Aparte de los beneficios personales conseguidos mediante la recreación, el realizar actividades junto a personas no discapacitadas va a suponer la aceptación del deficiente en la sociedad al considerarse como igual. (Fernandez, Fernandez, Mendoza, & Muiña, 2010, pág. 92)

Las actividades recreativas son un excelente medio para alcanzar un desarrollo personal armónico y una forma de conseguir una autovaloración con respecto al medio que lo rodea, tan necesaria en el discapacitado.

Características de las Actividades Recreativas

A continuación se muestran las características de la actividad recreativa según M. Vigo citado por Pérez (2003) asumidas por el presente autor.

- Es voluntaria, no es compulsada.
- Es de participación gozosa, de felicidad.
- No es utilitaria en el sentido de esperar una retribución o ventaja material.
- Es regeneradora de las energías gastadas en el trabajo o en el estudio, porque produce distensión y descanso integral.
- Es compensadora de las limitaciones y exigencias de la vida contemporánea al posibilitar la expresión creadora del ser humano a través de las artes, las ciencias, los deportes y la naturaleza.
- Es saludable porque procura el perfeccionamiento y desarrollo del hombre.
- Es un sistema de vida porque se constituye en la manera grata y positiva de utilizar el tiempo libre.
- Es un derecho humano que debe ser válido para todos los periodos de la vida y para todos los niveles sociales.
- Es parte del proceso educativo permanente por el que procura dar los medios para utilizar con sentido el tiempo libre.
- Es algo que puede ser espontáneo u organizado, individual o colectivo.

Clasificación de las actividades recreativas

Existen varias tendencias en relación a la clasificación de las actividades recreativas, que están enfocados y asumidos por el investigador, para lo cual se detalla las siguientes clasificaciones:

Mediante la opinión de Aldo Pérez (2003) se clasifica en relación al interés predominante que mejora la salud de los discapacitados, en los siguientes grupos:

- Actividades artísticas y de creación.
- Actividades de los medios de comunicación masiva.
- Actividades educativo físico deportivas.
- Actividades de alto nivel de consumo.

Mediante el análisis realizado, mediante la diversidad de criterios, se establece en relación a las actividades la siguiente clasificación de las actividades recreativas:

- **Actividades deportivas-recreativas:** prácticas, encuentros o competencias de alguna disciplina recreativa o deporte (en la variedad de deporte para todos, deporte popular o masivo).
- **Actividades al aire libre:** actividades en pleno contacto con la naturaleza: actividades en tierra, actividades en el medio acuático y actividades en el aire.
- **Actividades lúdicas:** todas las formas de juego: juegos de mesa, juegos de salón, juegos tradicionales, videojuegos, juegos de ordenador, etc.
- **Actividades de creación artística y manual:** actividades individuales o en grupo relacionadas con la creación artística o manual.

- **Actividades culturales participativas:** actividades culturales (de la cultura artística y de la cultura física) que propicien la participación protagónica de los participantes.
- **Asistencia a espectáculos:** asistencia a espectáculos artísticos-culturales o deportivos.
- **Visitas:** realización de visitas de interés: artístico-cultural, turístico-natural, histórico, social, físico-deportivo, etc.
- **Actividades socio-familiares:** asistencia a fiestas, realizar visitas, encuentros y conversatorios con amigos y familiares, participación en actividades de la comunidad, etc.
- **Actividades audio-visuales:** escuchar la radio o reproductor de música, ver la televisión y/o vídeos, etc.
- **Actividades de lectura:** lectura de libros, revistas, periódicos, etc.
- **Actividades de pasatiempos, aficiones o hobbies:** actividades individuales o en grupo dirigidas a las colecciones, la fotografía, el cuidado de plantas y jardinería doméstica, etc.
- **Actividades de relajación:** meditación, auto relajación, masaje, auto masaje, etc.

Dentro de la descripción de las principales actividades por área tenemos las actividades deportivas recreativas, las cuales se utilizan para las personas con discapacidad:

Deportes como:

- Béisbol.
- Fútbol.
- Softbol.
- Voleibol.
- Baloncesto.
- Deportes extremo, etc.
- Festivales, copas, campeonatos, torneos y competencias en alguna disciplina recreativa o deporte de los mencionados en el punto anterior.

Actividades al aire libre:

- Actividades en tierra:
- Con desplazamientos:

- Caza deportiva.
- Senderismo.
- Turismo deportivo.
- Ciclo turismo.
- Mountain bike.
- Paseos a caballo.
- Rutas ecológicas.
- Montañismo.
- Escalada.
- Espeleología.
- Ir de excursiones.

Con permanencias:

- Acampar.
- Campismo.
- Campamentos recreativos.

Actividades en el medio acuático:

- Natación.
- Natación con aletas.
- Náuticas:
- Piragüismo.
- Vela.
- Remo.
- Motonáutica.
- Esquí acuático.

Subacuáticas:

- Buceo recreativo.
- Fotografía subacuática.
- Orientación subacuática.
- Pesca deportiva.

Actividades lúdicas o Juegos de mesa:

- Domino.
- Dama.
- Parchís.
- Ajedrez.
- Barajas.
- Go, etc.

Juegos de salón:

- Billar recreativo.

- Bolos.
- Tenis de mesa.
- Dardos, etc.

Juegos tradicionales:

- Bolas.
- Trompo.
- Zancos.
- Aro.
- Patinetas.
- Carriolas.
- Yaquis.
- Suiza.
- Yoyo, etc.

Videojuegos:

- Todos los videojuegos individuales o colectivos.
- Juegos de ordenador: o Todos los juegos de ordenador individual o colectivo.

Actividades de creación artística y manual:

Actividades de creación artística:

- Literarias.
- De las artes plásticas.
- Teatrales.
- Danzarías.
- Musicales.
- Actividades de creación manual:
- Artesanías.
- Esculturas o tallados en metal, madera y piedra.

Actividades culturales participativas (de la cultura artística y de la cultura física)

Actividades culturales participativas:

- Peñas culturales y/o deportivas.
- Coloquios.
- Charlas.
- Debates.
- Tertulias.
- Conversatorios.
- Bailables.
- Ruedas de casino.
- Actividades de animación y participación, etc.

Asistencia a espectáculos

Actividades relacionadas con espectáculos artísticos-culturales:

- Musicales.
- Conciertos.
- Galas.
- Festivales.
- Teatro.
- Cine.
- Circo.
- Exposiciones.
- Fiestas populares, etc.

Actividades relacionadas con espectáculos deportivos:

- Series.
- Campeonatos.
- Ligas.
- Torneos.
- Copas.
- Topes.
- Juegos.

Visitas de interés histórico a:

- Museos.
- Monumentos.
- Mausoleos.

Visitas de interés social a:

- Instituciones culturales.
- Instituciones educacionales.
- Instituciones de salud.
- Instituciones públicas.
- Visitas de interés físico-deportivo a:
 - Instalaciones deportivas.
 - Centros de formación de atletas y profesores deportivos.

Actividades socio-familiares

- Fiestas (Quince, bodas, cumpleaños, aniversarios, etc.).
- Visitas a familiares y amigos.
- Encuentros y conversatorios con familiares, amigos y personas de la comunidad.
- Participación en actividades de la comunidad, etc.

Actividades audio-visuales

- Actividades de audio:
- Escuchar la radio.
- Escuchar equipos reproductores de música, etc.

Actividades de TV y Videos:

- Ver la televisión.
- Ver vídeos, etc.

Actividades de lectura

- Leer libros.
- Leer revistas.
- Leer periódicos, etc.

Actividades de pasatiempos, aficiones o hobbies

- Colecciones:
- Sellos.
- Antigüedades.
- Libros u otros.
- Fotografía
- Cuidado de plantas y jardinería doméstica, etc.

Actividades de relajación

- Meditación.
- Auto relajación.
- Masaje.
- Auto masaje, etc.
- Actividades de TV y Videos:
- Ver la televisión.
- Ver vídeos, etc.
- **Actividades de lectura**
- Leer libros.
- Leer revistas.
- Leer periódicos, etc.

Actividades de pasatiempos, aficiones o hobbies

- Colecciones:
- Sellos.
- Antigüedades.
- Postales.

Existe una variedad de actividades recreativas que se pueden utilizar. Para mejorar la calidad de vida de las personas que sufren de una discapacidad, con la finalidad de mejorar la motricidad en cada una de las partes de su cuerpo que se encuentren con alguna discapacidad.

Beneficio de las actividades recreativas

Mediante la opinión de Burbano (2014, pág. 44) los beneficios en la salud, físico, psicológico y social son:

Dentro de los beneficios en la salud para las personas con discapacidad, le permite mejorar la calidad de vida, le ayuda a crear un hábito de vida saludable, contribuye a conservar o recuperar la salud y a disminuir los factores de riesgo.

De igual manera el físico le ayuda en el desarrollo de la capacidad física y aumentar la capacidad para desarrollar de manera adecuada y favorablemente su trabajo.

En lo psicológico, les permite a las personas elevar la autoestima, la autoconfianza, la autoimagen y la seguridad. Disminuye los niveles de estrés y agresividad.

Para las personas discapacitadas dentro de lo social la actividad recreativa le permite disminuir los niveles de violencia y actos delictivos, fortalece la integración comunitaria, mejora de las relaciones personales y comunitarias, e impulsa las manifestaciones culturales propias. Favorece la cultura ambiental.

2.4.4 Categorías Fundamentales de la Variable Dependiente: Motricidad

ACCIÓN MOTRIZ

El desarrollo de la praxiología motriz destacó la significación práxica del movimiento humano: se trata de comprender la red de relaciones de interacción motriz en los que ocurre dicho comportamiento. Tales interacciones se describen mejor apelando al concepto de acción motriz entendido como el proceso de organización de la conducta motriz, concepto equivalente al de práxia en el ámbito neuropsicológico.

Por un lado se entiende que la acción motriz se conforma a partir de la integración de dimensiones afectivas, cognitivas y motrices propiamente dichas, que organizan la conducta a partir de las características objetivas y subjetivas de la situación motriz. Mientras que la acción motriz es dependiente de la lógica interna de la situación motriz, la conducta motriz se conforma en la interacción entre los elementos de la lógica externa interna. (Gomez R. H., 2012, pág. 54)

La acción motriz es el movimiento de tipo voluntario, consciente, intencional, que se utiliza para lograr los fines determinados, en relación a las actividades o contexto por el cual se ejecuta el (juego que se despliegan en la sesión de educación física en la aplicación del deporte).

Se estima que la acción motriz está ligada a los procesos mecánicos, bioquímicos, psicológicos, sociales y culturales (en consonancia con la teoría de la complejidad y los sistemas dinámicos) que condicionan su emergencia, pero que sin embargo, el análisis de las acciones motrices no debe diluirse en estos procesos: la pertinencia disciplinar del campo de las acciones motrices, está definido y demarcado por el conjunto de situaciones cuya resolución requiere el alcance de un objetivo estrictamente motriz. Estas situaciones pueden implicar o no sistemas de interacciones motrices (Gomez R. H., 2012, pág. 54).

La acción motriz forma parte de la práctica física y deportiva, existe diferencias con otras acciones debido a que radica en el propósito de conseguir el juego, mediante la intencionalidad de las personas que interviene directamente en esa actividad. Es decir forma parte de algo, es por eso que las actividades denominadas se encargan de cubrir las actividades de cada bloque, reforzando cada una de ellas para alcanzar las expectativas.

Diferencia de conceptos

Mediante la opinión de algunos autores definen a la acción motriz, como el movimiento de tipo voluntario, consciente, intencional, que se utiliza para lograr los fines determinados, en relación a las activa.

Habilidad Motriz:

Entendemos a la competencia (grado de éxito o de consecución de las finales propuestas) de un sujeto frente a un objetivo dado, aceptando que, para la consecución de este objetivo, la generación de respuestas motoras, el movimiento, desempeña un papel primordial e insustituible. (Flores, 2000, pág. 8)

Destreza motriz

El término destreza motriz está íntimamente relacionado con el de habilidad y algunos autores lo utilizan indistintamente. Destreza motriz es una parte de la habilidad motriz, en cuanto que el término habilidad es más genérico y el de destreza se restringiría a las actividades motrices en las que se precisa la manipulación de objetos.

- **Habilidad motriz:** Recoge en su sentido estricto la idea de maestría en la realización de una tarea, es decir adquisición de cierto grado de eficacia.
- **Destreza motriz:** Significa manipulación de un movimiento, pelota, aro, sogas, etc. (Jose Maria Cañizares Marquez, pág. 9)

La habilidad y destreza motriz se encarga de estudiar los movimientos de las personas con discapacidad, con el cual ellos puedan recuperar en el menor tiempo posible cada uno de sus destrezas.

Objetivo de la acción motriz

El objetivo general de la acción motriz es el de coadyuvar a la formación de la personalidad de la persona con discapacidad, mediante el desarrollo de la inteligencia motriz y la interactividad, a través de la actividad física.

De igual forma se establece los objetivos específicos como:

- “Coadyuvar al desarrollo de la personalidad del alumno
- Desarrollar sus capacidades motrices y emocionales
- Utilizar la acción motriz para promover la interactividad en los alumnos
- Desarrollar en el niño el gusto por la práctica de la actividad física

Desde la óptica de esta propuesta, la noción de conducta motriz posibilita el análisis de los aspectos cognoscitivos, afectivos y relacionales, constituyendo un sistema de acción específico del ser humano diferente a otros tipos de conductas como pueden ser las verbales” (Educación Física, 2016).

Relación motricidad-movimiento:

En los últimos estudios sobre estos aspectos, los autores se posicionan sobre la diferencia clara entre los términos motricidad y movimiento.

La motricidad es el dominio que el ser humano es capaz de ejercer sobre su propio cuerpo. Es algo integral ya que interviene todos los sistemas de nuestro cuerpo. Va más allá de la simple reproducción de movimiento y gestos, involucra la espontaneidad de la creatividad, la intuición, etc.

La primera manifestación de la motricidad es el juego y al desarrollo se va complejizando con los estímulos y experiencias vividas, generando movimientos cada vez más coordinados y elaborados (Maelmague, 2013).

La motricidad es el dominio que el ser humano debe ejercer en su propio cuerpo. Forma parte integral de todos los sistemas de nuestro cuerpo, ya que va más allá de la simple

reproducción de movimiento y gestor, involucrando la espontaneidad y creatividad que tienen las personas para incrementar la motricidad en sus cuerpos.

El movimiento es un acto motor, que involucra cambios de posición del cuerpo o de alguna de sus partes y que, por lo tanto, estaría representando algo externo, algo visible. Por otro lado, la motricidad involucra todos los procesos y las funciones del organismo y el control mental o psíquico que cada movimiento trae consigo. Por lo tanto, la motricidad estaría representando algo que no se ve, la parte interna del movimiento, todo lo que tiene que ver con los procesos internos de energía, contracciones y relajaciones musculares, etc. (Baracco, 2011)

Dentro del concepto de la motricidad se clasifican, las características neuro-ciberneticas que incluyen también factores subjetivos y contenidos de conciencia. Mientras que el movimiento se define como una modificación de lugar de la masa corporal humana en el espacio y en el tiempo, vista desde el exterior como un proceso objetivo.

Los primeros movimientos que hacen todas las personas al nacer son reflejos naturales. Se puede considerar como involuntarios del recién nacido, que se producen ante una estimulación y a los primeros días, meses de vida de la persona.

El movimiento es el medio de expresión y de comunicación del ser humano, el cual se encarga de las potencialidades motrices. De igual manera la motricidad involucra todos los procesos que se encuentran relacionados con las funciones del organismo y el control mental.

HABILIDADES MOTRICES

Mediante la opinión de Sánchez Bañuelos (2002) define la habilidad motriz como "el acto específico que se va a realizar para desarrollar y poner de manifiesto determinada habilidad, ya sea perceptiva o motórica". La mayor importancia de la aportación de este

autor es el aprendizaje de las habilidades que están relacionadas con la edad de las personas.

Es decir que el enfoque que tiene las habilidades motrices está ligada principalmente al "dominio que una persona puede ejercer sobre su propio cuerpo, como un todo indisoluble en el que para su funcionamiento se requiere la puesta a punto de todos los sistemas de nuestro cuerpo" (Castañer & Camerino, 2006).

Las habilidades Motrices son conjuntos de movimientos fundamentales y acciones motrices que surgen en la evaluación humana de los patrones motrices, teniendo su fundamento en la dotación hereditaria (genética). Las habilidades motrices básicas se apoyan para su desarrollo y mejora en las capacidades perceptivo motrices, evolucionando con ellas. Son decisivas para el desarrollo de la motricidad humana, justifica el interés por ellas y su presencia dentro de la Educación Física (Prieto Bascón, 2010).

El concepto de habilidad motriz básica en Educación Física considera una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, decepcionar.

Las habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento, al mismo tiempo que evolucionan conjuntamente.

Habilidades

Se establece que la habilidad le permite a la persona adquirir la competencia motriz originada en el aprendizaje, mediante la tendencia física y las respectivas características de eficacia, flexibilidad y adaptabilidad, además las habilidades se convierte principalmente en el medio por el cual las personas discapacitadas desarrollaran las tareas de motricidad.

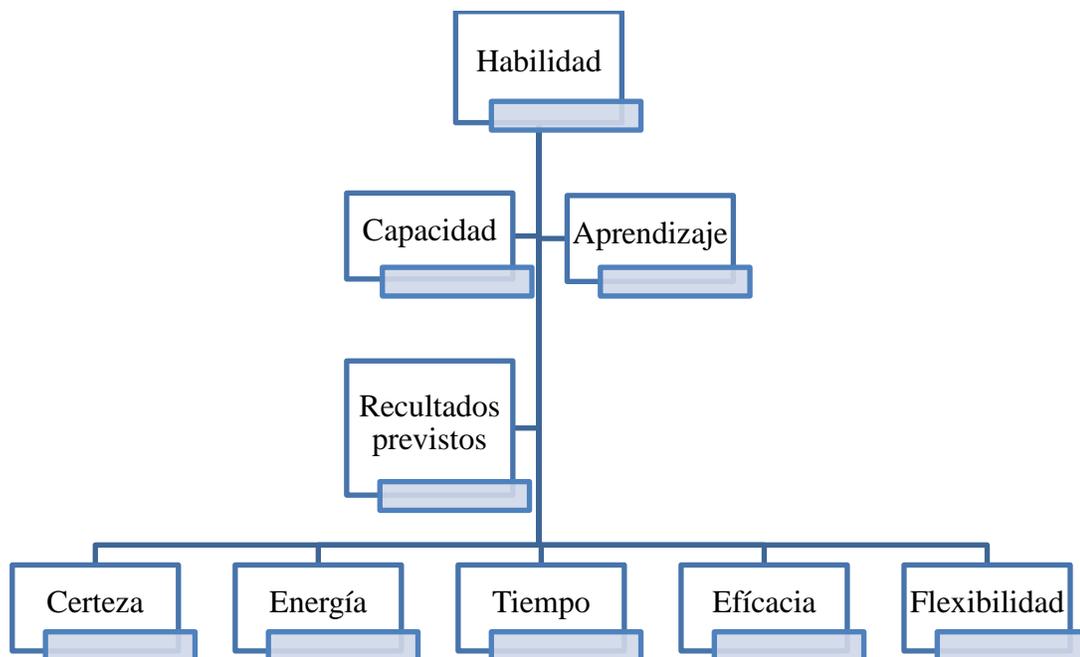


Gráfico N° 5: Habilidades Motrices
Elaborado por: William Andrés Chipantiza Urquizo

Este gráfico permite conocer el orden cronológico que se realiza dentro de las habilidades, a las diferentes personas a las cuales se va implementa cada una de ellas.

Clasificación de las Habilidades

"Las habilidades fundamentales surgen de la combinación de patrones de movimiento que introducen al trabajo, tanto global como segmentario del cuerpo. Su base reside en la dotación filogenética de la especie humana traducida por la herencia del parentesco" Castañer y Camerino (1996: 127).

Se establece una clasificación que favorezca y ayude en el funcionamiento del tratamiento adecuado, sistemático y eficaz de las habilidades en la Educación Física, para ellos las habilidades se clasifican en:

- Habilidades locomotrices
- Habilidades manipulativas
- Habilidad de estabilidad

Habilidades locomotrices

Las habilidades locomotrices se adquieren y desarrollan en forma automática, ya que son movimientos naturales y heredados, sobre los que se pueden desarrollar varias habilidades fundamentales, habilidades que con el crecimiento del individuo van madurando y se van diversificando en varias formas, de acuerdo con los factores externos que influyen en la especialización motriz de cada persona (Educación Física, 2016, pág. 12).

La principal característica de esta habilidad es el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, desarrollándose la interrelación de los elementos espaciales: direcciones, planos y ejes.

Dentro las principales habilidades locomotrices están: “andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, esquivar, trepar, bajar, etc.”.

Habilidades manipulativas

Estas habilidades son movimientos de manipulación gruesa y fina. Se caracterizan por la capacidad de imprimir fuerza a los objetos o personas y recibir y amortiguar la misma de los objetos y personas con quienes se interactúa, en la medida que se perfeccionan hay una mayor participación de las capacidades perceptivo motrices y coordinativas, las que imprimen la base del componente cualitativo (Educación Física, 2016, pág. 13).

Cada uno de los movimientos es adquirido por herencias biológicas y culturales, los cuales se contribuyen en la base de la especialización motriz, mediante la experimentación de las actividades deportivas que se van practicando durante la vida cotidiana.

Las habilidades que se practican son: el “lanzar, atrapar, patear, golpear, pueden dar origen a otra gran variedad de habilidades, como lanzar un balón y atraparlo con una, dos manos y de varias formas más”.

Habilidad de estabilidad

Estas habilidades suponen el desarrollo de la capacidad perceptivo motriz de adecuación y adaptación espacio-temporal del cuerpo y la participación de las capacidades físico motrices (condicionales y coordinativas) para lograr superar la fuerza de gravedad, y así realizar eficazmente las tareas motrices que se requieren en las acciones propuestas (Educación Física, 2016, pág. 13).

Se trate de mantener una estabilidad del equilibrio estático y dinámico ante una situación ya establecida o propuesta, el mantener el equilibrio se base en el ajuste postural que se encarga resolver el problema.

Las habilidades motrices de estabilidad son: “levantar, inclinarse, estirarse, girar, empujar, colgarse”.

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz básica son:

- Ser comunes a todos los individuos.
- Haber permitido la supervivencia.
- Ser fundamento de aprendizajes motrices.

Consideramos habilidades motrices básicas a los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio. Todos ellos son aspectos a ser desarrollados entre los 6 y los 12 años, período comprendido entre la adquisición y desarrollo en el niño de las habilidades perceptivo-motrices y el desarrollo pleno del esquema corporal.

Por desplazamiento entendemos toda progresión de un punto a otro del espacio, utilizando como medio el corporal o parcial. Las dos manifestaciones más importantes e desplazamiento son la marcha y la carrera, sobre todo desde el punto de vista educativo y de utilidad, aunque existen otras como las cuadrúpedas, reptaciones, etc. (Pizarro, 2011)

Habilidad o destreza

Los términos habilidad o destreza son utilizados de diversas formas. Para mejorar el desarrollo básico en el ámbito educativo y a partir de la cultura física.

Habilidad es “la capacidad adquirida por aprendizaje de producir unos resultados previstos con el máximo de acierto y con el mínimo de coste en tiempo posible, energía o ambas cosas”

Habilidad motriz es “la capacidad adquirida por aprendizaje para alcanzar resultados fijados previamente con un máximo de éxito y, a menudo, un mínimo de tiempo, de energía o de las dos”. (Lucea, 1999, pág. 51)

Clasificación del Movimiento

Existen tres categorías de movimiento que necesariamente deben estar presentes y ser desarrolladas en forma progresiva, desde las habilidades rudimentarias hasta las destrezas especializadas y son estabilidad, locomoción y manipulación. (Ramírez, 2006, pág. 24)

Estabilidad: es la destreza de mantener el equilibrio en relación con la fuerza de gravedad. Los movimientos de gravedad constituyen la base del movimiento humano, en general, influyen directamente en los otros dos tipos de movimiento, a saber, los locomotores y manipulativos. Los movimientos pertenecientes a esta categoría también

son conocidos como movimientos no locomotores algunos ejemplos son: flexión, extensión, rotación, esquivar, contracción, balanceo y otros.

Locomoción: los movimientos locomotores son aquellos en los que, necesariamente, ocurre un desplazamiento del cuerpo con relación a dos puntos distantes del suelo, algunos ejemplos de movimientos locomotores son: nadar, bailar, correr, trepar, caminar, saltar, reptar, etc. La eficiencia de los movimientos locomotores depende, en forma directa, del dominio en ejecución de los movimientos de estabilidad.

Manipulación: los movimientos manipulados son aquellos que requieren que cierto grado de fuerza sea aplicada a un objeto, o al contrario, que la fuerza que trae un objeto en movimiento sea amortiguada. Un ejemplo de aplicación de la fuerza hacia un objeto se presenta cuando se patea una bola. Otros ejemplos de movimiento manipulativo son: escribir, amasar, recortar pintar, abotonar, amarrar, driblar una bola, jugar bolero, jugar cromos, etc. (Ramirez, 2006, pág. 24)

MOTRICIDAD

Mediante la opinión de Trigo & Montoya (2010) se define la motricidad como el proceso adaptativo, evolutivo y creativo caracterizado por intencionalidad y significado, fruto de un proceso evolutivo cuya especialidad se encuentra en los procesos semióticos de la conciencia, los cuales, a su vez, devienen de las relaciones reciprocas entre naturaleza y cultura –por tanto, entre las herencias biológicas y socio historias.- La motricidad se refiere por tanto, a sensaciones consientes del ser humano en movimientos intencionales y significativos en un tiempo objetivos y representativo, incluyendo percepción, memoria, proyección, actividad, emoción, raciocinio. Se evidencia en diferentes formas de expresión gestual, verbal, escénica y plástica, etc. La motricidad se configura como proceso, cuya constitución involucra la construcción del movimiento internacional a partir del reflejo, de la reacción mediada por representaciones a partir de la recreación inmediata, de las acciones planteadas a partir de simples respuestas a estímulos externos, de la creación de nuevas formas de interacción, de la acción contextualizada en las otras.

“El término motricidad se emplea en el campo de la salud y se refiere a la capacidad de un ser vivo para producir movimiento por sí mismo, ya sea de una parte corporal o

en su totalidad, siendo éste un conjunto de actos voluntarios e involuntarios coordinados y sincronizados por las diferentes unidades motoras (músculos)” (Educar Ecuador , 2010). Es decir que mediante el análisis desarrollado al ser humano, desde su nacimiento hasta la etapa de envejecimiento, están causando efectos de un acto motor, dando relación con cada uno de los movimientos de las personas.

El desarrollo de la motricidad

Ovejero (2013) Desarrollo cognitivo y motor “El desarrollo de la motricidad es el proceso a través del cual el individuo va adquiriendo todas las capacidades relacionadas con el movimiento y la postura. Se trata de un proceso continuo, progresivo y complejo, que está muy relacionado con el desarrollo cognitivo, con el desarrollo social y con el crecimiento, en el que todos los niños sanos siguen la misma secuencia de madurez”... “pero cada uno a su propio ritmo. Aunque el orden de adquisición de los hitos motores es el mismo para todos los niños, cada cual tendrá su propia cadencia particular. Por ejemplo, para que un niño pueda andar, primero tiene que ser capaz de mantenerse en pie sin ayuda; después, deberá caminar con apoyos y posteriormente de forma independiente, pero cada niño lo hace a su propio ritmo, cuando madurativamente está preparado: unos comenzarán...” a los 9 meses; otros, a los 12 meses.

Para que se vayan desarrollando la motricidad en el proceso de madurez, se tiene que producir varios cambios en la persona, como es el de mielinización del sistema nervioso, y algunos de los movimientos reflejos que tenemos al nacimiento, los cuales se deben desaparecer para posteriormente dar paso a los movimientos voluntarios automáticos. En cambio para las personas con discapacidad (la cual está dada por una alteración o diferencia orgánicas del aparato motor o de su funcionamiento, que se encuentra afectado al sistema óseo, articular, nervioso, y/o muscular), se debe ayudar en la coordinación, desplazamiento, manipulación, las cuales siempre se encuentra relacionadas con las alteraciones sensoriales, perceptivas, de lenguaje oral, la aplicación de la motricidad se debe establecer mediante la capacidad intelectual de cada persona.

A continuación se presentan un cuadro resumen de los diferentes tipos de discapacitada que tienen las personas, a las cuales se ayuda con la aplicación de la motricidad:

Discapacidad Física			
Motórica		Sensorial	
Celébrales Medulares Periféricos Musculares Afecciones del Aparato locomotor		Visuales Auditivos	
Fisiológicas			
Mental		Caracterial	
Sobredotación Intelectual	Retraso Mental	Enfermos Mental	Inadaptados
	<ul style="list-style-type: none"> • Limite o bordelinde • Leve • Moderados • Severos • Profundos 	<ul style="list-style-type: none"> • Neurosis • Psicosis • Autismo • Esquizofrenia 	

Gráfico N° 6: Tipos de minusvalías o discapacidad.

Fuente: Linares (1993)

Elaborado por: Andrés Chipantiza

Tipos de Motricidad

Dentro de la motricidad existen dos tipos los cuales son:

- Motricidad gruesa

- Motricidad Fina

Motricidad Gruesa

El desarrollo de la motricidad gruesa incluye el control y el movimiento de grupos de músculos grandes como los del torso, la cabeza, las piernas y los brazos. Los niños empiezan a desarrollar la motricidad gruesa en cuanto nacen. Estas destrezas se desarrollan de arriba para abajo. Los niños que no tienen ningún problema del desarrollo ni de la salud logran primero controlar la cabeza. Luego dominan el control del torso y empiezan a aprender a equilibrarse, por lo que pueden darse vuelta y sentarse. Eventualmente, un niño es capaz de usar la mitad inferior del cuerpo cuando empieza a gatear, arrastrarse por los muebles y caminar.

El desarrollo físico es un área que es muy afectada por discapacidades físicas o problemas de la salud. Los niños con discapacidades tal vez no dominen todas las habilidades de motricidad gruesa. Más bien, el crecimiento individual variará y dependerá de las habilidades singulares de cada niño. Por ejemplo, un hito en el desarrollo para un niño con una discapacidad física puede ser el de aprender a caminar con un andador ortopédico para los tres años de edad (Learning, 2012).

La motricidad gruesa es aquella relativa a todas las acciones que implican grandes grupos musculares, por lo general se refiere directamente a los movimientos de las parte más grandes del cuerpo de la persona, en los cuales incluye movimientos musculares de: “piernas, brazos, cabeza, abdomen y la espalda” permitiendo de esta forma mantener el equilibrio.

Se establece un ejemplo que está relacionado con la motricidad gruesa para un niño con discapacidad:

Ejemplo	Este ejemplo recalca
Jacob tiene 18 meses de edad y nació con agenesia del cuerpo calloso (ACC). La ACC es la ausencia del cuerpo calloso, la banda que conecta los dos hemisferios del cerebro. A causa de este impedimento, los hemisferios derecho e	La manera de que una discapacidad puede afectar todas las áreas del desarrollo y los cambios que produce en el transcurso del desarrollo de los niños. Es posible que Jacob nunca sea capaz de hacer todas las cosas que hacen los niños

izquierdo del cerebro de Jacob no se comunican apropiadamente. Jacob tiene impedimentos de la vista, poco tono muscular y poca coordinación motora. Está matriculado en un programa de Intervención Temprana, y un terapeuta físico, patólogo del habla, especialista en desarrollo infantil y terapeuta ocupacional trabajan con él en el desarrollo de las habilidades. Jacob alcanzó hace poco su meta de gatear. Aunque el gatear se domina en muchos casos entre los siete y 10 meses de edad, Jacob desarrollaba esta habilidad más tarde que lo típico a causa de su discapacidad. Durante los próximos seis meses, el terapeuta físico de Jacob trabajará con él para alcanzar los siguientes hitos: trepar, dar pasos con un andador y quedarse de pie sin ayuda durante tres segundos. Una meta central para Jacob es la de dar dos o tres pasos sin ayuda para los dos años de edad.

La discapacidad de Jacob también ha afectado su desarrollo de la motricidad fina. Actualmente, las destrezas que trabaja por dominar incluyen darse de comer alimentos que se pueden levantar con los dedos, y apilar un bloque encima de otro. También se enfoca en usar diversos materiales sensoriales como pasta para moldear, agua y arena. Dichas actividades lo ayudan con la información sensorial y lo ayudan a desarrollar la tolerancia a diversos tipos de texturas. En este caso también, todas estas habilidades con frecuencia se experimentan y se dominan más temprano en la vida, pero Jacob se está desarrollando a su propio ritmo único.

de desarrollo típico, pero sin embargo trabaja por alcanzar sus hitos a su propio ritmo y a su propia manera. Es posible que Jacob no camine sin ayuda durante muchos años, pero va alcanzando hitos que lo ayudarán a lograr esta habilidad cuando esté listo. Ya que Jacob tiene retrasos globales, recibe terapia en todas las áreas del desarrollo. Este planteamiento es importante porque todas las áreas del desarrollo se afectan unas a otras. La intervención temprana durante los primeros tres años es muy importante para niños con retrasos del desarrollo; es un periodo crítico para el aprendizaje y puede proveerles a niños y familias un sistema de apoyo muy necesario.



Gráfico N° 7: Ejemplo de motricidad gruesa

Fuente: Learning (2012).

Elaborado por: Andrés Chipantiza

Motricidad Fina

Esta motricidad se refiere a los movimientos realizados por una o varias partes del cuerpo, que no tienen una amplitud sino que son movimientos de más precisión. Se cree que la motricidad fina se inicia hacia el año y medio, cuando el niño, sin ningún aprendizaje, empieza a emborronar y pone bolas o cualquier objeto pequeño en algún bote, botella o agujero. La motricidad fina implica un nivel elevado de maduración y un aprendizaje largo para la adquisición plena de cada uno de sus aspectos, ya que hay diferentes niveles de dificultad y precisión (Banda Poma, 2011, pág. 22).

En la motricidad fina se utilizan todas las actividades que el ser humano necesita, mediante un adecuado nivel de coordinación. Para lo cual se realiza un proceso cíclico:

Iniciar el trabajo desde que el niño es capaz, partiendo de un nivel muy simple y continuar a lo largo de los años con metas más complejas y bien delimitadas en las que se exigirán diferentes objetivos según las edades.

Los aspectos de motricidad para iniciar la actividad con una persona discapacitada que nunca ha realizado esta actividad es:

- Coordinación viso-Manual.
- Motricidad facial.
- Motricidad fonética.
- Motricidad gestual.

Objetivos de la motricidad fina

Ofrecer un soporte que permita al niño adquirir percepciones y sensaciones que le permitan conocer y controlar su cuerpo, y a la vez adquirir habilidades y destrezas según su desarrollo. Desarrollar la coordinación óculo-manual y la progresiva precisión de las habilidades motoras correspondientes permitirá a los niños y niñas utilizar la expresión plástica para representar sus vivencias. (Paucar & Valarezo, 2012)

La motricidad fina son aquellos movimientos suaves, que las personas realizan con sus manos, los cuales son; “sostener un objeto, manipularlo y trasladarlo de un lugar a otro pero para que esto suceda depende de la maduración neuro-muscular, del cual depende el desarrollo de coordinación mano ojo con ayuda de la estimulación”, el niño o adulto con discapacidad recibe mediante el ambiente, ya que se refiere a las habilidades que van adquiriendo durante el desarrollo de una manera progresiva.

Etapas para llegar a efectuar un movimiento

Las etapas para lograr un adecuado movimiento dentro de la motricidad son:

Etapas cortical.

Se encarga de planificar el futuro acto motor, en el momento que se determina que es el más adecuado para ejecutarlo. Hay una región cortical encargada en iniciar esta cadena de acciones nerviosas, el área cortical prerrománica o área motora, la cual corresponde a los músculos voluntarios que formarán parte en el futuro movimiento.

Etapas ganglionar y cerebral.

Se encarga de la corteza y la médula espinal. “Después de abandonar la corteza, la vía piramidal pasa junto a los ganglios basales, situados en la sustancia blanca cerebral. Los ganglios basales se encargan de modificar, perfeccionar, aumentar la precisión y la finura de ésta orden de movimiento. Posteriormente, de los ganglios, la orden pasa al cerebelo, el cuál regula el equilibrio y el movimiento tomando como referencia la distancia, fuerza, dirección, tiempo, etc” (Banda Poma, 2011, págs. 23-24).

Etapas Espinal.

Se basa fundamentalmente en la transmisión del impulso a través de la medula espinal, descendiendo hasta el músculo que se va a estimular, empezando por la raíz nerviosa de dicho nivel como movimiento perfeccionada.

Etapa nerviosa.

Empieza desde el impulso que viaja de la salida de la raíz nerviosa de la medula espinal hasta la fibra o fibras musculares, finalizando esta etapa con la unión de nervio-musculo.

Etapa muscular

Empieza con el paso del impulso nervioso al musculo. En cual se encuentra con el “impulso eléctrico se transforma en una señal química, la cual provoca la contracción muscular solicitada por el córtex cerebral, produciendo un movimiento que se vale de una palanca ósea” (Banda Poma, 2011, pág. 24).

Etapa articular

Existe movimientos articulares, siendo considerando como el motor propiamente dicho, es decir es un conjunto de funciones nerviosas y musculares.

2.5 Hipótesis.

Hipótesis Nula (Ho)

Las Actividades Recreativas no **Influyen** en la motricidad de las personas con Discapacidad de la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua.

Hipótesis Alterna (Hi)

Las Actividades Recreativas **Influyen** en la motricidad de las personas con Discapacidad de la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua.

2.6 Señalamiento de variables de la hipótesis.

Variable independiente:

Actividades recreativas.

Variable dependiente:

Motricidad.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Enfoque.

La presente investigación tiene un enfoque cualitativo – cuantitativo ya que se pretende investigar la influencia que existe entre las actividades recreativas en la motricidad de personas con discapacidad, es decir que el desarrollo investigativo nos permitirá describir, analizar las diferentes circunstancias en las que las personas puedan mejorar su calidad de vida.

Cuantitativo.

La Metodología Cuantitativa es la que nos permite determinar los datos de la investigación de una forma numérica, por lo que pueden ser datos estadísticos y donde se pueden contabilizar los mismos.

La información reunida de mencionado proyecto será numerada y tabulada para poder valorar los objetivos propuestos.

Cualitativo.

La Metodología Cualitativa es una técnica de investigación que tiene como objetivo poder describir las características y cualidades de un fenómeno.

Por lo que en este caso se tendrá en cuenta las características que poseen las actividades recreativas para utilizarla en la motricidad que ayudara a las personas con discapacidad.

3.2 Modalidad básica de la investigación.

Investigación de campo

El proyecto de investigación se fundamenta porque el estudio de los hechos es en el lugar mismo donde se producen los acontecimientos, ya que se tomó contacto directo con la realidad de las personas con discapacidad, en donde para realizar las actividades recreativas en la motricidad, se aplicara la técnica de la encuesta dirigida a los padres de las personas con discapacidad de la fundación “San José de Huambalo”.

Investigación bibliográfica – documental

Se fundamentara basándose con el propósito de detectar, ampliar y profundizar enfoques, teorías, conceptualizaciones y criterios de diversos autores sobre cuestiones determinadas basándonos en libros, revistas, periódicos, páginas web, entre otros que será un gran beneficio para la presente investigación.

3.3 Nivel o tipo de investigación.

Exploratoria.

El presente trabajo es de tipo exploratorio porque que nos permitirá reconocer y crear el desarrollo en función de su conocimiento de datos que son de interés investigativos.

Descriptiva.

La investigación es de carácter descriptivo ya que nos permitirá detallar y describir de manera clara las características del problema de estudio, mediante la cual se determina aspectos causales para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad de la “Fundación San José de Huambalo” con el fin de obtener personas activas y que se sientan útiles para sí mismos y la sociedad.

Asociación de variables.

Mediante este contexto de investigaciones se conoció la dependencia de la siguiente variable “las actividades en la motricidad de las personas con discapacidad de la “Fundación San José de Huambalo” para poder enfocarse en buscar la solución del problema.

3.4 Población y muestra.

El tema de investigación planteado se generaliza la situación actual que se encuentra cruzando mencionada institución, por lo cual realizaremos un trabajo con un cierto número moderado de estudiantes que favorecerá nuestra investigación.

MUESTRA	POBLACIÓN				TOTAL	
	Hombres	Porcentaje	Mujeres	Porcentaje		
Personas con discapacidad	16	76.19%	14	77.78%	30	76,92 %
Facilitadores	5	23.81%	4	22.22%	9	23,08 %
TOTAL	21	100%	18	100%	39	100%

Tabla N° 2: Población

Fuente: Investigación

Elaborado por: Andrés Chipantiza

3.5 Operacionalización de la variable Independiente: Actividades Recreativas.

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnicas instrumentos
Las actividades recreativas son técnicas que no están orientadas hacia una meta específica y que ejercen su efecto de un modo indefinido e indirecto. Entre dichas actividades se pueden mencionar la música, los juegos, las atracciones, etc., donde los grupos pueden elegir actuar con sus objetivos principales puestos en el campo de la recreación.	Técnicas Juegos Recreación	Métodos Procesos Enseñanza- Aprendizaje Populares Tradicionales Grandes Diversión Aspectos cognitivos afectivos Desarrollo psicomotor	1. ¿Considera usted que las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo físico? 2. ¿Considera usted que al utilizar los juegos recreativos, la participación de las personas con discapacidad serán más activas? 3. ¿Considera Ud., que se puede divertir con los juegos tradicionales siendo una personas con discapacidad? 4. ¿Cree Ud. que la recreación puede despertar los aspectos cognitivos y afectivos y así mejorara la calidad de vida de las personas con discapacidad? 5. ¿Sabía que las actividades recreativas ayudarían a las personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad?	Encuesta Cuestionario Encuesta Cuestionario Encuesta Cuestionario

Tabla N° 3: Variable independiente: actividades recreativas.

Elaborado por: Andrés Chipantiza

3.6 Recolección de información.

Preguntas básicas	Explicaciones
1.- ¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de la investigación
2.- ¿A quién?	Personas con Discapacidad
3.- ¿Qué aspectos?	Actividades recreativas Motricidad
4.- ¿Quién?	Andrés Chipantiza
5.- ¿Cuándo?	2016-2017
6.- ¿Dónde?	Dos veces: a modo piloto (Validación) y definitivo
7.- ¿Cuántas veces?	Encuesta
8.- ¿Qué técnicas?	Cuestionario estructurado de encuesta dirigida a estudiantes
9.- ¿Con qué?	Personas con discapacidad Fundación “San José de Huambalo”
10.- ¿En qué situación?	Anonimato, Confidencialidad, Calidez

Tabla N° 5: Plan de recolección de la información
Elaborado por: Andrés Chipantiza

3.6 Procesamiento y análisis.

Los datos recogidos se transformarán siguiendo ciertos procedimientos:

- Ordenar la información
- Revisión crítica de la información
- Tabulación de la información
- Análisis de resultados
- Interpretar resultados
- Realizar gráficos estadísticos
- Presentar resultados
- Formular conclusiones y recomendaciones

CAPITULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis e interpretación encuestas a personas con discapacidad.

Pregunta 1.- ¿Usted ha realizado o practicado actividades físico-recreativas al aire libre?

Tabla N° 6: Desarrollo Físico

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	28	93
A veces	2	7
Nunca	0	0
TOTAL	30	100%

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Andrés Chipantiza



Gráfico N° 8: Desarrollo Físico

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos tabulados se obtiene que el 93% de los encuestados dicen que siempre las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo físico, y el 7% dice que a veces mejoran el desarrollo físico y el 0% corresponde a que nunca mejora el desarrollo físico.

Interpretación: Esto quiere decir que la mayoría de los encuestados si utilizan los juegos recreativos para mejorar el desarrollo físico, los juegos recreativos ayudan a mejorar el estado físico de las personas con discapacidad. Con esto las personas con discapacidad dicen sentirse en un buen estado físico y mejorar sus actividades diarias.

Pregunta 2. ¿Considera usted que al utilizar los juegos recreativos la participación en clases serán más activas?

Tabla N° 7: Participación activa

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	2	7
A veces	28	93
Nunca	0	0
TOTAL	30	100

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

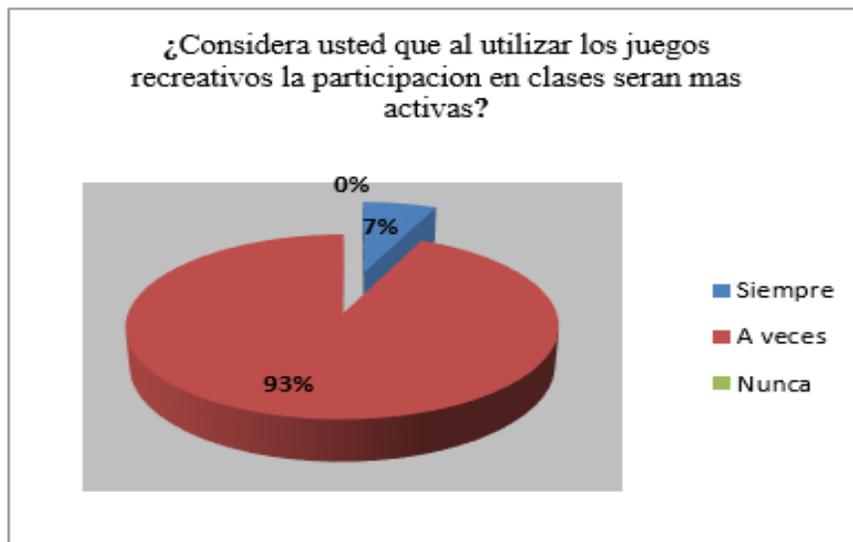


Gráfico N° 9: Participación Activa

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos obtenidos se determina que el 7% de los encuestados dicen que si utilizan los juegos recreativos para q sus clases sean más activas, el 93% dicen que a veces serán más activas sus clases y el 0% corresponde a que nunca serán más activas.

Interpretación: los juegos recreativos mantienen el cuerpo en un estado físico adecuado para realizar cualquier actividad física de bajo impacto para hacer más activas sus clases.

Pregunta 3.- ¿Considera usted, que se puede divertir con los juegos tradicionales siendo una personas con discapacidad?

Tabla N° 8: Juegos Tradicionales

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	30	100
A veces	0	0
Nunca	0	0
TOTAL	30	100

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

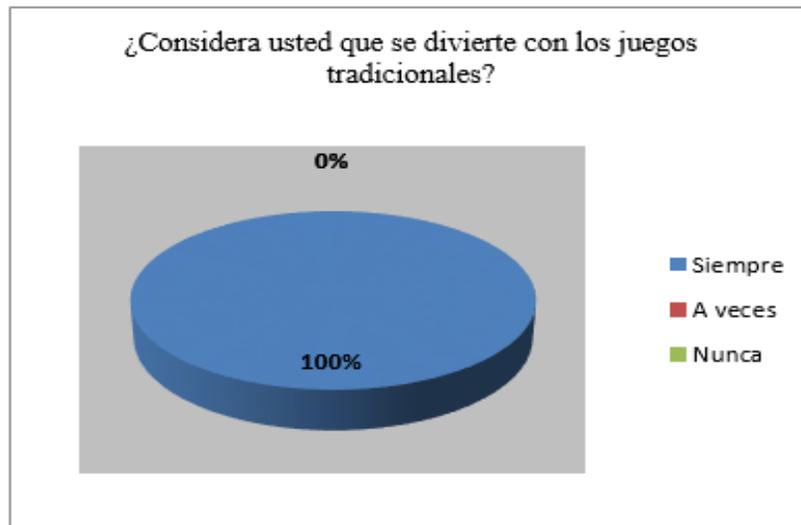


Gráfico N° 10: Juegos tradicionales

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Andrés Chipantiza

Análisis: De las respuestas tabuladas se obtiene que el 100% de las personas con discapacidad si se divierte con los juegos tradicionales, el 0% dicen a veces y el 0% dicen nunca.

Interpretación: Los juegos tradicionales son juegos que se realizan sin ayuda de juguetes o recursos materiales, son juegos que se los realiza al aire libre y ayuda al desarrollo de la motricidad de las personas.

Pregunta 4.- ¿Considera usted que la recreación puede despertar los aspectos cognitivos y afectivos y así mejorar la calidad de vida?

Tabla N° 9: Aspectos cognitivos y afectivos

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	1	4
A veces	28	93
Nunca	1	3
TOTAL	30	100

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.



Gráfico N° 11: Aspectos cognitivos y afectivos

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos recopilados se obtiene que el 4% de los encuestados dicen que la siempre recreacion puede despertar los aspectos cognitivos y afectivos y asi mejoran la calidad de vida, el 93% dicen que aveces mejora su calidad de vida y el 3% dicen nunca mejora su calidad de vida.

Interpretacion: De acuerdo a las respuestas la mayoría de los encuestados manifiesta que dentro de los aspectos cognitivos las personas con discapacidad pueden dar a conocer la importancia sobre este aspecto.

Pregunta 5.- ¿Sabía que las actividades recreativas ayudarían a las personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad?

Tabla N° 10: Desarrollarse en la sociedad

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	0	0
A veces	2	7
Nunca	28	93
TOTAL	30	100

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad

Elaborado por: Andrés Chipantiza.



Gráfico N° 12: Desarrollarse en la sociedad

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos obtenidos se obtiene que el 0% de los encuestados dicen conocer que ayudarían a desarrollarse en la sociedad, el 7% dicen que a veces y el 93% dicen que nunca sabían que las actividades recreativas ayudarían a desarrollarse en la sociedad.

Interpretación: Los encuestados en su mayoría desconocen o no sabían que las activas recreativas pueden ayudar a desarrollarse en la sociedad y por lo tanto es algo nuevo para ellos.

Pregunta 6.- ¿Sabía usted que el movimiento corporal ayuda al equilibrio emocional?

Tabla N° 11: Equilibrio Emocional

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	0	0
A VECES	0	0
NUNCA	30	100
TOTAL	30	100

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

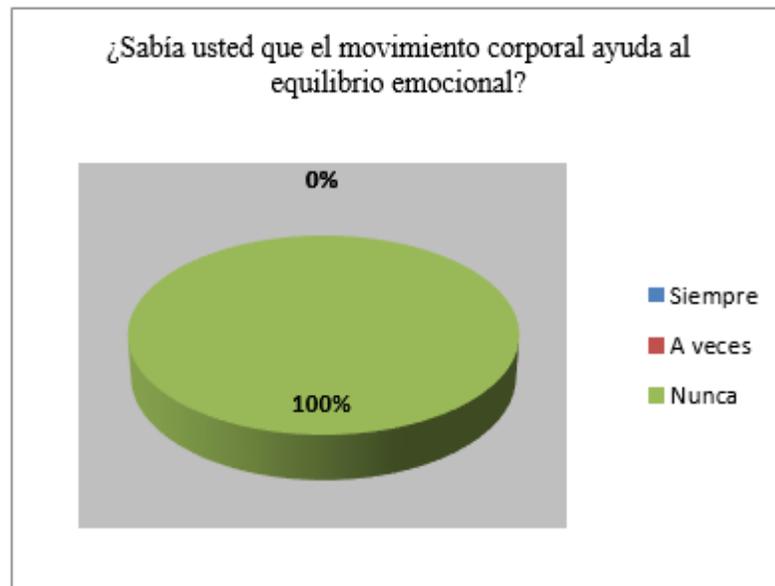


Gráfico N° 13: Equilibrio Emocional

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De la información de los encuestados se determina que el 0% dicen conocer que el movimiento corporal ayuda al equilibrio emocional, el 0% dicen a veces y el 100% restante dicen que nunca han escuchado sobre el tema.

Interpretación: En la totalidad de los encuestados nunca se han enterado que el movimiento se expresa mediante la vitalidad que comunican expresiones por la gracia o destreza en ejecutarla y también el intercambio amoroso y humorístico de la misma.

Pregunta 7.- ¿Sabía usted que el movimiento corporal ayuda a las personas con discapacidad a la diversión?

Tabla N° 12: Expresión de salud

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	0	0
A VECES	0	0
NUNCA	30	100
TOTAL	30	100

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

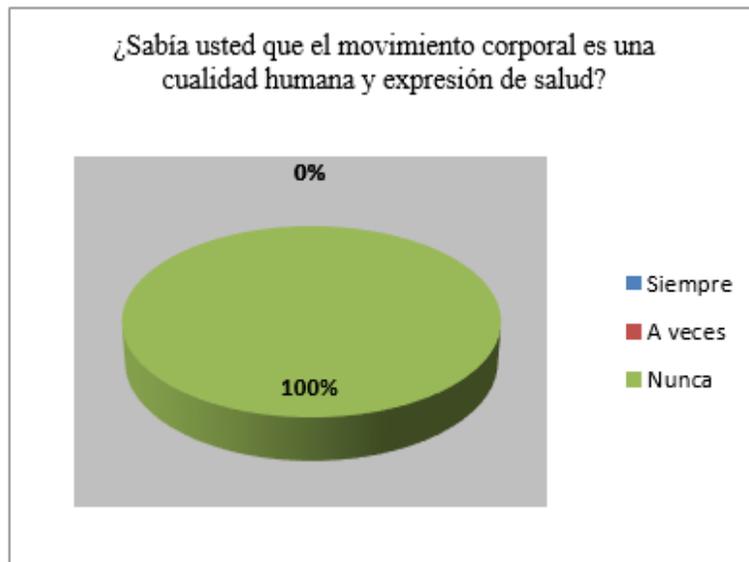


Gráfico N° 14: Expresión de salud

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De las encuestas realizadas se obtienen que el 0% de los encuestados siempre, el 0% dicen a veces y el 100% restante dicen que nunca han escuchado o se han enterado que el movimiento corporal es una cualidad humana y expresión de salud.

Interpretación: Los encuestados nunca han escuchado que el movimiento corporal es una de las cualidades humana y de expresión que ayudaría a mejorar la comunión con su cuerpo y a la profundización al mundo físico y social para mejorar su salud.

Pregunta 8.- ¿Considera usted que los juegos recreativos mejora su motricidad de las personas con discapacidad?

Tabla N° 13: Mejora su Motricidad

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	0	0
A VECES	0	0
NUNCA	30	100
TOTAL	30	100

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

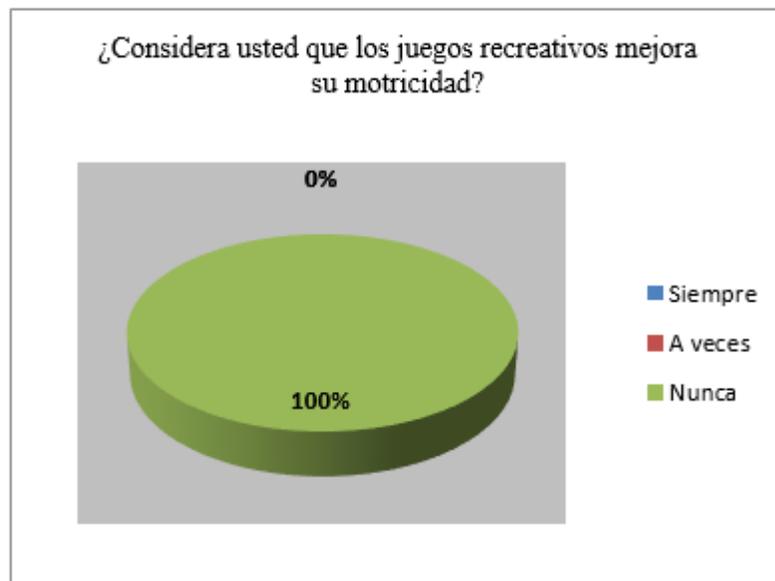


Gráfico N° 15: Mejora su Motricidad

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos tabulados se determina que el 0% dicen siempre, el 0% dicen a veces y el 100% restante dicen que nunca se han enterado que los juegos recreativos mejoran su motricidad.

Interpretación: La mayoría de los encuestados no están orientados que los juego recreativo ayuda a mejorar a las personas con discapacidad su motricidad porque brinda diversión y entretenimiento al momento de realizarlo.

Pregunta 9.- ¿Sabía usted que la creatividad es la capacidad de un cerebro para llegar a conclusiones nuevas y resolverlas?

Tabla N° 14: Conclusiones nuevas y resolverlas

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	0	0
A VECES	0	0
NUNCA	30	100
TOTAL	30	100

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

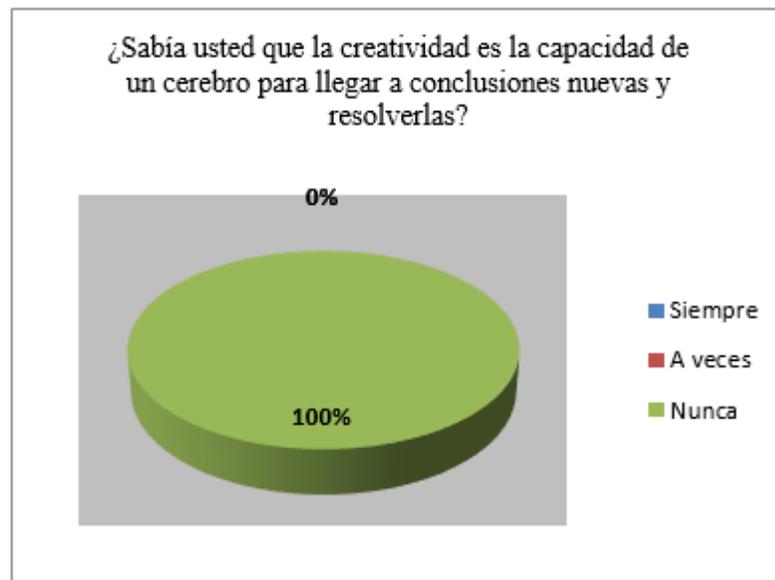


Gráfico N° 16: conclusiones nuevas y resolverlas.

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos tabulados se obtiene que el 0% de los encuestados dicen siempre, el 0% a veces y el 100% dicen que nunca sabían o desconocen que la creatividad es la capacidad de un cerebro para llegar a conclusiones nuevas y resolverlas.

Interpretación: Los encuestados no conocen que la creatividad es una capacidad de generar nuevas ideas creada por medio de nuestros sentimientos y así ayudaría a la persona con discapacidad a resolver sus problemas en un entorno social.

Pregunta 10.- ¿Sabía usted que la creatividad ayudara a mejorar la imaginación en su vida diaria?

Tabla N° 15: Mejora la imaginación

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	0	0
A VECES	0	0
NUNCA	30	100
TOTAL	30	100

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

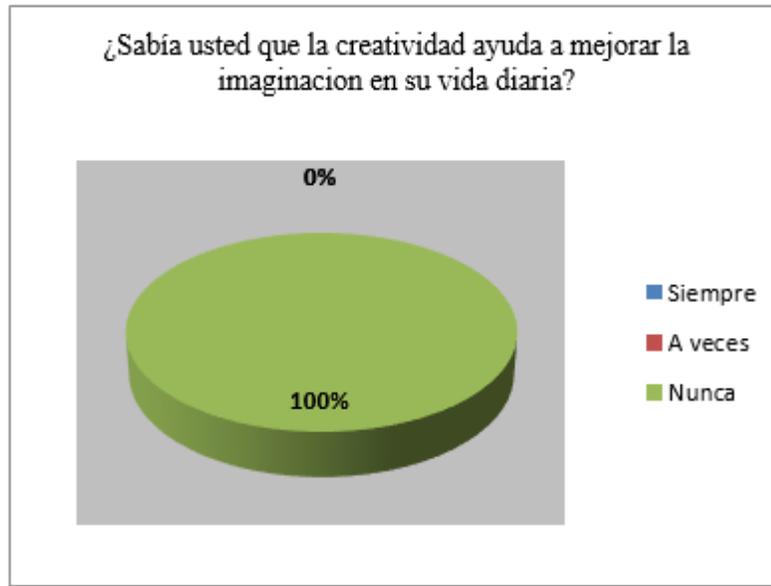


Gráfico N° 17: Mejora la imaginación.

Fuente: Encuesta a Personas con discapacidad.

Elaborado por: Andrés Chipantiza

Análisis: De los datos obtenidos se determina que el 0% de los encuestados dicen siempre el 0% dicen que a veces, mientras que el 100% restante dicen que desconocen que la creatividad ayuda a mejorar la imaginación en su vida diaria.

Interpretación: Es muy preocupante las respuestas ya que la totalidad de los encuestados no permite interpretar los pensamientos y sentimientos que ellos tienen en sus vidas, ayudando a mejorar su calidad de vida.

4.2 Análisis de encuestas a facilitadores.

Pregunta 1.- ¿Considera usted que las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo físico de las personas con discapacidad?

Tabla N° 16: Desarrollo Físico

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	8	89
A veces	1	11
Nunca	0	0
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a facilitadores

Elaborado por: Andrés Chipantiza

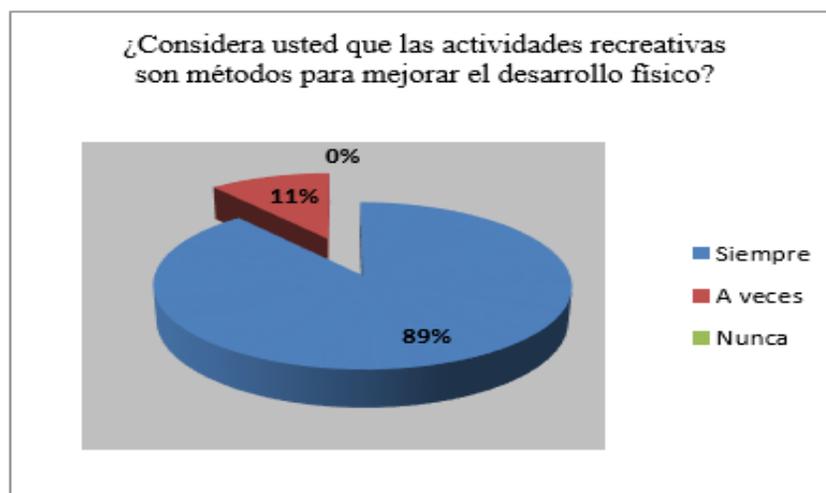


Gráfico N° 18: Desarrollo físico

Fuente: Encuesta a facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos tabulados se obtiene que el 89% de los encuestados dicen que siempre las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo físico, y el 11% dice que a veces mejoran el desarrollo físico y el 0% corresponde a que nunca mejora el desarrollo físico.

Interpretación: Esto quiere decir que la mayoría de los encuestados si utilizan los juegos recreativos para mejorar el desarrollo físico, los juegos recreativos ayudan a mejorar el estado físico de las personas con discapacidad. Con esto las personas con discapacidad dicen sentirse en un buen estado físico.

Pregunta 2. ¿Considera usted que al utilizar los juegos recreativos la participación de las personas con discapacidad serán más activas?

Tabla N° 17: Participación más activas

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	2	22
A veces	7	78
Nunca	0	0
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

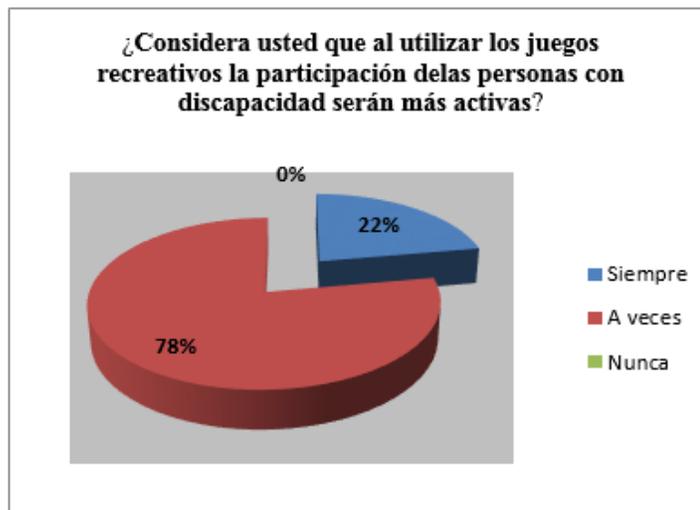


Gráfico N° 19: Participación más activa

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De la información de los encuestados se determina que el 22% de los encuestados dicen que si utilizan los juegos recreativos para que sus clases sean más activas, el 78% dicen que a veces serán más activas sus clases y el 0% corresponde a que nunca serán más activas.

Interpretación: los encuestados dicen en su mayoría que a veces los juegos recreativos mantienen el cuerpo en un estado físico adecuado para realizar cualquier actividad física de bajo impacto para hacer más activas sus clases.

Pregunta 3.- ¿Considera usted que las personas con discapacidad se divierte con los juegos tradicionales?

Tabla N° 18: Juegos tradicionales

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	3	33
A veces	6	67
Nunca	0	0
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza

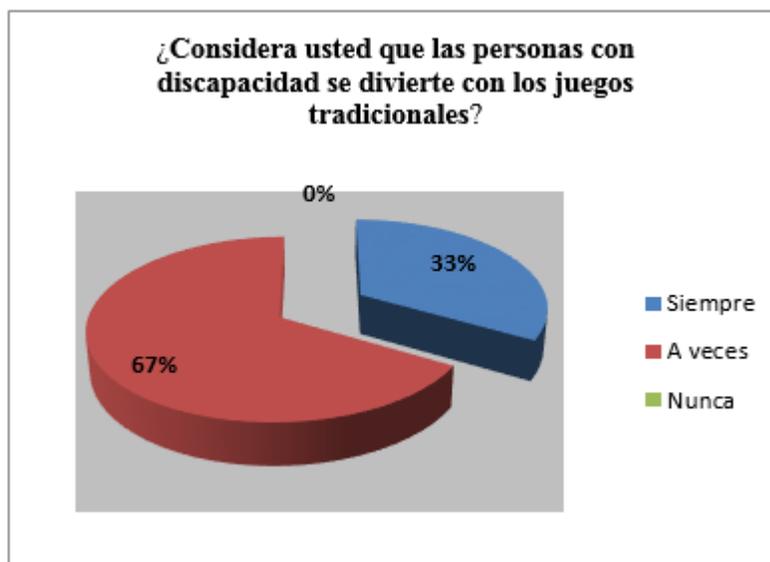


Gráfico N° 20: Juegos tradicionales

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De las respuestas tabuladas se obtiene que el 33% de los encuestados dicen que siempre se divierte con los juegos tradicionales, el 67% dicen a veces y el 0% dicen nunca.

Interpretación: La mayor parte de los encuestados informa que a veces los juegos tradicionales son juegos que se realizan sin ayuda de juguetes o recursos materiales, son juegos que se los realizan al aire libre y ayuda al desarrollo de la motricidad de las personas.

Pregunta 4.- ¿Considera usted que la recreación puede despertar los aspectos cognitivos y afectivos y así mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad?

Tabla N° 19: Mejora la calidad de vida

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	3	33
A veces	6	67
Nunca	0	0
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

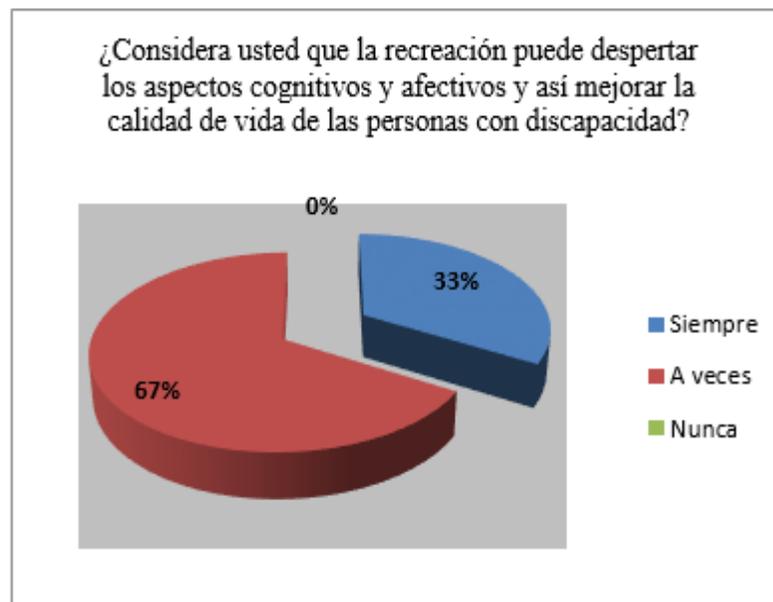


Gráfico N° 21: Mejora la calidad de vida.

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos recopilados se obtiene que el 33% de los encuestados dicen que la siempre recreacion puede despertar los aspectos cognitivos y afectivos y asi mejoran la calidad de vida, el 67% dicen que aveces mejora su calidad de vida y el 0% dicen nunca.

Interpretacion: De acuerdo a las respuestas la mayoría de los encuestados manifiesta que dentro de los aspectos cognitivos las personas con discapacidad pueden dar a conocer la importancia sobre este aspecto.

Pregunta 5.- ¿Sabía que las actividades recreativas ayudarían a las personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad?

Tabla N° 20: Personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	3	33
A veces	5	56
Nunca	1	11
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.



Gráfico N° 22: Personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De las encuestas realizadas se obtiene que el 33% de los encuestados dicen conocer que ayudarían a desarrollarse en la sociedad, el 56% dicen que a veces y el 11% dicen que nunca sabían que las actividades recreativas ayudarían a desarrollarse en la sociedad.

Interpretación: Los encuestados en su mayoría dicen que a veces las activas recreativas pueden ayudar a desarrollarse en la sociedad y por lo tanto es algo nuevo para ellos.

Pregunta 6.- ¿Sabía usted que el movimiento corporal ayuda al equilibrio emocional de las personas con discapacidad?

Tabla N° 21: Equilibrio emocional

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	0	0
A VECES	7	78
NUNCA	2	22
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

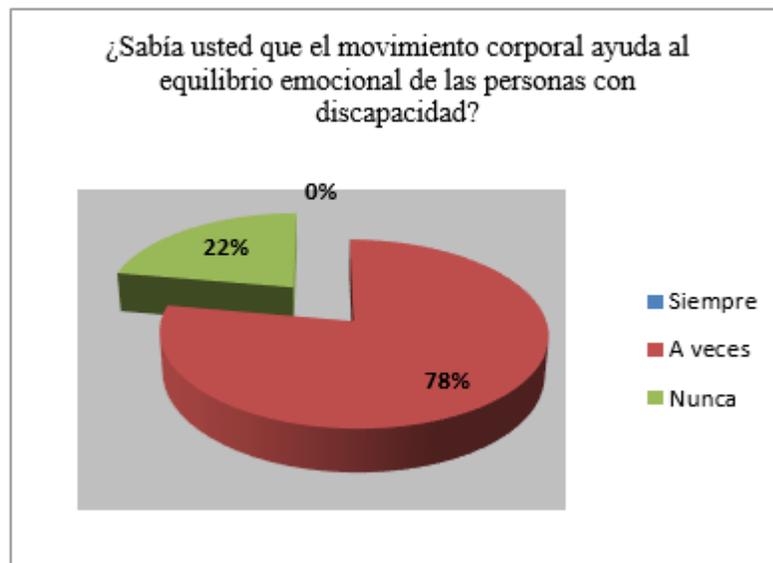


Gráfico N° 23: Equilibrio emocional

Fuente: Encuesta a Facilitadores

Elaborado por: Andrés Chipantiza

Análisis: De la información de los encuestados se determina que el 0% dicen conocer que el movimiento corporal ayuda al equilibrio emocional, el 78% dicen a veces y el 22% restante dicen que el movimiento ayuda al equilibrio emocional.

Interpretación: Los encuestados en su mayoría dicen que a veces que el movimiento se expresa mediante la vitalidad de la persona con discapacidad que comunican expresiones por la gracia o destreza en ejecutarla y también el intercambio amoroso y humorístico de la misma.

Pregunta 7.- ¿Sabía usted que el movimiento corporal es una cualidad humana y expresión de salud?

Tabla N° 22: Cualidad humana y expresión de salud

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	2	22
A VECES	5	56
NUNCA	2	22
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

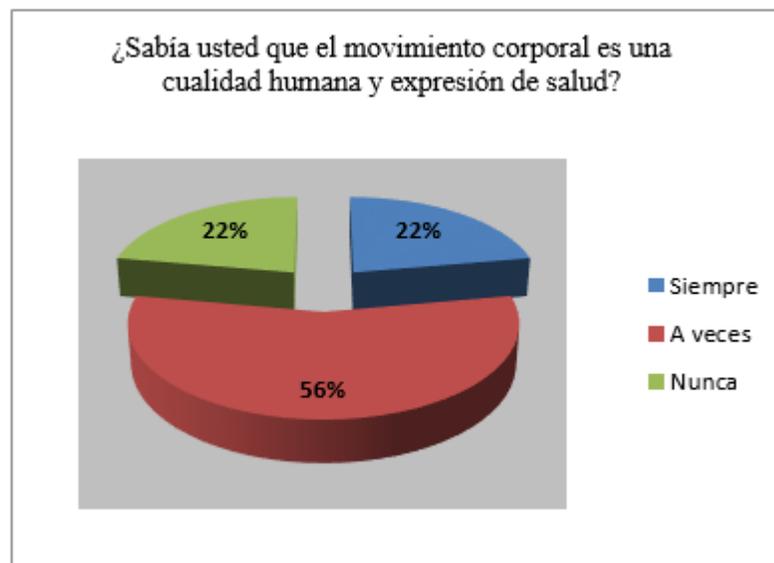


Gráfico N° 24: Cualidad humana y expresión de salud

Fuente: Encuesta a Facilitadores

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De las encuestas realizadas se obtienen que el 22% de los encuestados dicen siempre el movimiento corporal es una cualidad humana, el 56% dicen a veces y el 22% restante dicen que nunca han escuchado o se han enterado que el movimiento corporal es una cualidad humana y expresión de salud.

Interpretación: Los encuestados dicen en su mayoría que a veces el movimiento corporal es una de las cualidades humana y de expresión que ayudaría a mejorar la comunión con su cuerpo y a la profundización al mundo físico y social para mejorar su salud.

Pregunta 8.- ¿Considera usted que los juegos recreativos mejora la motricidad de la persona con discapacidad?

Tabla N° 23: Motricidad de las personas con discapacidad

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	8	89
A VECES	1	11
NUNCA	0	0
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

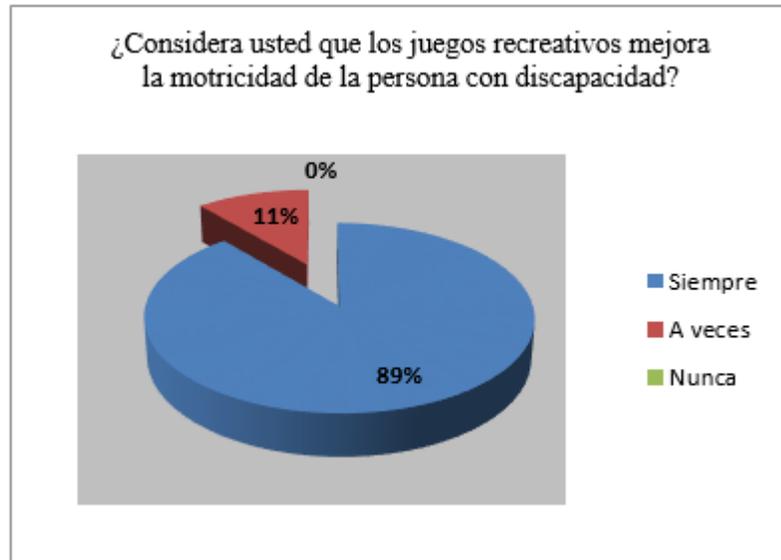


Gráfico N° 25: Motricidad de las personas con discapacidad

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos tabulados se determina que el 89% dicen que siempre se han enterado que los juegos recreativos mejoran su motricidad, el 11% a veces y el 0% restante informa que nunca.

Interpretación: La mayoría de los encuestados afirman que los juegos recreativos ayudan a mejorar a las personas con discapacidad su motricidad porque brinda diversión y entretenimiento al momento de realizarlo.

Pregunta 9.- ¿Sabía usted que la creatividad es la capacidad de un cerebro para llegar a conclusiones nuevas y resolverlas?

Tabla N° 24: Capacidad de un cerebro

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	4	45
A VECES	4	44
NUNCA	1	11
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a Facilitadores

Elaborado por: Andrés Chipantiza

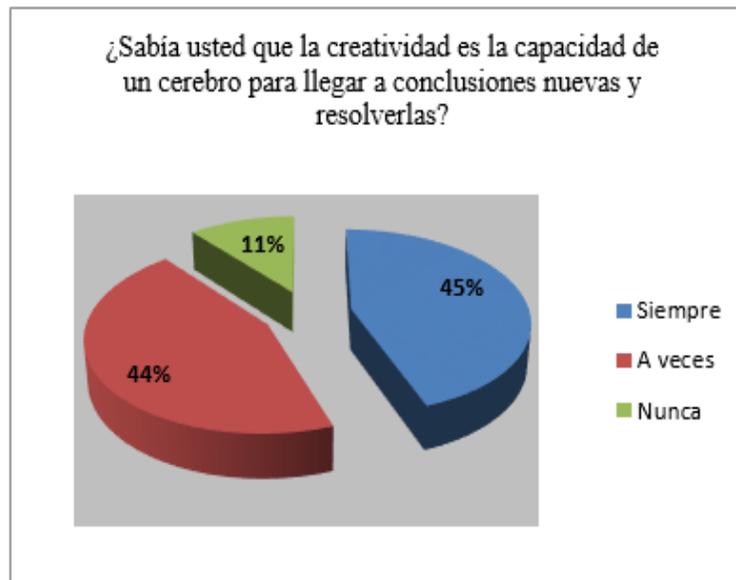


Gráfico N° 26: Capacidad de un cerebro

Fuente: Encuesta a facilitadores

Elaborado por: Andrés Chipantiza

Análisis: De la información obtenida se obtiene que el 45% de los encuestados dicen siempre que la creatividad es la capacidad de un cerebro para llegar a conclusiones nuevas y resolverlas, el 44% a veces y el 11% dicen que no sabían.

Interpretación: Los encuestados conocen en su mayoría que la creatividad es una capacidad de generar nuevas ideas creada por medio de nuestros sentimientos y así ayudaría a la persona con discapacidad a resolver sus problemas en un entorno social.

Pregunta 10.- ¿Sabía usted que la creatividad ayudara a mejorar la imaginación de las personas con discapacidad?

Tabla N° 25: Mejorar la imaginación

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	2	22
A VECES	5	22
NUNCA	2	56
TOTAL	9	100

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.



Gráfico N° 27: Mejorar la imaginación

Fuente: Encuesta a Facilitadores.

Elaborado por: Andrés Chipantiza.

Análisis: De los datos obtenidos se determina que el 22% de los encuestados dicen siempre a creatividad ayuda a mejorar la imaginación en su vida diaria el 56% nos indica que a veces, mientras que el 22% restante dicen que no.

Interpretación: Es favorable que la mayoría de encuestados permite interpretar los pensamientos y sentimientos que ellos tienen en sus vidas, ayudando a mejorar su calidad de vida.

4.3 Verificación de la Hipótesis

Cuya hipótesis es la evaluación de las variables:

Independiente: Las actividades recreativas

Dependiente: Motricidad

4.3.1 Planteamiento de la Hipótesis

H0 (Hipótesis Nula):

Las Actividades Recreativas no Influyen en la motricidad de las personas con Discapacidad de la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua.

H1 (Hipótesis Alternativa)

Las Actividades Recreativas si Influyen en la motricidad de las personas con Discapacidad de la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua.

4.3.1.1 Método lógico

Especificación estadístico.

Se trata de un cuadro de contingencia de 5 filas por 3 columnas con la aplicación de la siguiente formula estadística:

$$X^2 = \sum \left[\frac{(F_o - F_e)^2}{(F_e)} \right]$$

X²=Chi o ji Cuadrado

∑= sumatoria

FO=frecuencias Observadas

FE=frecuencias Esperadas.

Tabla N° 26: Frecuencias Observadas
FRECUENCIAS OBSERVADAS

PREGUNTAS	S	N	a veces	Subtotal
4.-Considera usted que la recreación puede despertar aspectos cognitivos y afectivos así mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad?	4	34	1	39
5.- Sabía que las actividades recreativas ayudarían a las personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad?	3	5	31	39
9.-Sabía usted que la creatividad es la capacidad de un cerebro para llegar a conclusiones nuevas y resolverlas?	4	4	31	39
10.-Sabía usted que la creatividad ayuda a mejorar la imaginación de las personas con discapacidad?	2	5	32	39
TOTAL	13	48	95	156

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad y Facilitadores

Elaborado por : Andrés Chipantiza

Tabla N° 27: Frecuencias Esperadas

PREGUNTAS	S	N	A veces	Subtotal
4.-Considera usted que la recreación puede despertar aspectos cognitivos y afectivos así mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad?	3,25	12,00	23,75	39,00
5.- Sabía que las actividades recreativas ayudarían a las personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad?	3,25	12,00	23,75	39,00
9.-Sabía usted que la creatividad es la capacidad de un cerebro para llegar a conclusiones nuevas y resolverlas?	3,25	12,00	23,75	39,00
10.-Sabía usted que la creatividad ayuda a mejorar la imaginación de las personas con discapacidad?	3,25	12,00	23,75	39,00
TOTAL	13,00	48,00	95,00	156,00

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad y Facilitadores

Elaborado por : Andrés Chipantiza

Tabla N° 27: Cálculo del Chi Cuadrado

O	E	O-E	(O-E) ²	O-E ² /E
4	3,25	0,75	0,5625	0,17
34	12,00	22,00	484	40,33
1	23,75	-22,75	517,5625	21,7921053
3	3,25	-0,25	0,0625	0,019
5	12,00	-7,00	49	4,08
31	23,75	7,25	52,5625	2,21315789
4	3,25	0,75	0,5625	0,17
4	12,00	-8,00	64	5,33
31	23,75	7,25	52,5625	2,21315789
2	3,25	-1,25	1,5625	0,48
5	12,00	-7,00	49	4,08
32	23,75	8,25	68,0625	2,86578947
				83,764

Fuente: Encuesta a personas con discapacidad y Facilitadores

Elaborado por : Andrés Chipantiza

Especificación de las regiones de aceptación y rechazo

Se procede a determinar los grados de libertad considerando el cuadro que tiene 4 filas y 3 columnas por lo tanto:

$$gl= (f-1) (c-1)$$

$$gl= (4-1) (3-1)$$

$$gl= (3) (2)$$

$$gl= 6$$

Análisis

Para la verificación del Chi cuadrado tabulado tomamos el valor calculado de los grados de libertad que en nuestro caso es 6, y lo comparamos con el grado de

significación que en este caso tomamos el valor referente de 0,05 y analizando dentro de la tabla el valor es de $X^2_t= 12,59$.

Regla de decisión

Con 6 grados de libertad y un nivel de significación de 0,05 con el valor $X^2_c= 83,764$, por lo que es mayor a $X^2_t=12,59$ de acuerdo por efecto se rechaza la hipótesis nula H_0 y se acepta la hipótesis alternativa H_1 que dice: “Las Actividades Recreativas si Influyen en la motricidad de las personas con Discapacidad de la Fundación San José de Huambalo del Cantón Pelileo Provincia de Tungurahua.”

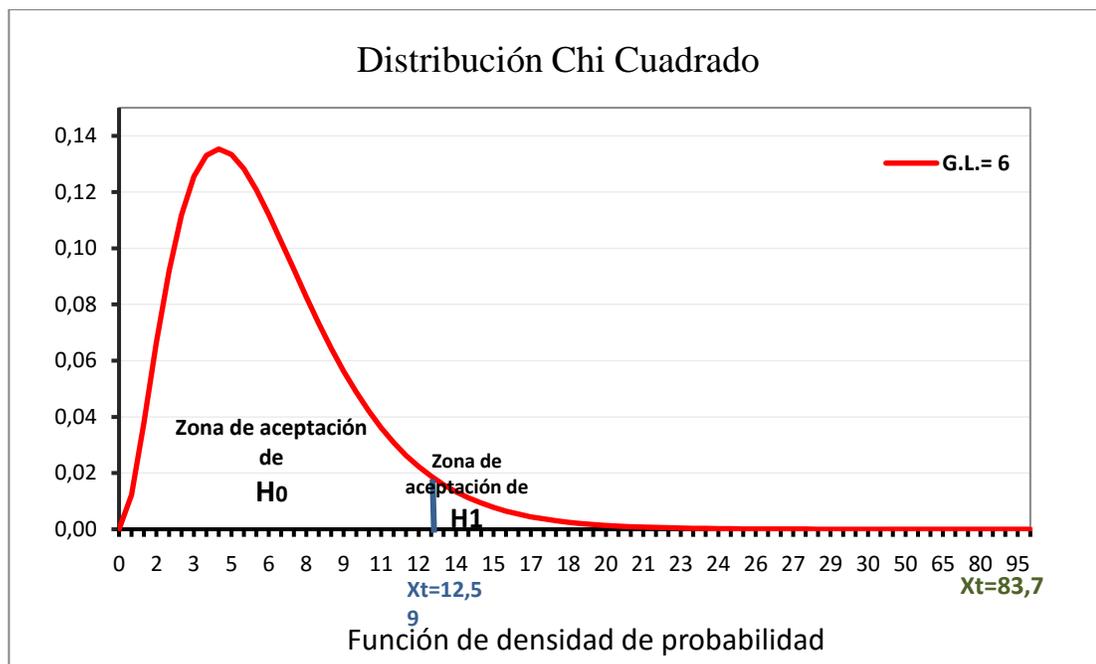


Gráfico N° 28: Curva de la distribución Chi cuadrado para el presente caso.
Elaborador por: Andrés Chipantiza

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

En la investigación a la Fundación “San José de Huambalo” del Cantón Pelileo, se determina que las personas con discapacidad desconocen la importancia que tiene las actividades recreativas, en lograr la relajación física y mental, mediante los diferentes ejercicios.

Las personas con discapacidad no conocen como la motricidad les puede ayudar a desarrollar movimientos por sí mismo, los cuales van adquiriendo mediante las actividades desarrolladas de manera progresiva.

Mediante el análisis científico establecido a las actividades recreativas y motricidad en las personas con discapacidad, se determina que en la Fundación “San José de Huambalo”, a un no se aplican adecuadamente las actividades que le ayuden a mejorar el movimiento corporal y mental de las personas con discapacidad.

5.2 Recomendaciones

Dar a conocer la importancia de las actividades recreativas, mediante cursos o conversaciones establecidas por los facilitados a las personas con discapacidad, para obtener mejores resultados en las diferentes actividades establecidas.

Desarrollar una guía de actividades en donde se dé a conocer como la motricidad les ayuda a las personas con discapacidad, a desarrollar movimientos por sí mismo, los cuales van adquiriendo mediante las actividades desarrolladas de manera progresiva.

Promover el desarrollo de la actividad recreativa con ejercicios de coordinación y motricidad, para mejorar el movimiento corporal y mental en las personas con discapacidad.

Bibliografía

Libros

- Burbano Urresta, D. A. (2014). *Incidencia de las actividades recreativas acuáticas en el desarrollo psicomotriz en niños entre 6 y 15 años con parálisis cerebral leve, moderada, de la Fundación Virgen de la Merced*. Salgolquí: Universidad de las Fuerzas Armadas.
- Castañer, M., & Camerino, O. (2006). *Manifestaciones básicas de la motricidad*. Lleida: Universidad de Lleida.
- Castro, M. C. (s.f.). En *El niño con discapacidad y su entorno*. Educación Física. (2016). Acción motriz. 3.
- Fernandez, E., Fernandez, A., Mendoza, S., & Muiña, C. (2010). *El deporte en los discapacitados físicos*.
- Flores, A. B. (2000). *Habilidades motrices*. Inde publicaciones.
- García, M. M. (2005). *juegos para niños con necesidades educativas especiales*. Pax Mexico .
- Hernandez, M. R. (2005). *manual de educacion fisica adaptada al alumno con discapacidad*. paidotribo.
- Jose Maria Cañizares Marquez, C. C. (s.f.). *Habilidades y tareas motrices en la edad escolar*. wanceulen.
- LEY ORGANICA DE LA DISCAPACIDAD*. (2012).
- Lucea, J. D. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Inde.
- Maelmague. (2013). Motricidad y Movimiento. *ClubEnsayos*, 2.
- OMS. (2016).
- Paucar, E., & Valarezo, V. (2012). *Las actividades recreativas y su Incidencia en el desarrollo de las habilidades motrices de personas con Discapacidad Intelectual leve y moderada, comprendidas en edades de 14 a 25 años del taller especial de Producción Margoth Bonolla*. Salgolquí: Escuela Politécnica del Ejército.

- Pérez, A. (2003). *Clasificación de las actividades recreativas*.
- Pizarro, M. S. (2011). Concepto de habilidad motriz en educación física: los desplazamientos.
- Prieto Bascón, M. Á. (2010). Habilidades Motrices básicas. *Innovación y Experiencias Educativas*, 2.
- Ramirez, M. E. (2006). En *Educacion Fisica para niños con necesidades educativas especiales*. Costa Rica: universidad estatal a distancia.
- Sánchez Bañuelos, F. (2002). *Didáctica de la Educación Física*. . Madrid: Prentice Hall.
- Sánchez Delgado, J. C. (2006). Definición y Clasificación de Actividades Física y Salud. *Public Standard*, 3.
- Vargas Vargas, G. A. (2012). *Las actividades físico recreativas en el mejoramiento de la calidad de vida del Adulto Mayor de la Asociación de Maestros Jubilados de Tungurahua, sede Ambato*. Ambato: Universidad Técnica de Ambato.
- Wilmore , J., & Costill, D. (1995). *Subcategorías de las Actividades Física*.
- Zapata, A. (2016). *Actividades recreativas en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de la Unidad Educativa 14 de julio del cantón Latacunga*. Ambato : Universidad Técnica de Ambato.

Sitio web

- Agapasm. (2011). *Manual de Actividades Recreativas*. Obtenido de http://www.agapasm.com.br/Artigos/Manual_Actividades_Recreativas_PrimerParte.pdf
- Baracco, N. (2011). *Motricidad y Movimiento*. Obtenido de <https://sites.google.com/site/noelianona2011/motricidad-y-movimiento>
- Carballo, C. (2011). *Actividades Físicas*. Obtenido de <http://www.patriciaminuchin.com.ar/publicado/50%20Actividad%20fisica%20ejercicio%20y%20deporte.htm>
- Corrales Salgero, A. R. (2009). *Actividades recreativas*. Modules. Obtenido de <http://www.csi->

csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_23/ANTONIO%20
RAFAEL_CORRALES_SALGUERO01.pdf

Cuevas, S. (26 de Noviembre de 2012). Obtenido de <http://recreacioniyb.blogspot.com/>

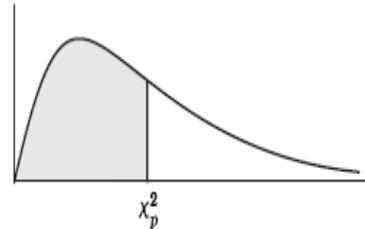
Gomez, H. (2015). *Actividad Física, Salud y Calidad de Vida*. Obtenido de <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10788/HellinGomez04de15.pdf;sequence=4>

Anexos

Anexo 1

Apéndice IV

Valores percentiles (χ^2_p)
correspondientes
a la distribución ji cuadrada
con ν grados de libertad
(área sombreada = p)



ν	$\chi^2_{.995}$	$\chi^2_{.99}$	$\chi^2_{.975}$	$\chi^2_{.95}$	$\chi^2_{.90}$	$\chi^2_{.75}$	$\chi^2_{.50}$	$\chi^2_{.25}$	$\chi^2_{.10}$	$\chi^2_{.05}$	$\chi^2_{.025}$	$\chi^2_{.01}$	$\chi^2_{.005}$
1	7.88	6.63	5.02	3.84	2.71	1.32	.455	.102	.0158	.0039	.0010	.0002	.0000
2	10.6	9.21	7.38	5.99	4.61	2.77	1.39	.575	.211	.103	.0506	.0201	.0100
3	12.8	11.3	9.35	7.81	6.25	4.11	2.37	1.21	.584	.352	.216	.115	.072
4	14.9	13.3	11.1	9.49	7.78	5.39	3.36	1.92	1.06	.711	.484	.297	.207
5	16.7	15.1	12.8	11.1	9.24	6.63	4.35	2.67	1.61	1.15	.831	.554	.412
6	18.5	16.8	14.4	12.6	10.6	7.84	5.35	3.45	2.20	1.64	1.24	.872	.676
7	20.3	18.5	16.0	14.1	12.0	9.04	6.35	4.25	2.83	2.17	1.69	1.24	.989
8	22.0	20.1	17.5	15.5	13.4	10.2	7.34	5.07	3.49	2.73	2.18	1.65	1.34
9	23.6	21.7	19.0	16.9	14.7	11.4	8.34	5.90	4.17	3.33	2.70	2.09	1.73
10	25.2	23.2	20.5	18.3	16.0	12.5	9.34	6.74	4.87	3.94	3.25	2.56	2.16
11	26.8	24.7	21.9	19.7	17.3	13.7	10.3	7.58	5.58	4.57	3.82	3.05	2.60
12	28.3	26.2	23.3	21.0	18.5	14.8	11.3	8.44	6.30	5.23	4.40	3.57	3.07
13	29.8	27.7	24.7	22.4	19.8	16.0	12.3	9.30	7.04	5.89	5.01	4.11	3.57
14	31.3	29.1	26.1	23.7	21.1	17.1	13.3	10.2	7.79	6.57	5.63	4.66	4.07
15	32.8	30.6	27.5	25.0	22.3	18.2	14.3	11.0	8.55	7.26	6.26	5.23	4.60
16	34.3	32.0	28.8	26.3	23.5	19.4	15.3	11.9	9.31	7.96	6.91	5.81	5.14
17	35.7	33.4	30.2	27.6	24.8	20.5	16.3	12.8	10.1	8.67	7.56	6.41	5.70
18	37.2	34.8	31.5	28.9	26.0	21.6	17.3	13.7	10.9	9.39	8.23	7.01	6.26
19	38.6	36.2	32.9	30.1	27.2	22.7	18.3	14.6	11.7	10.1	8.91	7.63	6.84



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA
MODALIDAD PRESENCIAL
ENCUESTA



Objetivo:

Desarrollar las actividades recreativas en la motricidad de las personas con Discapacidad de la Fundación “San José de Huambalo” del cantón Pelileo provincia de Tungurahua

Indicaciones Generales:

- *Marque con una X a respuesta de su preferencia*
- *No se aceptan tachones, borrones o enmendaduras*

1.- *¿Considera usted que las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo físico?*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

2.- *¿Considera usted que al utilizar los juegos recreativos la participación de las personas con discapacidad serán más activas?*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

3.- *¿Considera usted que las personas con discapacidad se divierten con los juegos tradicionales?*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

4.- *¿Considera usted que la recreación puede despertar los aspectos cognitivos y afectivos y así mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad?*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

5.- *¿Sabía que las actividades recreativas ayudarían a las personas con discapacidad a desarrollarse en la sociedad?*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

6.- *¿Sabía usted que el movimiento corporal ayudara al equilibrio emocional de las personas con discapacidad?*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

7.- *¿Sabía usted que el movimiento corporal es una cualidad humana y expresión de salud?*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

8.- *¿Considera usted que los juegos recreativos mejora la motricidad de la persona con discapacidad*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

9.- *¿Sabía usted que la creatividad es la capacidad de un cerebro para llegar a conclusiones nuevas y resolverlas?*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

10.- *¿Sabía usted que la creatividad ayudara a mejorar la imaginación de las personas con discapacidad?*

SIEMPRE () A VECES () NUNCA ()

OBSERVACIONES:.....
.....

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

Anexo 3





BALONCESTO ADAPTADO COMO ACTIVIDAD RECREATIVA EN LA MOTRICIDAD DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD DE LA FUNDACIÓN “SAN JOSÉ DE HUAMBALO”

William Andrés Chipantiza Urquizo¹

¹Investigador, Carrera de Cultura Física, andreschipantiza20.cf@gmail.com
Av. Los Chasquis, campus Huachi, Ecuador

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo desarrollar las motricidad de las personas con discapacidad que utilizan silla de ruedas en la Fundación “San José de Huambalo” del cantón Pelileo de la Provincia de Tungurahua, a través de la implementación de un programa de entrenamiento dirigido a la preparación de las personas para la práctica del baloncesto adaptado. Con la finalidad de medir el efecto que tiene el programa de entrenamiento, se aplicaron los test antes (pre-test) y después (post-test) del entrenamiento, contando con dos grupos experimentales, que correspondieron a dos equipos. El programa consistió en preparar a los jugadores con base en diez indicadores, como son velocidad, fuerza, resistencia, lanzamiento a canasta, lanzamiento de precisión, desplazamiento con el balón, cambios de dirección, paradas, pivotes y regates. Se tomaron datos de cada uno de los doce jugadores y se estableció las medias aritméticas y las desviaciones de los resultados. Además se realizó un análisis de los datos, los cuales reflejaron una mejora considerable en el nivel presentado por los jugadores antes y después del entrenamiento. Los datos más relevantes con respecto a las puntuaciones obtenidas y los tiempos realizados, determinan que para el lanzamiento a canasta se mejoró entre el 21 y 25 % dependiendo del equipo, para el lanzamiento de precisión el incremento fue de entre 8.7 y 12.7 %, en la capacidad de pivoteo se incrementó entre el 38.7 y 40.6 %, y en el regate se subió entre un 23.1 y 48.5 5 %, al comparar los resultados pre-test y post-test. Mediante el estudio se demostró la importancia de la preparación física y técnica para el desarrollo de la motricidad de las personas con discapacidad. A su vez, se contribuyó favorablemente en la preparación de los facilitadores, puesto que cuentan con una estrategia para desarrollar la capacidad motriz y el fomento de las relaciones interpersonales.

Palabras claves: Actividad recreativa, baloncesto adaptado, personas con discapacidad, motricidad.

Abstract

The objective of this study is developing the motricity skills of disabled people using wheelchairs at the "San José de Huambalo" Foundation from Pelileo, Tungurahua Province, through the implementation of a training program aimed at the Preparation of people for the practice of adapted basketball. In order to measure the effect of the training program, the pre-test and post-test of the training were applied, with two experimental groups, corresponding to two teams. The program consisted of preparing the players based on ten indicators, such as speed, strength, resistance, throwing basket, precision throwing, ball displacement, changes of direction, stops, pivots, and dribbles. Data were collected from each of the twelve players and the arithmetic means and deviations from the results were established. In addition, an analysis of the data was performed, which reflected a considerable improvement in the level presented by players before and after training. The most relevant data regarding the obtained scores and the times realized, determined that for the launch to basket was improved between 21 and 25% depending on the equipment, for the launch of precision the increase was between 8.7 and 12.7%, the pivotal capacity increased between 38.7 and 40.6%, and in the dribble rose between 23.1 and 48.5 %, when comparing the pre-test and post-test results. The study showed the importance of physical and technical preparation for the development of the motor skills of people with disabilities. At the same time, it contributed favorably to the preparation of the facilitators, since they have a strategy to develop the motricity capacity and the promotion of interpersonal relationships.

Keywords: Adapted basketball, motricity, people with disabilities, recreational activity.

Introducción

La motricidad es uno de los aspectos más relevantes que repercuten en el estilo de vida de las personas con discapacidad, debido a que se refiere a las sensaciones conscientes del ser humano en movimientos intencionales y significativos en un tiempo determinado, incluyendo percepción, memoria, proyección, actividad, emoción, raciocinio. El desarrollo de las habilidades motrices se construye mediante el movimiento intencional a partir del reflejo. Existen una gran cantidad de actividades recreativas que contribuyen al desarrollo de la motricidad en las personas con discapacidad, entre las principales constan las actividades deportivas-recreativas, actividades al aire libre y actividades de relajación.

De acuerdo a Gutiérrez Sanmartín y Caus i Pertegaz (2006) la práctica de actividades recreativas, físicas y deportivas por parte de las personas con discapacidad es muy valorada, gracias a que les permite crear nuevas amistades, viajar, sentirse necesarios y ayudar a los demás, es decir que ayuda a la reafirmación social de este grupo de

personas; a diferencia de quienes no presentan discapacidad, que no lo valoran de la misma manera (p. 60). West (1984), estableció que las actitudes negativas hacia las personas con discapacidad constituyen una barrera significativa que impedía su participación en actividades recreativas de la comunidad. De las afirmaciones anteriores se puede manifestar que para las personas con discapacidad es muy relevante la posibilidad de realizar actividades recreativas, pero que a pesar de ello existe cierta indisposición a hacerlo debido a la discriminación que sufren por parte de las personas sin discapacidad.

Las personas que presentan una discapacidad física pueden encontrar una alternativa para la práctica de actividades recreativas y deportivas en el uso de dispositivos o mecanismos que les ayuden a su movilización, como por ejemplo mediante silla de ruedas, a esto se le denomina “deporte adaptado”. El Comité Paralímpico Internacional (2011) sostiene que el deporte adaptado posee un efecto sumamente importante en garantizar la “reintegración social” de la persona con discapacidad al “promover la convivencia pacífica” (Ferrante, 2013, p. 160).

En el Ecuador de acuerdo con el Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades (CONADIS) (2015), existen 401 538 con discapacidad (p. 1), que representa el 2.78 % de toda la población del país, en consideración de que el número total de ecuatorianos es de 14 483 499 personas (Villacís y Carrillo, 2011, p. 10). Los porcentajes por tipos de discapacidad son los siguientes: el 48 % tienen discapacidad física, el 22 % discapacidad intelectual, el 13 % auditiva, el 12 % visual, el 2 % psicosocial, el 2 % psicológica y el 1 % de lenguaje (CONADIS, 2015, p. 2). Estos datos reflejan que este grupo de la población es minoritario, razón por la cual son víctimas de marginación en ciertos ámbitos de la vida cotidiana.

No obstante, el estado ecuatoriano garantiza el derecho de las personas con discapacidad al acceso a las actividades recreativas, precisamente en la Ley Orgánica de Discapacidades (2012), se establece que “El Estado a través de la autoridad nacional competente en cultura garantizará a las personas con discapacidad el acceso, participación y disfrute de las **actividades** culturales, **recreativas**, artísticas y de esparcimiento;...” (Art. 42). Más allá de lo que lo estipulado en las leyes vigentes en

el país, las actividades recreativas en las personas con discapacidad brindan una gran cantidad de beneficios, como permitir mejorar la motricidad, evitar que se establezca un estilo de vida sedentario, mejora las relaciones de convivencia, evita la aparición de enfermedades como el estrés y tensiones musculares, y en general permite que las personas se mejoren su calidad de vida.

En la actualidad, en el país se viene mejorando la preparación de los entrenadores y especialistas en materia deportiva, con el objeto de que estén mejor preparados para guiar a las personas con discapacidad hacia una práctica adecuada de actividades recreativas. Sin embargo, aún no se alcanza un desarrollo suficiente en este ámbito, razón por la cual el presente estudio se dirige a servir de base para la profundización en las actividades de recreación que contribuyan a la motricidad de las personas con discapacidad.

Una de las actividades recreativas que se pueden ejecutar es el baloncesto o basket adaptado o en silla de ruedas, que es un deporte de equipo integrado por cinco individuos y que se desarrolla en una cancha que dispone de dos canastas, una en cada uno en sus extremos; el juego consiste en anotar puntos, que se obtienen al ingresar un balón en el interior de cada canasta, que es sostenida por un aro. El baloncesto adaptado tiene las mismas reglas de juego que el baloncesto normal, excepto que los jugadores se desplazan en una silla de ruedas. Este deporte se practica internacionalmente, es así que actualmente en los Juegos Paraolímpicos se reconocen dos modalidades: el baloncesto en silla de ruedas y el baloncesto de discapacitados intelectuales.

En el caso ecuatoriano en la Ley del Deporte, Educación Física y Recreación (2010), se establece que el baloncesto adaptado para personas con discapacidad “es una de las formas de expresión deportiva de la igualdad a la que tienen derecho todos los seres humanos, indistintamente de sus capacidades psicomotrices e intelectuales” (Art. 66). En la misma ley se estipula que el deporte adaptado “se clasifica en **deporte** formativo, de alto rendimiento, profesional y **recreativo**” (Art. 67). Esto demuestra que en el país se contempla la práctica del basket adaptado como una manera de contribuir en la

inclusión social de este grupo de la población, al punto de que está regulado en el marco legal vigente.

En la provincia de Tungurahua, específicamente en el cantón Pelileo no está extendida la práctica de actividades recreativas orientadas hacia el desarrollo de la motricidad de las personas con discapacidad, las principales causas son desconocimiento por parte de los entrenadores deportivos, la falta de implementación e infraestructura adecuada y la indisponibilidad de guías de actividades recreativas. Todo esto ha generado efectos negativos en el mencionado grupo de personas, como una vida sedentaria, tendencia al sobrepeso, la aparición de enfermedades cardiovasculares, la marginación de actividades de competencia, un ritmo lento de rehabilitación en los casos de discapacidad temporal y en general el hecho de que este grupo de la población se sienta imposibilitada para hacer una vida normal.

La Fundación de personas con discapacidad San José de Huambaló de Pelileo, es una organización social sin fines de lucro, constituida en el año 2005, mediante acuerdo del Ministerio de Bienestar Social No. 009-2005, se financia mediante autogestión a través de convenios con organizaciones gubernamentales. Esta institución cuenta con dos modalidades de atención como son: una modalidad interna con 30 usuarios con discapacidad, bajo un programa integral de desarrollo de habilidades individuales, a quienes se les brinda atención en programas de habilitación, rehabilitación, nutrición y atención médica; otra modalidad que es externa dirigida a personas con riesgo de discapacidad y al adulto mayor.

Con el propósito de brindar un buen servicio a la comunidad la fundación San José de Huambaló de Pelileo cuenta con áreas de esparcimiento, de atención en terapia física e hidroterapia, psicología, asistencia educativa y ocupacional. De la investigación preliminar se conoce que las actividades recreativas se realizan de modo empírico, debido a que no se cuenta con una valoración especializada en este ámbito.

Por este motivo, se dio un impulso a la ejecución de actividades recreativas en beneficio de las personas con discapacidad de la fundación San José de Huambaló de Pelileo. En consideración de que un buen número de las personas internas presentan discapacidad física, lo que obliga a que utilicen sillas de ruedas para su movilización, se formuló la realización de un programa de entrenamiento para la práctica del baloncesto adaptado con un enfoque recreativo.

Método

Diseño

Según los diseños investigativos de Cambell y Stanley (1968) citado por Rodríguez Salazar y Montoya (2006, p. 103), este tipo de investigación es cuasi-experimental, pre-test – post-test, con dos grupos experimentales (dos equipos con cinco jugadores cada uno y un recambio por bando) y un grupo de control.

Participantes

En el estudio participaron 12 personas (8 hombres y 4 mujeres) que presentan una discapacidad física, condicionados a utilizar una silla de ruedas para su movilización, (26.75 ± 18.25 años de edad; 58.52 ± 24.63 kg de peso). Las condiciones físicas de estas personas únicamente les permite realizar la práctica del baloncesto desde un punto de vista recreativo, dado que no tienen un estilo de vida que favorezca la práctica del deporte a nivel competitivo y/o que sus características físicas no les permita realizar un esfuerzo de consideración. Se conoció que las personas suelen realizar actividad física básica, sin actividad intensa. Además, las personas presentan diferentes tipos de discapacidad motora, tales como: amputación, lesión medular, poliomielitis, distrofia muscular y paraplejia (Dávila, 2009, p. 10); cabe destacar que algunas de las personas adicionalmente presentaban discapacidad auditiva o de lenguaje. En tal virtud, se observaron las siguientes características en las personas que iban a participar de la práctica del baloncesto adaptado:

Capacidad limitada para realizar un movimiento y poca fuerza funcional en todas las extremidades.

Dificultad para comprender y ejecutar las tácticas de juego.

Necesidad de una ayuda técnica para la movilización (silla de ruedas, andadores, muletas).

Inicialmente a todos y cada uno de los participantes se les explicó los beneficios y riesgos asociados a la práctica del baloncesto adaptado como deporte recreativo. Por este motivo, se firmó un acuerdo de consentimiento informado, por parte de los representantes de cada una de las personas, en el cual se contempló la posibilidad de que desistan de participar en el desarrollo del juego en caso de considerarlo pertinente. El estudio fue aprobado por la Universidad Técnica de Ambato.

En virtud de lo señalado, la población está conformada por las personas con discapacidad de la Fundación San José de Huambaló de Pelileo, así como también intervienen los facilitadores quienes se encargan de dirigir la realización de las actividades. En este sentido, la población participante es la que se describe a continuación:

Tabla 1. Población inmersa en el estudio.

MUESTRA	POBLACIÓN		TOTAL	
	Hombres	Mujeres		
Personas con discapacidad en silla de ruedas	8	4	12	61.5 %
Facilitadores	5	4	9	38.5 %
TOTAL	13	8	21	100 %

Materiales

Los materiales utilizados son los que se describen a continuación:

Para el lanzamiento a canasta, un balón de gomaespuma y una canasta de diámetro 1 m por 1 m de altura.

En el lanzamiento de precisión: 3 aros (de diámetro 40, 60 y 80 cm).

Silla de ruedas para todas las pruebas.

Cronómetro para tomar el tiempo.

Reglamento de juego

Las reglas para la práctica del baloncesto y los entrenamientos son las siguientes:

Cancha de juego de superficie plana y dura, cuyas dimensiones deben ser de 28 m de largo por 15 m de ancho, el círculo central debe tener 1.80 m de radio. Debe estar debidamente demarcado.

A la silla de ruedas se le podrá añadir hasta un máximo de dos dispositivos anti-vuelco. No se permite el uso de mecanismos que faciliten la conducción como cambio de marchas o frenos.

Durante un partido cada equipo estará conformado por cinco jugadores y se podrán realizar cambios.

El tiempo de duración de un partido será de 40 minutos, comprendidos en cuatro períodos de 10 minutos cada uno. Además se podrá realizar un intervalo de juego previo el inicio de un partido.

Los jugadores deberán estar debidamente uniformados.

Se requerirá de un árbitro para el desarrollo de un partido.

Se considera como carga el contacto ilegal, con o sin balón, que es provocado al empujar o chocar con la silla de ruedas de un integrante del equipo oponente.

Un jugador que cometiere cinco falta personales y/o técnicas deberá abandonar el partido de inmediato.

Procedimiento

Con el objeto de preparar a las personas con discapacidad motora de la fundación “San José de Huambaló” para que puedan participar en el juego del baloncesto en silla de ruedas, tanto en sus capacidades de resistencia física como en la mejora de la técnica y táctica de juego, se formuló un plan de entrenamiento. A partir del mismo, se estableció una medición de los factores asociados con la motricidad, como son la velocidad, la resistencia, la fuerza, la coordinación y la técnica de juego, para el efecto se aplicaron pruebas antes y después del programa de entrenamiento, pre-test y post-test, respectivamente.

En el caso de la técnica de juego, se consideraron los siguientes parámetros de interés: control y manejo de la silla de ruedas, desplazamiento con el balón, cambios de dirección, paradas, cambios de ritmo, pivotes y regates. Las pruebas realizadas tienen por objeto medir el rendimiento y la motricidad de las personas que participan del

baloncesto como actividad recreativa. A continuación se detallan los indicadores medidos:

Tabla 2. Pruebas realizadas para medir el rendimiento y la motricidad del jugador.

TIPO DE PRUEBA	INDICADOR	CÓDIGO
Física	Velocidad	V
	Fuerza	F
	Resistencia	R
Técnica	Lanzamiento a canasta	LC
	Lanzamiento de precisión	LP
	Desplazamiento con el balón	DB
	Cambios de dirección	CD
	Paradas	P
	Pivotes	PV
	Regates	RG
Pre-test	Todos los indicadores	-
Post-test	Todos los indicadores	-

Test de lanzamiento a canasta: el jugador ejecuta 5 lanzamientos a canasta, 1 desde una distancia de 1 m. y 2 desde distancias de 2 y 3 m. Se asigna 1 punto si consigue anotar desde la distancia de 1 m. y 2 puntos por cada canasta anotada desde 2 y 3 m. Si el deportista intenta lanzar los 5 tiros a canasta recibe 1 punto (aunque no anote). El máximo puntaje posible es de 10 (Abellán Hernández, 2013, p. 64).

Test de lanzamiento de precisión: el jugador efectúa 7 lanzamientos de precisión desde una línea a una distancia de 2 m. del objetivo, 3 lanzamientos al aro más grande (80 cm.), 2 lanzamientos a un aro mediano (60 cm.) y 2 lanzamientos a un aro pequeño (40 cm.). Por cada lanzamiento que atravesase el aro grande se asigna 1 punto, por cada lanzamiento que atravesase el aro mediano obtiene 1 punto y por cada lanzamiento que atravesase el aro pequeño se entrega 2 puntos. Por realizar la prueba recibirá 1 punto más (aunque no se anote). El máximo puntaje posible es de 10 (Abellán Hernández, 2013, p. 64).

Las pruebas y el entrenamiento se efectuaron en una cancha de baloncesto localizada en el sector de la parroquia de Huambaló, durante todo el mes de marzo. Las personas

que participaron del entrenamiento y juego de baloncesto adaptado, fueron instruidas para realizar la prueba a su máximo rendimiento posible.

Previo a la realización del pre-test se efectuó un calentamiento, conformado por desplazamientos de baja intensidad con la silla de ruedas durante 5 minutos, luego se hicieron dos aceleraciones de 10 metros en línea recta y dos aceleraciones con cambio de dirección. Para la prueba se utilizaron sillas de ruedas aptas para la realización de prácticas deportivas.

Con la finalidad de preparar a los participantes del juego de baloncesto adaptado de la fundación “San José de Huambaló” para que alcancen un rendimiento óptimo, fue necesario implementar un programa de entrenamiento orientado a desarrollar la técnica de juego y a mejorar el estado físico de los jugadores. Este programa de entrenamiento se ejecutó en fases, a partir de la prueba pre-test hasta llegar a la prueba post-test, conforme se desglosa en la siguiente tabla:

Tabla 3 Distribución de objetivos de entrenamiento en cada sesión del programa de entrenamiento.

DÍA	S0	S1		S2		S3		S4	
Lunes	-	R	DB	Partido		R	LP	F	RG
Martes	-	R	DB	F	P	R	LP	Partido	
Miércoles	-	R	DB	F	LC	V	PV	Partido	
Jueves	-	V	CD	F	LC	F	PV	Partido	
Viernes	Pre-test	V	CD	V	LC	F	RG	Post-test	

S = semana de entrenamiento. Los otros códigos están detallados en la tabla 2.

Procesamiento de datos

A partir de los datos obtenidos para cada uno de los jugadores de ambos equipos, se calcularon los estadísticos descriptivos (media aritmética y desviación estándar DE) de los diferentes indicadores medidos mediante los test (Sánchez, Yagüe, Fernández, y Petisco, 2014, p. 226).

Tras comprobar la distribución normal o normalidad de los datos obtenidos de la muestra a través mediante la prueba de Saphiro-Wilk (6 datos < 50 datos) (Shapiro & Wilk, 1965), se procedió a analizar los efectos del programa de entrenamiento mediante

comparación de los datos obtenidos en el pre-test y el post-test, utilizando la prueba t Student para muestras relacionadas. Las diferencias entre los resultados son significativas si $p \leq 0,05$ (*) ó $p \leq 0,01$ (**), 5 % y 1 %, respectivamente. Los * y ** se muestran en los software estadísticos.

Resultados

A continuación se presentan los resultados obtenidos, para cada uno de los indicadores de motricidad y rendimiento de los jugadores, en el pre-test versus los datos obtenidos en el post-test.

Tabla 4. Pruebas realizadas para medir el rendimiento y la motricidad del jugador.

INDICADOR	EQUIPO	Medición Pre-test			Medición Post-test		
		Puntuación media	Distancia recorrida (jugador) (m)	Tiempo empleado (min)	Puntuación media	Distancia recorrida (jugador) (m)	Tiempo empleado (min)
Test de Velocidad (sin balón)	EQ1	Vel. 1.08m/s	28	0.43 ± 0.1	Vel. 1.19m/s	28	0.39 ± 0.12
	EQ2	Vel. 1.14m/s	28	0.41 ± 0.14	Vel. 1.23m/s	28	0.38 ± 0.17
Test de Fuerza	EQ1	3.7 ± 0.72	-	-	4.6 ± 0.88	-	-
	EQ2	3.9 ± 1.16	-	-	5.1 ± 1.87	-	-
Test de Resistencia	EQ1	-	-	26.4 ± 8.15	-	-	35.5 ± 9.14
	EQ2	-	-	25.6 ± 7.78	-	-	33.9 ± 10.2
Test de Lanzamiento a canasta	EQ1	3.8 ± 1.72	-	-	4.6 ± 2.07	-	-
	EQ2	3.6 ± 2.04	-	-	4.5 ± 2.55	-	-
Test de Lanzamiento de precisión	EQ1	4.7 ± 1.94	-	-	5.3 ± 2.17	-	-
	EQ2	4.8 ± 1.78	-	-	5.2 ± 2.84	-	-

INDICADOR	EQUIPO	Medición Pre-test			Medición Post-test		
		Puntuación media	Distancia recorrida (jugador) (m)	Tiempo empleado (min)	Puntuación media	Distancia recorrida (jugador) (m)	Tiempo empleado (min)
Test de Desplazamiento con el balón	EQ1	-	14	1.15 ± 0.22	-	14	0.94 ± 0.22
	EQ2	-	14	1.16 ± 0.19	-	14	0.87 ± 0.19
Test de Cambios de dirección	EQ1	-	14	1.91 ± 0.07	-	14	1.78 ± 0.09
	EQ2	-	14	1.88 ± 0.13	-	14	1.81 ± 0.08
Test de Paradas	EQ1	-	2.1 ± 0.3	-	-	1.7 ± 0.4	-
	EQ2	-	2.4 ± 0.42	-	-	1.8 ± 0.37	-
Test de Pivotes	EQ1	3.2 ± 1.8	-	-	4.5 ± 2.0	-	-
	EQ2	3.1 ± 1.1	-	-	4.3 ± 1.6	-	-
Test de Regates	EQ1	3.3 ± 1.3	-	-	4.9 ± 1.5	-	-
	EQ2	3.9 ± 0.9	-	-	4.8 ± 1.4	-	-
Test de Partido	EQ1	14	-	30	25	-	40
	EQ2	18	-	30	28	-	40

EQ1 = Equipo 1; EQ2 = Equipo 2. Nomenclatura: media ± desviación DE.

Adicionalmente, se evaluó la condición física, en lo correspondiente a la frecuencia cardíaca, la temperatura corporal y el consumo máximo de oxígeno por cada uno de los jugadores durante el pre-test y post-test. Los resultados obtenidos y detallados por cada uno de los jugadores de los equipos fueron los siguientes:

Tabla 5. Condición física en el desarrollo del juego del baloncesto adaptado. Pre-test.

EQUIPO 1						
Jugador	Edad	Género	Tipo de discapacidad	Frecuencia Cardíaca Máxima (lat/min)	Temperatura corporal media (°C)	Consumo máximo de oxígeno VO ₂ max (ml·kg/min)
1	29	H	Amputación	165	36.7	30,6
2	37	M	Poliomielitis	172	36.4	34.1
3	16	M	Distrofia muscular	197	37.1	29.4
4	14	H	Amputación	181	36.5	27.1
5	31	H	Lesión medular	184	36.8	33.6
6	44	H	Paraplejia	169	35.7	26.8
EQUIPO 2						
Jugador	Edad	Género	Tipo de discapacidad	Frecuencia Cardíaca Máxima (lat/min)	Temperatura corporal media (°C)	Consumo máximo de oxígeno VO ₂ max (ml·kg/min)
1	13	H	Paraplejia	183	37.1	25.9
2	25	M	Distrofia muscular	186	36.5	30.6
3	18	H	Amputación	196	36.6	29.5
4	16	H	Amputación	192	36.2	31.3
5	45	M	Poliomielitis	176	35.8	34.2
6	33	H	Amputación	184	36.1	29.5

H = Hombres, M = Mujeres.

Tabla 6. Condición física en el desarrollo del juego del baloncesto adaptado. Post-test.

EQUIPO 1						
Jugador	Edad	Género	Tipo de discapacidad	Frecuencia Cardíaca Máxima (lat/min)	Temperatura corporal media (°C)	Consumo máximo de oxígeno VO ₂ max (ml·kg/min)
1	29	H	Amputación	173	36.5	29,1
2	37	M	Poliomielitis	178	36.3	29.4
3	16	M	Distrofia muscular	184	37.8	28.8
4	14	H	Amputación	179	36.4	31.6
5	31	H	Lesión medular	188	36.3	34.4
6	44	H	Paraplejia	173	36.7	28.3
EQUIPO 2						

Jugador	Edad	Género	Tipo de discapacidad	Frecuencia Cardíaca Máxima (lat/min)	Temperatura corporal media (°C)	Consumo máximo de oxígeno VO ₂ max (ml·kg/min)
1	13	H	Paraplejia	186	36.4	28.8
2	25	M	Distrofia muscular	176	36.7	31.5
3	18	H	Amputación	190	36.6	27.2
4	16	H	Amputación	181	36.0	32.7
5	45	M	Poliomielitis	179	36.5	33.9
6	33	H	Amputación	187	36.7	31.2

M = género masculino, F = género femenino.

Discusión

Al observar los resultados obtenidos se pueden hacer las siguientes precisiones:

Al comparar los resultados del pre-test versus los del post-test (tabla 4), se evidenció que el rendimiento de juego mejoró con el desarrollo de un entrenamiento durante un mes, considerando los indicadores de motricidad y rendimiento: velocidad, fuerza, resistencia, lanzamiento a canasta, lanzamiento de precisión, desplazamiento con el balón, cambios de dirección, paradas, pivotes y regates.

En el caso del test de velocidad sin balón, se aprecia una mejora en el tiempo empleado por los jugadores en recorrer una distancia en línea recta de 28 m (longitud total de la cancha de juego), dado que en el pre-test se requirió una media de 0.43 min (25.8 s) por parte del equipo 1 y de 0.41 min (24.6 s) por el equipo 2. A diferencia de los resultados del post-test, en cuyo caso se bajó el tiempo a 0.39 min (23.4 s) para el equipo 1 y a 0.38 min (22.8 s) para el equipo 2. Es decir, el tiempo requerido bajo en un 9.3 % y 7.3 %, respectivamente para los equipos 1 y 2. La velocidad media de traslado sin balón en el pre-test fue de 1.08 m/s para el equipo 1 y de 1.14 m/s para el equipo 2. Finalmente, la velocidad de desplazamiento posterior al entrenamiento (post-test) ascendió a 1.19 m/s para el equipo 1 y a 1.23 m/s para el equipo 2.

Al estudiar el test de fuerza, los resultados también fueron favorables, debido a que los jugadores mejoraron la capacidad de alcanzar mayores distancias y mayor altura en el lanzamiento del balón (en este caso no se consideró la precisión del lanzamiento). De acuerdo a las distancias establecidas se consignó 1 punto por cada lanzamiento que

alcance la distancia y altura establecidas. De esta forma y en consideración de que la puntuación máxima es de 10, se observó que la puntuación media en el pre-test fue de 3.7 para el equipo 1 y de 3.9 para el equipo 2. En el post-test los datos obtenidos ascendieron a 4.6 para el equipo 1 y a 5.1 para el equipo 2.

El test de resistencia consideró el tiempo máximo que pueden mantenerse activos dentro del partido de baloncesto cada uno de los jugadores. Es decir, hasta que su nivel de fatiga y agotamiento les permite seguir participando del juego. En virtud de que inicialmente los jugadores no se encontraban habituados al ritmo de juego, se estableció un tiempo de 30 minutos de duración del encuentro que enfrentaba a los dos equipos, mientras que después del entrenamiento se consideró un tiempo de duración de 40 minutos. La media de tiempo que podían mantenerse en el juego cada uno de los integrantes en el pre-test fue de 26.4 minutos para el equipo 1 y de 25.6 minutos el equipo 2, a diferencia de los valores obtenidos en el post-test que ascendieron a 35.5 minutos para el equipo 1 y a 33.9 minutos el equipo 2. Por lo tanto, se observa un incremento de la resistencia en un 34.4 % para el equipo 1 y de 32.4 % para el equipo 2.

En el test de lanzamiento a canasta, en el que se estableció una medición por puntuación, con un máximo de 10 puntos, se observó en el pre-test una media de 3.8 para el equipo 1 y de 3.6 para el equipo 2. En el post-test los datos reflejaron un promedio de 4.6 puntos para el equipo 1 y de 4.5 para el equipo 2. Por consiguiente, la mejora del desempeño del lanzamiento a canasta aumento en un 21 % en el equipo 1 y en un 25 % en el equipo 2.

Similar al caso anterior, en el test de lanzamiento con precisión, también la puntuación máxima posible fue de 10, en el pre-test la media fue de 4.7 para el equipo 1 y de 4.8 para el equipo 2. En tanto que, en el post-test se subió a 5.3 puntos para el equipo 1 y a 5.2 para el equipo 2. Consecuentemente, el incremento representa el 12.7 % y el 8.3 %, respectivamente para los equipos 1 y 2.

En el test de desplazamiento con el balón se estableció una distancia de recorrido de 14 metros (la mitad del largo de la cancha) y se midió el tiempo que les conlleva a cada uno de los jugadores en recorrer la distancia indicada con el balón de baloncesto en su

posesión. De esta manera, el tiempo medio requerido en el pre-test fue de 1.15 minutos por parte del equipo 1 y 1.16 minutos el equipo 2. En tanto que en el post-test estas cifras cambiaron favorablemente a 0.94 minutos (56.4 s) por el equipo 1 y a 0.87 minutos (52.2 s) por parte del equipo 2. Evidenciándose una reducción del tiempo del 22.3 % por el equipo 1 y del 33.3 % el equipo 2 como efecto del entrenamiento realizado.

En cuanto al test de cambios de dirección, se estableció la misma distancia de recorrido que en el caso anterior, sin embargo se colocaron 4 obstáculos para que los jugadores deban evitarlos a través de giros de 90^a en cada uno de los casos. De esta forma, los tiempos requeridos en el pre-test fue de 1.91 minutos por parte del equipo 1 y 1.88 minutos el equipo 2. En tanto que en el post-test estos valores cambiaron a 1.78 minutos por el equipo 1 y a 1.81 minutos por parte del equipo 2. La reducción del tiempo representa el 7.3 % por el equipo 1 y el 3.8 % el equipo 2.

El test de paradas súbitas en traslados a gran velocidad y con el balón en mano, se midió con atención en la distancia recorrida previo la detención de la silla de ruedas. Los resultados del pre-test reflejaron una distancia media requerida de 2.1 metros para el equipo 1 y de 2.4 metros por parte del equipo 2. Mientras tanto que al final del período de entrenamiento (post-test) fue de 1.7 metros por parte del equipo 1 y de 1.8 metros el equipo 2. La distancia media necesaria para la parada súbita disminuyó en un 23.5 % en los jugadores del equipo 1 y en un 33.3 % en el equipo 2.

En el pivoteo durante la prueba realizada previo el entrenamiento (pre-test) se obtuvo una media de 3.2 puntos de 10 posibles por parte del equipo 1 y de 3.1 puntos por parte del equipo 2. Los cuales ascendieron a 4.5 puntos y a 4.3, para los equipos 1 y 2, respectivamente, posterior al entrenamiento. La capacidad de pivoteo mejoró en un 40.6 % por parte del equipo 1 y en un 38.7 % en el equipo 2.

En el regate, el pre-test permitió alcanzar una media de 3.3 por parte del equipo 1 y de 3.9 el equipo 2. Se mejoró en el post-test, alcanzando una puntuación de 4.9 para el equipo 1 y de 4.8 para el equipo 2. La capacidad de regate por equipo mejoró en un 48.5 % en el equipo 1 y en un 23.1 % en el equipo 2.

Para finalizar con los test de evaluación, el resultado de un partido completo en el pre-test fue de 18 – 14 en favor del equipo 2 y en el post-test de 28 – 25 también en favor del equipo 2. Cabe mencionar que el tiempo de duración del encuentro no fue el mismo (30 min en el pre-test y 40 min en el post-test), debido a que las condiciones físicas de las personas con discapacidad que participaron del juego no permitieron en el encuentro inicial realizar un partido reglamentario.

De los resultados obtenidos se establece que todos los indicadores de motricidad y rendimiento físico en las personas con discapacidad de la fundación “San José de Huambaló” mejoraron, lo que refleja la importancia del entrenamiento físico especializado. Al considerar las medias de los datos por equipo se evidencia que ambos lo hicieron en porcentaje similar. No obstante, al observar la evolución por individuos los resultados no son parejos (en consideración de que las desviaciones de los datos con respecto a la media subieron ligeramente en el post-test). Es decir, existieron personas que mejoraron en mayor medida que otros, este comportamiento obedece a que los tipos de discapacidad, en ciertos casos, no favorece el progreso de la técnica y de la motricidad.

Por otra parte, al comparar el estado físico de los jugadores como consecuencia de la actividad recreativa (tablas 5 y 6), se aprecia que no existió mayor variación entre el resultado inicial y el obtenido post-test. Esto implica que la salud de las personas no se ve afectada por la realización de este tipo de actividades, es decir que no demanda de un esfuerzo físico que perjudique a la salud de los participantes.

Adicionalmente, es necesario comparar los resultados del presente estudio con los obtenidos en trabajos similares, en este sentido es pertinente revisar lo realizado por Abellán Hernández (2013) denominado “Evaluación de las pruebas motrices relacionadas con el lanzamiento en deportistas con discapacidad intelectual”, en el que se trabajó con el mismo test de lanzamientos del balón a canasta y de precisión. La efectividad de los lanzamientos del balón en el test a canasta y de precisión en el baloncesto presentó una puntuación media de 6.72 y de 5.55, respectivamente. A diferencia de las medias del presente estudio que se ubicaron en 4.6 y 4.5 para el lanzamiento a canasta (post-test), y de 5.3 y 5.2 para el lanzamiento de precisión (post-

test). El menor rendimiento y nivel de motricidad presentado por las personas con discapacidad de la fundación “San José de Huambaló” es debido a que, a diferencia del caso expuesto por Abellán, éstas no estaban habituadas a la práctica del deporte de competición (aunque este implique solamente un nivel recreativo), a diferencia del caso revisado, en el que quienes realizan las pruebas son deportistas. Además es de establecer que en el estudio de Abellán se trataba de personas con discapacidad intelectual y en el presente son personas con discapacidad física y motriz. Sin embargo, lo relevante es la mejora alcanzada con un programa de entrenamiento de un mes de duración.

Finalmente, se pueden comparar los valores de frecuencia cardíaca y de temperatura corporal presentada por las personas con discapacidad de la Fundación San José de Huambaló durante el desarrollo del juego de baloncesto adaptado, con el que presentan jugadores profesionales con discapacidad en el mismo juego. De ahí se establece que la variación es mínima, tomando como referente el estudio realizado por Iturricastillo, Yanci, y Granados (2015) denominado “Rendimiento Físico, Respuestas Fisiológicas y Percepción Subjetiva del Esfuerzo en el Multi-Satge Fitness en jugadores de Baloncesto en Silla de Ruedas”.

Finalmente, mediante el trabajo realizado, se pudo corroborar que las personas con discapacidad presentan buena predisposición para la práctica de actividades recreativas en equipo, ya que esto les permite mejorar sus relaciones interpersonales y sentirse útiles para el trabajo en equipo. Esto ratifica la afirmación realizada por (Gutiérrez Sanmartín y Caus i Pertegaz, 2006).

Conclusiones

En la Fundación “San José de Huambaló” de Pelileo se desconocía por parte de los facilitadores las estrategias adecuadas para el desarrollo de la capacidad motriz de las personas con discapacidad, que se encuentran en calidad de internas. Por este motivo se ejecutó una actividad recreativa, el juego del baloncesto adaptado para las personas que utilizan silla de ruedas.

Se formuló un programa de entrenamiento orientado al mejoramiento de las capacidades motrices y la resistencia física de las personas internas de la Fundación “San José de Huambaló”, que utilizan silla de ruedas, por su condición de discapacidad. Este programa consideró trabajar en el desarrollo de 10 indicadores, entre los cuales constan: velocidad, fuerza, resistencia, lanzamiento a canasta, lanzamiento de precisión, desplazamiento con el balón, cambios de dirección, paradas, pivotes y regates.

Al ejecutar el programa de entrenamiento se observaron resultados favorables en el desempeño físico y motriz de los jugadores, eso se reflejó en los diferentes criterios analizados, como son la puntuación alcanzada por los equipos y los tiempos empleados. Además, se favoreció considerablemente la relación interpersonal, expresada en el trabajo en equipo y colaborativo. De igual manera, cada una de las personas tuvieron la necesidad de ejecutar desplazamientos moderados que les permitió con la práctica constante una mejor respuesta motriz y de coordinación.

Bibliografía

Asamblea Nacional. Del Ecuador (2012). *Ley Orgánica de Discapacidades*. Quito, Ecuador: Registro Oficial N° 796.

Abellán Hernández, J. (2013). Evaluación de las pruebas motrices relacionadas con el lanzamiento en deportistas con discapacidad intelectual. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (24), 63–66. Recuperado a partir de http://retos.org/numero_24/63-66.pdf

Asamblea Nacional del Ecuador. Ley del Deporte, Educación Física y Recreación, Pub. L. No. Registro Oficial No. 255, 25 (2010). Recuperado a partir de http://www.asambleanacional.gob.ec/es/system/files/ley_del_deporte_educacion_fisica_y_recreacion_definitiva.pdf

Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades. (2015). Estadísticas de las personas con discapacidad.

Dávila, A. (2009). *Sistema de Capacitación y Certificación para Entrenadores Deportivos. Manual para el Entrenador de Baloncesto sobre Silla de Ruedas. Nivel 1*. México. Recuperado a partir de <http://www.deposoft.com.ar/repo/publicaciones/manualentrenadorsilladeruedas.pdf>

Ferrante, C. (2013). Cuerpo, deporte y discapacidad motriz en la Ciudad de Buenos Aires. Tensiones entre la reproducción y el cuestionamiento a la dominación. *Revista Española de Discapacidad*, 1(1), 159-178. Recuperado a partir de <http://www.cedd.net/redis/index.php/redis/article/view/40>

Gutiérrez Sanmartín, M., & Caus i Pertegaz, N. (2006). Análisis de los motivos para la participación en actividades físicas de personas con y sin discapacidad. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2(2), 49-64. Recuperado a partir de <http://roderic.uv.es/handle/10550/2357>

Iturricastillo, A., Yanci, J., & Granados, C. (2015). Rendimiento Físico, Respuestas Fisiológicas y Percepción Subjetiva del Esfuerzo en el Multi-Satge Fitness en jugadores de Baloncesto en Silla de Ruedas. *Revista Internacional de Deportes Colectivos*, 23, 5-13. Recuperado a partir de

[http://www.zuzenak.com/docs/2015/Iturricastillo%20et%20al.2%20\(2015\)%20-%20RIDC.pdf](http://www.zuzenak.com/docs/2015/Iturricastillo%20et%20al.2%20(2015)%20-%20RIDC.pdf)

Rodríguez Salazar, M. C., & Montoya, J. C. (2006). Entrenamiento en el mantenimiento de la atención en deportistas y su efectividad en el rendimiento. *Acta colombiana de psicología*, 9(1), 99–112. Recuperado a partir de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0123-91552006000100009

Sánchez, J., Yagüe, J., Fernández, R., & Petisco, C. (2014). Efectos de un entrenamiento con juegos reducidos sobre la técnica y la condición física de jóvenes futbolistas. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 37(10), 221-234. Recuperado a partir de [file:///C:/Users/admins/Downloads/Dialnet-EfectosDeUnEntrenamientoConJuegosReducidosSobreLaT-4763843%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/admins/Downloads/Dialnet-EfectosDeUnEntrenamientoConJuegosReducidosSobreLaT-4763843%20(1).pdf)

Shapiro, S. S., & Wilk, M. B. (1965). An analysis of variance test for normality (complete samples)†. *Biometrika*, 52(3-4), 591-611. <https://doi.org/10.1093/biomet/52.3-4.591>

Villacís, B., & Carrillo, D. (2011). *Estadística Demográfica en el Ecuador: Diagnóstico y Propuesta* (1.^a ed.). Quito, Ecuador. Recuperado a partir de http://www.inec.gob.ec/publicaciones_libros/documentofinal1.pdf