



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

MODALIDAD: **SEMIPRESENCIAL**

Informe final del trabajo de graduación o titulación previo a la obtención del título de Licenciado En Ciencias de la Educación

MENCIÓN: **CULTURA FÍSICA**

TEMA:

“DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU INCIDENCIA EN LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “27 DE FEBRERO”, SECTOR SANTA CRUZ, CANTÓN AMBATO, PROVINCIA DEL TUNGURAHUA”.

AUTOR: Sr. Sánchez Acosta Hólguer Hardany

TUTOR: Lcdo. Mg. Walter Geovanny Aguilar Chasipanta

Ambato-Ecuador
2015

APROBACIÓN DEL TUTOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

CERTIFICA

Yo Mg Walter Geovanny Aguilar Chasipanta con C.I. 180169779-6 En calidad de Tutor del trabajo de graduación o titulación, sobre el tema **DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU INCIDENCIA EN LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “27 DE FEBRERO”, SECTOR SANTA CRUZ, CANTÓN AMBATO, PROVINCIA DEL TUNGURAHUA** desarrollado por el egresado sr. Hólguez Sánchez, considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos, técnicos, científicos y reglamentación, 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 H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

.....

Mg. Walter Geovanny Aguilar Chasipanta.

CI. 180169779-6

TUTOR

TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

AUTORIA DE LA INVESTIGACIÓN

El presente proyecto de investigación **DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU INCIDENCIA EN LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “27 DE FEBRERO”, SECTOR SANTA CRUZ, CANTÓN AMBATO, PROVINCIA DEL TUNGURAHUA.**

Elaborado por quien suscribe la presente, declara que los análisis opiniones y comentarios vertidos en este trabajo investigativo de graduación es de exclusiva responsabilidad del presente autor académico

.....

Sr. Hólguer Hardany Sánchez Acosta

C.I. 1801884246

AUTOR

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Adjudico los derechos patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: **“DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU INCIDENCIA EN LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “27 DE FEBRERO”, SECTOR SANTA CRUZ, CANTÓN AMBATO, PROVINCIA DEL TUNGURAHUA”**, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de la regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.

.....
Sr. Hólguer Hardany Sánchez Acosta

C.I. 1801884246

AUTOR

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Al consejo directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de La Educación.

La comisión de estudios y calificación del informe del trabajo de graduación o titulación, sobre el tema: **“DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU INCIDENCIA EN LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “27 DE FEBRERO”, SECTOR SANTA CRUZ, CANTÓN AMBATO, PROVINCIA DEL TUNGURAHUA”**

Presentado por el Sr. Hólguez Sánchez egresado de la carrera de Cultura Física, promoción Septiembre 2011 – Febrero 2012 una vez revisado el trabajo de Graduación o Titulación, considera que dicho informe reúne los requisitos básicos tanto técnicos como científicos y reglamentarios establecidos.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante el Organismo pertinente, para los trámites legales y pertinentes.

LA COMISIÓN

.....
Lcdo. Mg José Ernesto Garcés Mosquera Lcdo. Mg Milton Eduardo López López

DEDICATORIA

Dedico el esfuerzo de mi trabajo al realizar la presente investigación a Dios porque de El proviene la sabiduría e inteligencia, por guiarme para alcanzar mis metas.

A mi esposa Clara Moreno, por su paciencia y por saber esperarme, por su comprensión y su apoyo incondicional para alcanzar este objetivo.

A mis hijos Darío, Jairo y Andrés por soñar conmigo y su apoyo logístico y ponerme junto a ellos al día en la tecnología.

A mis Padres que inyectaron principios y valores en la dura tarea de criar y educar hijos y siempre me alentaron a tener un título académico.

A los niños de la Escuela “27 de Febrero”, ellos fueron mi motor y mi tubo de ensayo, junto con ellos aprendí a enseñar, con quienes jugué y lloré.

Sánchez Acosta Hólguer Hardany

AGRADECIMIENTO

A DIOS por darme la vida y vida con salud, por enseñarme a esforzarme y a ser valiente pese a las adversidades por su bendición, gracias Señor.

A mi esposa, a mis hijos y a mis padres porque me ayudaron mancomunadamente a llegar a la meta mi graduación.

A mis maestros que supieron impartir sus conocimientos, con paciencia y vocación, para ser un profesional con visión.

A mis compañeros con los cuales compartimos lindos momentos, trabajamos juntos, y su amistad fue el combustible que movió nuestros vehículos académicos.

A mi gran amigo Carlos Vega, que puso muchas veces en riesgo su puesto de trabajo, para conseguir los permisos para asistir a clases, mi gratitud.

Agradezco al Mg. Walter Aguilar quien oriento con su paciencia y conocimientos, a la planificación, organización y ejecución de la presente investigación.

INDICE DE CONTENIDOS

Portada	i
APROBACIÓN DEL TUTOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN	ii
TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN	iii
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO	vii
INDICE DE CONTENIDOS	viii
INDICE DE CUADROS	xi
INDICE DE GRAFICOS	xiii
RESUMEN EJECUTIVO	xiv
SUMMARY	xv
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	3
EL PROBLEMA	3
1.1 Tema	3
1.2 Planteamiento del problema	3
1.2.1 Contextualización	3
1.2.2 Árbol de problemas	5
1.2.2 Análisis crítico	6
1.2.3 Prognosis	6
1.2.4 Formulación del problema	7
1.2.5 Preguntas directrices - interrogantes	7
1.2.6 Delimitación del problema	7
1.3. Justificación	8
1.4 Objetivos	8
1.4.1 General	8
1.4.2 Específicos	8

CAPITULO II.....	9
MARCO TEORICO	9
2.1 Antecedentes Investigativos	9
2.2 Fundamentación Filosófica	11
2.3 Fundamentación Legal	13
2.4.1. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE	18
2.4.1.1 Desarrollo actividades lúdicas.....	18
2.4.1.2 Motricidad	24
2.4.1.3 Ocio y tiempo libre	29
2.4.2. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE	32
2.4.2.1 Deporte	32
2.4.2.2 Recreación.....	34
2.4.2.3 Cultura Deportiva	38
2.5 Hipótesis	43
2.6 Señalamiento de Variables de la Hipótesis.....	43
CAPITULO III.....	44
METODOLOGIA	44
3.1 Enfoque de la investigación	44
3.2 Modalidad básica de la investigación.....	45
3.3 Nivel o tipo de la Investigación.....	45
3.4 Población y Muestra	46
3.5 Operacionalización de la Variables.....	48
3.6 Recolección de Información.....	50
3.7. Plan de recolección de información	51
3.8. Plan de procesamiento de la información	52
CAPITULO IV.....	53
4.1 Análisis de datos e interpretación de resultados.....	53

4.2 Verificación de hipótesis	63
4.2.2 Planteo de hipótesis.....	63
4.2.3 Especificación del Estadístico.....	64
4.2.4 Especificación de la región de aceptación y rechazo.....	64
4.2.5 Calculo de grados de libertad	64
CAPITULO V.....	69
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	69
5.1 Conclusiones	69
5.2 Recomendaciones	69
CAPITULO VI.....	70
PROPUESTA.....	70
6.1 DATOS INFORMATIVOS	70
6.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA	70
6.3 JUSTIFICACION.....	71
6.4 OBJETIVOS.....	72
6.4.1 OBJETIVO GENERAL	72
6.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	72
6.5 ANALISIS DE FACTIBILIDAD.....	72
6.6 FUNDAMENTACION CIENTIFICA	73
6.7.-METODOLOGIA. MODELO OPERATIVO	93
6.8 ADMINISTRACION DE LA PROPUESTA.....	95
6.9. PLAN DE MONITOREO Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA.....	96
C.- MATERIALES DE REFERENCIA	97
Bibliografía	97
4.4 ANEXOS.....	99

INDICE DE CUADROS

Tabla N°1: Población y muestra	47
Tabla N°2: Operacionalización de la variable dependiente, cultura deportiva	49
Tabla N°3: Plan de recolección de información.....	51
Tabla N°4: Habilidades Físicas	53
Tabla N°5: Motricidad	54
Tabla N°6: Desarrollo comotriz.....	55
Tabla N°7: La autoestima	56
Tabla N°8: Vida social	57
Tabla N°9: El juego, el deporte, el baile, la recreación.....	58
Tabla N°10: Vida saludable.....	59
Tabla N°11: La obesidad y la diabetes.....	60
Tabla N°12: Hábito en el niño	61
Tabla N°13: Calidad de vida.....	62
Tabla N°14: Distribución Chi Cuadrado.....	65
Tabla N°15: Frecuencias esperadas	66
Tabla N°16: Cálculo Matemático Chi Cuadrado	67
Tabla N°17: Cálculo Matemático Chi Cuadrado	67
Tabla N°18: Juegos deportivos Pase 10	80
Tabla N°19: Juego deportivos Rondo.....	80
Tabla N°20: Juegos pre deportivos vaciar el campo	81
Tabla N°21: Juegos tradicionales El de las agachaditas.....	81
Tabla N°22: Juegos tradicionales, los saltos de la cuerda	82
Tabla N°23: Juegos tradicionales, proteger al que nombramos.....	82
Tabla N°24: Juegos tradicionales, agrupaciones por números	83
Tabla N°25: Juegos tradicionales, espalda contra espalda.....	83
Tabla N°26: Juegos tradicionales, la pescadilla	84
Tabla N°27: Juegos tradicionales, pelota al blanco	84
Tabla N°28: Juegos tradicionales, suelta el balón	85
Tabla N°29: Juegos tradicionales, diez pases	85
Tabla N°30: Juegos tradicionales, pelotas fuera	86

Tabla N°31: El bote	86
Tabla N°32: Los camioneros	87
Tabla N°33: Juegos tradicionales, carrera de cuerdas.....	87
Tabla N°34: Quitarse el sombrero	88
Tabla N°35: Carrera de cangrejos.....	88
Tabla N°36: Carga pesada.....	89
Tabla N°37: Transporte de heridos	89
Tabla N°38: Modelo Operativo	93
Tabla N°39: Plan de Acción	94
Tabla N°40: Administración de la propuesta	95
Tabla N°41: Recursos Humanos.....	95
Tabla N°42: Gastos.....	95
Tabla N°43: Plan de monitoreo y evaluación de la propuesta.....	96

INDICE DE GRAFICOS

Gráfico N° 1: Árbol de problemas	5
Gráfico N° 2: Categorización de variables	15
Gráfico N° 3: Constelación V.I.	16
Gráfico N° 4: Constelación V.D.....	17
Gráfico N° 5: Habilidades Físicas	53
Gráfico N° 6: Motricidad.....	54
Gráfico N° 7: Desarrollo motriz	55
Gráfico N° 8: La autoestima.....	56
Gráfico N° 9: Vida social	57
Gráfico N° 10: El juego, el deporte, el baile, la recreación.....	58
Gráfico N° 11: Vida saludable.....	59
Gráfico N° 12: La obesidad y la diabetes.....	60
Gráfico N° 13: Hábito en el niño	61
Gráfico N°14: Calidad de vida	62
Gráfico N°15: Representación del ji cuadrado	64

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA
RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU INCIDENCIA EN LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “27 DE FEBRERO”, SECTOR SANTA CRUZ, CANTÓN AMBATO, PROVINCIA DEL TUNGURAHUA

AUTOR: Sr. Sánchez Acosta Hólguer Hardany

TUTOR: Mg. Walter Geovanny Aguilar Chasipanta

RESUMEN

El trabajo investigativo permite tomar en cuenta importancia que tienen las Actividades Lúdicas, en el desarrollo físico y motriz de los niños, lo cual implica preparación del docente, para lograr los objetivos.

Hacer al deporte una cultura en la etapa infantil de una persona, que los niños tengan por hábito correr, jugar, recrearse y empezar a inmiscuirse en el deporte, a través de los juegos pre deportivos programados, en las encuestas demuestra un resultado que poco o nada que se ha hecho, ha motivado esta investigación en la Escuela “27 de Febrero”. Los juegos y otras Actividades físicas halladas en esta investigación va hacer de mucho beneficio, empleando la práctica se distinguirá el los niños les va a gustar.

Esta investigación permitirá vislumbrar la importancia de desarrollar las actividades lúdicas, para motivar a los niños a llevar una cultura deportiva, que forma parte de sus costumbres y su diario vivir.

El propósito de la presente investigación está determinado a cumplir con un programa de actividades, de ocio, recreación, lúdica, para que el deporte infantil y la cultura física en los niños de la Escuela “27 de Febrero”, desarrolle sus habilidades, destrezas, coordinación, entre otras capacidades.

Palabras claves:

Actividades lúdicas, Recreación, Deporte infantil, Ocio, Tiempo libre, Habilidades, Juego, Destreza, Coordinación, Desarrollo, Cultura Física.

TECHNICAL UNIVERSITY AMBATO
FACULTY OF SOCIAL SCIENCES AND EDUCATION
PHYSICAL CULTURE RACE

SUMMARY

TEMA: LUDIC DEVELOPMENT ACTIVITIES AND THEIR IMPACT ON SPORTS CULTURE OF STUDENTS OF SIXTH AND SEVENTH OF BASIC EDUCATION SCHOOL "FEBRUARY 27" SECTOR SANTA CRUZ, AMBATO CANTON, PROVINCE OF TUNGURAHUA

AUTHOR: Sr. Sánchez Acosta Hólguer Hardany

TUTOR: Mg. Walter Geovanny Aguilar Chasipanta

SUMMARY

The research work allows to consider importance of Leisure Activities in the physical and motor development of children, which involves preparation of teachers to achieve the objectives.

Ask sports culture in the infant stage of a person, that children have habit to run, play, recreate and start meddling in the sport, through pre programmed sports games, surveys show a result that little or nothing has been done, has motivated the research in the School "February 27". The games and other physical activities found in this research will make much profit, using practice distinguish the children will like.

This research will allow a glimpse of the importance of developing recreational activities to encourage children to lead a sports culture, part of their customs and daily life.

The purpose of this research is determined to comply with a program of activities, entertainment, recreation, leisure, child to sport and physical culture in the children of the School "February 27", develop their skills, abilities, coordination, and others capabilities.

Keywords:

Recreational, Activities, Recreation, Sport child, Leisure, Abilities, Game. Dexterity, Coordination, Development. Physical Culture.

INTRODUCCIÓN

Cabe recalcar que las actividades lúdicas, son tan importantes desarrollarlas y realizarlas a temprana edad, porque aprenden y disfrutan, el jugar para un niño es tanto o más de lo que es para un adulto el trabajo y, lo asume con responsabilidad.

El diseñar programas de juegos tradicionales, pre deportivos, recreativos, ayuda a disipar problemas como: económicos, familiares, de rendimiento escolar entre otras, a su vez lograr confianza en sí mismo, estabilidad emocional, autocontrol, y de esta manera van desarrollar su capacidad mental.

Es por eso que el: DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU INCIDENCIA EN LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “27 DE FEBRERO”, SECTOR SANTA CRUZ, CANTÓN AMBATO, PROVINCIA DEL TUNGURAHUA, mediante el aumento de horas clase, y el diseñar programas de actividades lúdicas, va incrementar la cultura deportiva en los niños del problema planteado.

La tesis consta de seis capítulos, los mismos que han sido estudiados detenidamente dirigidos hacia los objetivos planteados, sobre el desarrollo de las actividades lúdicas de los niños, y permitan desarrollar una cultura deportiva de los estudiantes de sexto y séptimo de la Escuela “27 de Febrero”.

El capítulo I, Describe el problema de investigación; la contextualización, análisis crítico, formulación, delimitación en espacio y tiempo, justificación, y planteamiento de objetivos tanto general como específico.

El capítulo II Corresponde al Marco Teórico de la Investigación, y en él se señalan los antecedentes de estudio y su sustento filosófico y legal,

además se recoge la fundamentación teórica, a manera de enunciados que tiene relación con las actividades lúdicas implicadas dentro de la cultura deportiva. También se encuentra la hipótesis del trabajo y el señalamiento de las variables.

En el capítulo III Se presenta la metodología de la investigación y su forma de llevar el estudio, se muestran temas que sustentan el tipo y nivel de la misma, las técnicas e instrumentos, población y muestra, correspondiendo a la operacionalización de las variables.

En el capítulo IV; Describe los análisis e interpretación de los resultados sobre las encuestas realizadas a los docentes, padres de familia y la observación a los niños de la Escuela “27 de Febrero”.

En el capítulo V; Luego de concluida la investigación, se explica las conclusiones y recomendaciones sobre las encuestas y observación planteadas dentro de la investigación.

En el capítulo VI; Se implementó la guía de actividades lúdicas para inculcar la cultura deportiva en los estudiantes de la Escuela “27 de Febrero” del Cantón Ambato Provincia de Tungurahua, como una herramienta de planificación, en la que se organizan cada una de las actividades para conseguir de manera eficaz y efectiva juegos pre deportivos dentro del desarrollo de las actividades lúdicas, de acuerdo a un plan en base a tiempo y recursos necesarios para conseguir objetivos propuestos.

Por último se señala, la bibliografía y los respectivos anexos complementarios.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema

“DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU INCIDENCIA EN LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO Y SÉPTIMO DE EDUCACION BÁSICA DE LA ESCUELA “27 DE FEBRERO”, SECTOR SANTA CRUZ, CANTON AMBATO, PROVINCIA DEL TUNGURAHUA”

1.2 Planteamiento del problema

1.2.1 Contextualización

En el sistema educativo ecuatoriano siempre existió la carencia de profesores especializados para impartir la materia de Educación Física, lo que incidió en que gran porcentaje de estudiantes no se forman de manera adecuada además, sus capacidades naturales no sean las adecuadas.

Añadido a esto fueron las escasas horas clase que se designaba a la materia, hoy son dos horas a la semana y que todavía resultan insuficientes, para un desarrollo adecuado de las capacidades cognoscitivas, motrices y afectivas de los estudiantes.

Gran parte de la población fue relegada y lo sigue siendo en el ámbito deportivo competitivo a excepción de las provincias denominadas grandes monarcas del deporte.

En Tungurahua pese a que ha mejorado la infraestructura, sigue el problema de la falta de masificación deportiva, con muy escasas excepciones, y lo podemos ver en los resultados que a nivel nacional en las diferentes competiciones.

Tenemos que cambiar la metodología de enseñanza desde los niveles básicos, saber enseñar, dar oportunidades a todos, implementar una educación integral que vaya desde el desarrollo físico, hasta la siembra de valores y principios, esto hará que en nuestra provincia haya interés por ser un deportista con mente sana en cuerpo sano. (JUVENAL, siglo I y II).

La escuela “27 de Febrero”, siempre sufrió la marginación de las autoridades de turno. A través del esfuerzo de sus profesores con poca infraestructura, implementación, apoyo los docentes impartieron sus conocimientos y las disciplinas deportivas. Por ser los niños en su mayoría de clase media, no han tenido la oportunidad de experimentar, su desarrollo físico como debe de ser el derecho de todo niño. Los niños de este entorno poseen por naturaleza cualidades físicas diferentes a los de la ciudad, pero hay obstáculos que hay que superarlos para que en ellos se implante una cultura deportiva.

1.2.2 Árbol de problemas

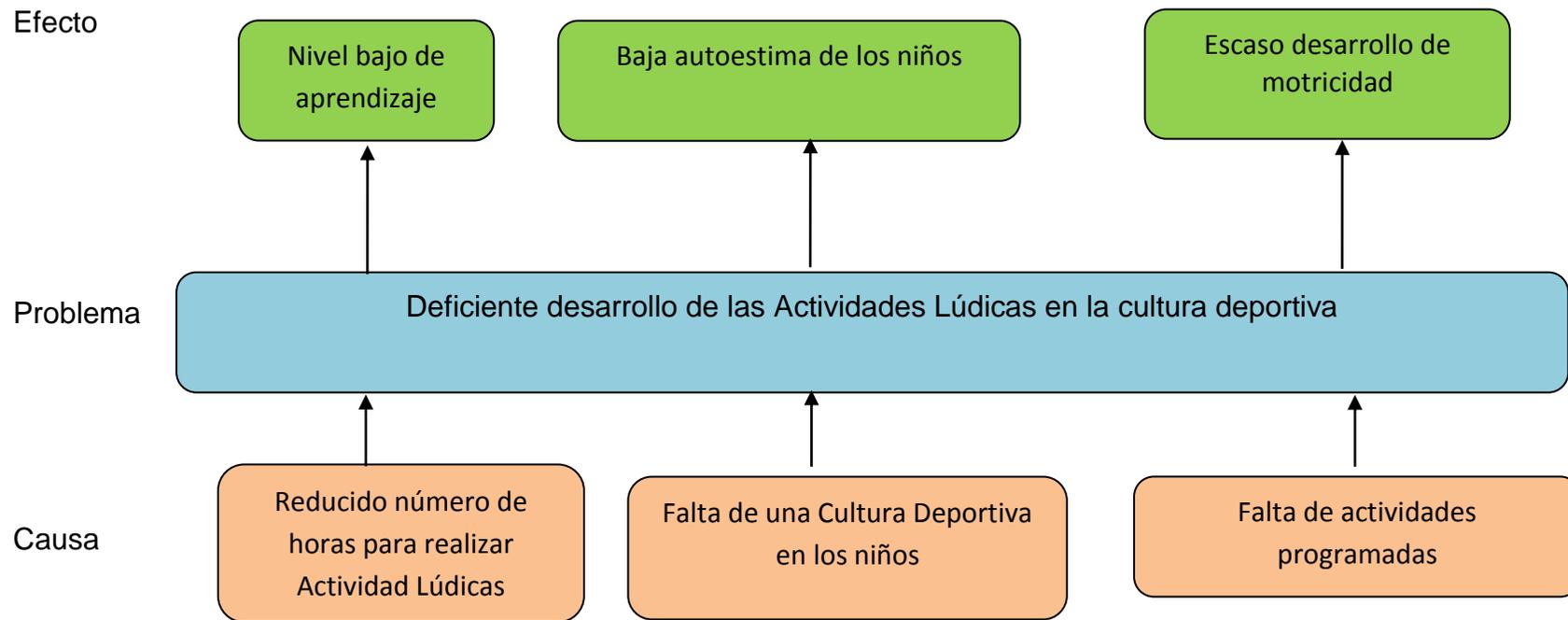


Gráfico N° 1: Árbol de problemas
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

1.2.2 Análisis crítico

Las causas para que se produzca un deficiente desarrollo de las actividades lúdicas en los niños están en el tiempo que se tiene de horas clase, el tiempo es insuficiente para tratar de alcanzar un nivel aceptable de aprendizaje en base al desarrollo de las actividades programadas dando como resultado un bajo nivel en el aprendizaje de los diferentes movimientos y juegos pre deportivos que faciliten el desenvolvimiento personal del niño ante un juego programado.

Otra de las causas es la Cultura Deportiva en los niños lo cual no saben en realidad sobre los beneficios de las actividades deportivas generando en ellos un bajo desarrollo personal en su autoestima lo que se puede indicar que ello da como resultado un desarrollo deficiente dentro de las actividades lúdicas programadas.

Finalmente se puede mencionar que la problemática de una deficiente ventaja y desarrollo de las actividades lúdicas se debe a la falta de distintas actividades programadas para la enseñanza y aprendizaje del niño en base a juegos, lo cual genera un escaso desarrollo motriz.

1.2.3 Prognosis

Al no desarrollar las actividades lúdicas en todo su aspecto investigativo los niños no desarrollaran una motricidad tanto fina como gruesa y ello llevara a la descoordinación de los segmentos corporales en el niño llegando a tener un coeficiente intelectual bajo, se puede indicar que las horas clases ya son dos horas semanales, y se puede mejorar en algo, se puede aprovechar esa hora en baile, que es una actividad natural de los niños.

Dar un espacio a la investigación del problema planteado hará que los niños de hoy, sean mañana los adultos con una cultura deportiva

enraizada en su mente y en su corazón, y lo transmitan; no olvidemos que “el ser humano es verdaderamente humano solo cuando juega” (Friedrich Schiller).

1.2.4 Formulación del problema

¿Cómo incide el desarrollo de las Actividades Lúdicas, en la Cultura Deportiva de los niños de la escuela “27 de Febrero”?

1.2.5 Preguntas directrices - interrogantes

¿Cómo se desarrolla las actividades lúdicas en los niños de la escuela 27 de Febrero?

¿Qué nivel de Cultura deportiva tiene los estudiantes de la Escuela “27 de Febrero”?

¿Qué alternativas propositivas se presentan para solucionar la problemática encontrada?

1.2.6 Delimitación del problema

Área: Cultura Física

Campo: Educativo – Recreativo

Aspecto: El desarrollo de las actividades lúdicas para inculcar una cultura deportiva en los estudiantes.

Delimitación espacial:

La investigación se realizara en la Escuela “27 de Febrero” del sector Santa Cruz, Cantón Ambato.

Delimitación temporal:

La investigación se desarrollara en la en el año lectivo 2013- 2014.

Unidades De Observación:

1. Personal Docente
2. Niños
3. Padres de Familia

1.3. Justificación

El presente proyecto de investigación tiene como justificación lo siguiente:

Siempre que sea un tema relacionado con la niñez tendrá una gran importancia, puesto que son el futuro de la patria.

Es de interés de todos dar una mejor educación a nuestros educandos para no tener que corregirlos de grandes, donde ya la tarea se hace difícil y complicada.

El tiempo y los recursos que se utilizarán hacen que esta investigación sea factible y se cumpla con lo programado.

Los beneficios son enormes ya que los niños sujetos de la investigación, tendrán una mejor orientación para aprovechar su potencial al máximo.

Al hablar de condiciones naturales, hablamos de su originalidad de actividades, que mejoraran su cultura.

1.4 Objetivos

1.4.1 General

Investigar el desarrollo de las actividades lúdicas y su incidencia en la cultura deportiva de los niños de sexto y séptimo de básica de la escuela "27 de Febrero" del cantón Ambato, Provincia del Tungurahua.

1.4.2 Específicos

- Determinar el desarrollo de las actividades lúdicas en los niños pertenecientes a la escuela 27 Febrero del Cantón Ambato.
- Establecer el nivel de cultura deportiva de los niños de la escuela 27 de Febrero del Cantón Ambato.
- Diseñar un programa de actividades lúdicas fomentando la cultura deportiva de los niños de la escuela 27 Febrero del Cantón Ambato.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1 Antecedentes Investigativos

En la presente investigación se formaron los siguientes antecedentes investigativos:

Al realizar consultas por las diferentes Universidades de Ambato, que tienen en su oferta Académica, Títulos en la carrera de Cultura Física, se ha revisado en las Bibliotecas, trabajos de tesis, que tengan similitud con el trabajo de investigación planteado con el tema: “DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS Y SU INCIDENCIA EN LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO Y SEPTIMO DE EDUCACIÓN BASICA DE LA ESCUELA 27 DE FEBRERO, SECTOR SANTA CRUZ, CANTON AMBATO, PROVINCIA DEL TUNGURAHUA”, no se encontrado temas similares al propuesto.

Pero si existen tesis relacionadas con una de las variables las cuales se detallan a continuación:

La presente es una investigación que se pretende analizar la “APLICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS EN EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LOS NIÑOS Y NIÑAS ENTRE 4 Y 5 AÑOS DEL INSTITUTO DE LA NIÑEZ Y LA FAMILIA - INFA DEL CANTÓN EL EMPALME, PROVINCIA DEL GUAYAS, AÑO LECTIVO 2013” planteándose objetivos para el desarrollo de la investigación.

En esta investigación se encontraron las siguientes recomendaciones:

- Diseñar una guía metodológica que contengan actividades para ser aplicadas y Desarrollar la Expresión Corporal
- Investigar la relación entre la actividad lúdica y la expresión corporal en los niños y niñas entre 4 y 5 años.
- Investigar las características de los niños y niñas entre 4 a 5 años.

El segundo tema de investigación con relación al presente trabajo es:

LAS ACTIVIDADES LÚDICAS DEL DOCENTE Y EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA ELIAS GALARZA DEL CASERIO EL CEDILLO, PARROQUIA PACCHA, CANTÓN CUENCA, PROVINCIA DEL AZUA.

Realizada por Elogio Teolinda Astudillo Cedillo en el 2012, en el cual se encontraron las siguientes conclusiones y recomendaciones:

Conclusiones:

- Aplicación pobre de actividades lúdicas
- Las actividades lúdicas siempre deben realizarse en un ambiente fuera del aula de clase.
- Las clases no son participativas por parte de los estudiantes porque no existen actividades recreativas.

Recomendaciones:

- Mejorar las actividades lúdicas e implementar horas clases para estas actividades.
- Es necesario implementar espacios abiertos, en las escuelas para que exista mejor desarrollo de estas actividades.
- Motivación permanente para que exista más participación.

De la misma manera se llegó a las siguientes conclusiones

- La maestra del Instituto de la Niñez y la Familia -INFA del cantón El Empalme utiliza en forma limitada la actividad lúdica en el aprendizaje de los niños.
- La mayoría de niños y niñas del Instituto de la Niñez y la Familia -INFA del cantón El Empalme no han desarrollado en forma apropiada la expresión corporal, ya que presentan dificultades en la coordinación sensorial motriz y la expresión gestual.
- La limitada actividad lúdica incide negativamente en el desarrollo de la expresión corporal de los niños y niñas.

2.2 Fundamentación Filosófica

Este trabajo investigativo se ubicara en el paradigma naturalista (Critico-propositivo) porque en él se puede interpretar la situación actual de este problema en la que detalla sobre las actividades lúdicas lo cual debe estar inmerso dentro de una cultura deportiva en los estudiantes de sexto y séptimo año de educación básica en la cual se comprende la realidad del tema de investigación y que guarda coherencia con la finalización de nuestra investigación.

La Educación Física en nuestra sociedad juega un papel decisivo, su función educativa en la formación de las nuevas generaciones es hoy en día más preponderante. De esta manera toda intención dirigida a mejorar y hacer más objetivo el tratamiento didáctico o metodológico, posibilitar Con ello el aumento de las capacidades cognoscitivas, motrices y afectivas de los alumnos, resulta necesario y útil.

La Educación Física representa una parte importante en la formación integral del hombre, razón por la que en muchos países constantemente se hacen estudios para mejorar y perfeccionar los programas y contenidos que se imparten. La Educación Física constituye el proceso pedagógico que se realizan en las escuelas, encaminado el desarrollo de las

capacidades de rendimiento físico del individuo, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, la formación y mejoramiento de sus habilidades motrices, la adquisición de sus convicciones de forma tal que esté en condiciones de cumplir las tareas que la sociedad le señale. <http://www.efdeportes.com/efd50/claseef.htm>

Para poder valorar esto se debe partir de la relación dialéctica que se establecen entre objetivo-contenido-medio-evaluación y formas de organización, ya que el proceso de enseñanza de la Educación Física, no solo es importante la correcta distribución del contenido sino también la serie de acciones del profesor y el alumno en una sucesión correcta determinada por los métodos y procedimientos. La relación objetivo-contenido-método-organización determina la metodología de la enseñanza de los medios fundamentales (juego-gimnasia-deporte) de la Educación Física.

Una premisa esencial del desarrollo de las clases en esta asignatura es su articulación en sistema, lo que implica una planificación armónica e interrelacionada de los objetivos, el contenido, los métodos y las condiciones de enseñanza.

Es por ello que los objetivos de cada clase deben estar bien precisados y concatenados con las clases precedentes y las siguientes, lo que determina la selección adecuada de los contenidos que servirán de base para proyectar el desarrollo de los estudiantes. La utilización en consecuencia de métodos adecuados que permiten un tránsito para los distintos niveles de asimilación de manera efectiva, así como de procedimientos organizativos y de la base material de estudio que generen un volumen de ejercitación acorde con las necesidades son aspectos básicos dentro del sistema de clases.

La actividad organizativa se encuentra estrechamente unida a la instructiva, ella hace posible la realización de los proyectos y propósitos trazados. Cada acción pedagógica del maestro contiene elementos organizativos, con ello adquiere la planificación un nivel superior.

2.3 Fundamentación Legal

La Constitución Política del Ecuador prescribe en la sección sexta, Cultura física y tiempo libre, en el artículo 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.

Art. 81.- De la Educación Física.- La Educación Física

Comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Pre-básico, básico, bachillerato y superior, considerándola como un área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los mecanismos apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz. Busca formar de una manera integral y armónica al ser humano, estimulando positivamente sus capacidades físicas, psicológicas, éticas e intelectuales, con la finalidad de conseguir una mejor calidad de vida y coadyuvar al desarrollo familiar, social y productivo.

Art. 82.- De los contenidos y su aplicación.- Los establecimientos educativos de todos los niveles deben aplicar en sus contenidos de estudio y mallas curriculares la cátedra de educación física, la misma que

deberá ser impartida cumpliendo una carga horaria que permita estimular positivamente el desarrollo de las capacidades físicas e intelectuales, condicionales y coordinativas de los estudiantes. (ASAMBLEA, 29 julio 2010)

Ley de Deporte, Educación Física y Recreación.

Capítulo I

Las y Los Ciudadanos.

Art. 11.- De la práctica del deporte, educación física y recreación.- Es derecho de las y los ciudadanos practicar deporte, realizar educación física y acceder a la recreación, sin discrimen alguno de acuerdo a la Constitución de la República y a la presente Ley. (ASAMBLEA, 29 julio 2010)

2.4 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

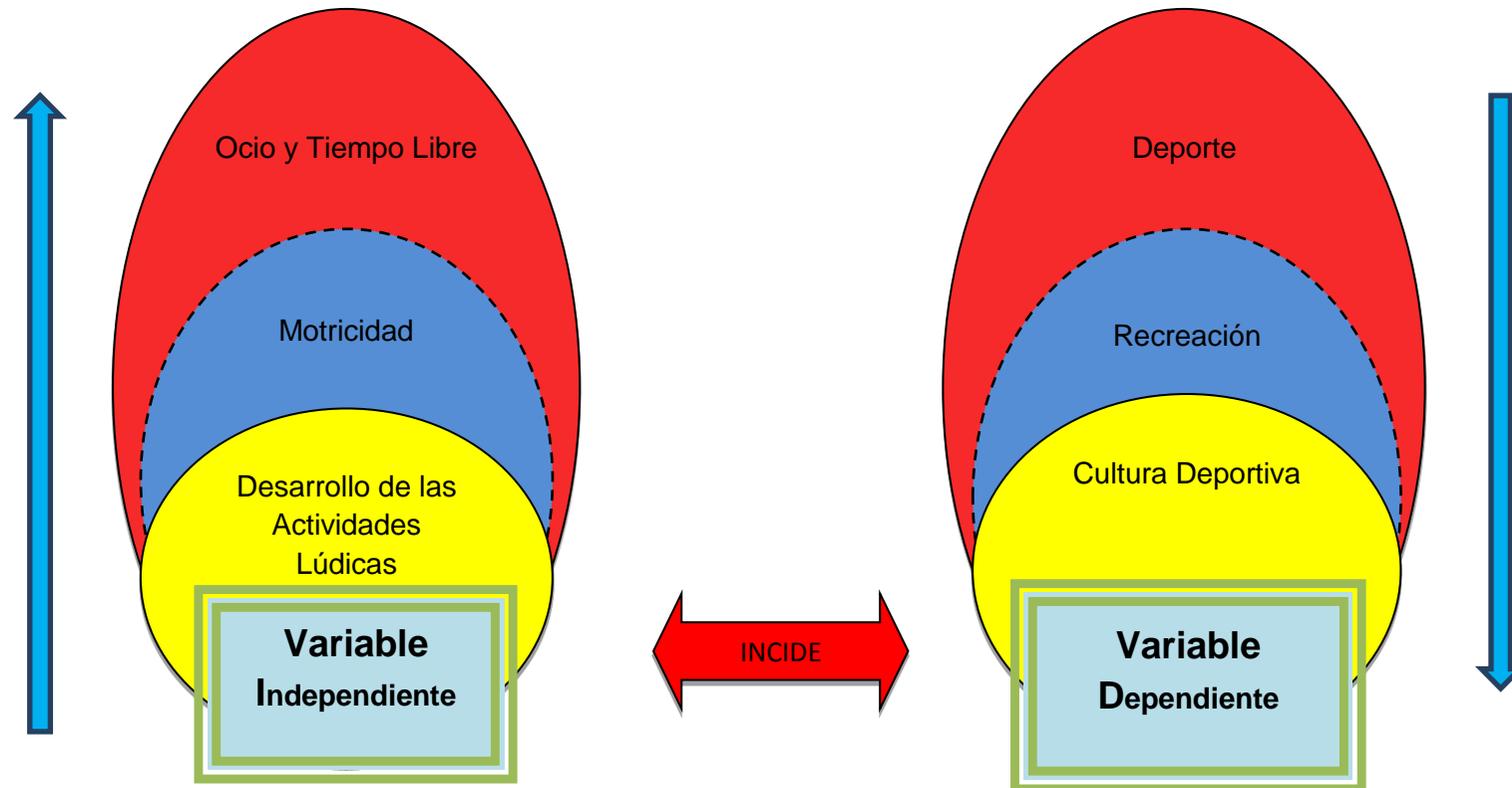


Gráfico N° 2: Categorización de variables

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE

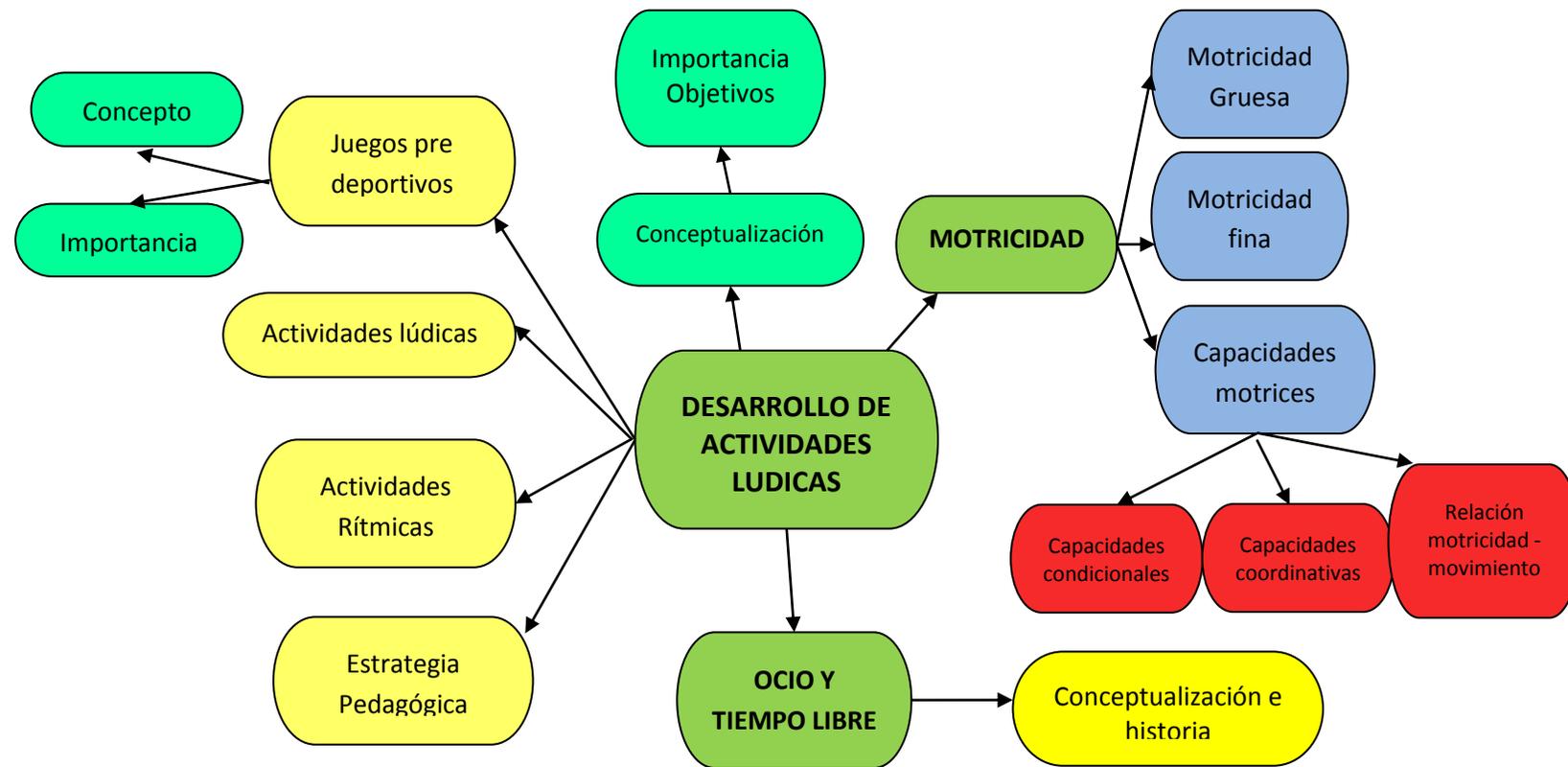


Gráfico N° 3: Constelación V.I.
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólquer Sánchez

CONSTELACION DE IDEAS DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

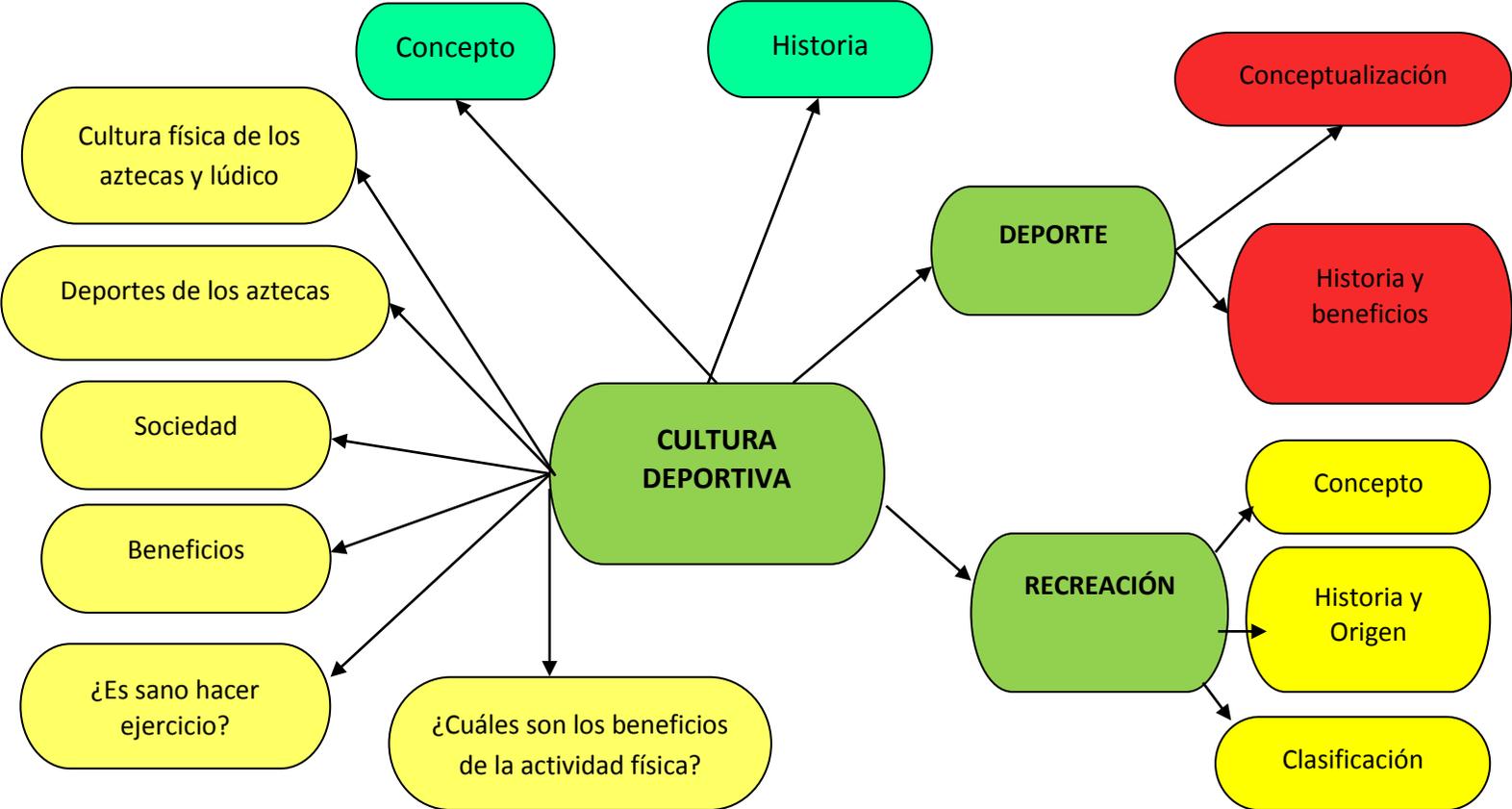


Gráfico N° 4: Constelación V.D.
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguer Sánchez

2.4.1. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE

2.4.1.1 Desarrollo actividades lúdicas

Conceptualización

La palabra lúdico es un adjetivo que califica todo lo que se relaciona con el juego, derivado en su etimología del latín “ludus” cuyo significado es precisamente, juego, como actividad placentera donde el ser humano se libera de tensiones, y de las reglas impuestas por la cultura.

En el niño, son particularmente necesarias las actividades lúdicas, como expresión de su imaginación y de su libertad, para crecer individual y socialmente, según que el juego se realice solitariamente o se comparta, respectivamente.

En el adulto el juego en general se sujeta a más reglas, aunque éstas siempre son aceptadas con libertad; y tienen la finalidad de evadirlo de la rutina y las preocupaciones habituales.

Los juegos pueden ser variados: incluir actividades físicas, azar, ejercicios mentales, creatividad, fuerza, destreza, equilibrio, reflejos, etcétera.

Muchos juegos infantiles consisten en verse en el rol de adultos: jugar a la maestra, a la mamá, al doctor, etcétera, lo que los va estimulando en su proceso de maduración.

Los griegos hablaron del “homo ludens” u hombre que practica el juego, como algo que hace a su esencia, aunque no solo es una característica típicamente humana, sino que lo hace muchos animales ¿Quién no ha visto por ejemplo un cachorrito jugando con una pelota o un gatito con un ovillo de lana?

Lo lúdico como aporte a la educación no es nuevo; los antiguos romanos llamaban a las escuelas de primeras letras, “ludus”, y era un “magíster

ludi”, el maestro que se encargaba de alfabetizarlos, haciéndolos jugar, con letras construidas con marfil o madera. Aprender jugando es una manera placentera, motivadora, y eficiente de hacerlo, usándose aquí la actividad lúdica con un fin específico

Asumir el juego desde el punto de vista didáctico, implica que este sea utilizado en muchos casos para manipular y controlar a los niños, dentro de ambientes escolares en los cuales se aprende jugando; violando de esta forma la esencia y las características del juego como experiencia cultural y como experiencia ligada a la vida. Bajo este punto de vista el juego en el espacio libre-cotidiano es muy diferente al juego dentro de un espacio normado e institucionalizado como es la escuela.

La lúdica es una dimensión del desarrollo humano que fomenta el desarrollo psicosocial, la adquisición de saberes, la conformación de la personalidad, es decir encierra una gama de actividades donde se cruza el placer, el goce, la actividad creativa y el conocimiento. (JIMENEZ, 2002)

Importancia

Jugando también se aprende “Los pueblos, lo mismo que los niños, necesitan de tiempo en tiempo algo así como correr mucho, reírse mucho y dar gritos y saltos. Es que en la vida no se puede hacer todo lo que se quiere, y lo que va quedando sin hacer sale así de tiempo en tiempo, como una locura.”

Al analizar integralmente el proceso pedagógico de las instituciones educativas se advierte que, en ocasiones, se utilizan conocimientos acabados, y se tiende a mantener tales conocimientos hasta transformarlos en estereotipos y patrones.

Es por ello que una de las tareas más importantes en la etapa actual del perfeccionamiento continuo de los planes y programas de estudio, es

preparar un estudiante altamente calificado, competente y competitivo; para lo cual hay que lograr que desempeñen un papel activo en dicho proceso, a fin de que desarrollen habilidades generalizadoras y capacidades intelectuales que le permitan orientarse correctamente en la literatura científico - técnica, buscar los datos necesarios de forma rápida e independiente, y aplicar los conocimientos adquiridos activa y creadoramente.

Objetivos

A menudo los objetivos planteados para nuestros niños en favor de su desarrollo y del aprendizaje, suelen ser exigentes, o en muchos casos necesitamos reforzar algunas habilidades de ellos con mayor énfasis de lo cotidiano, sin embargo, especialmente en nuestro país donde la educación infantil se ha convertido en una competencia que pone a prueba a cada niño con un alto nivel de exigencia, estas actividades pueden ser tediosas.

La educación se ha convertido en muchos casos en un cúmulo de tareas, repetitivo y desagradable, siendo indispensable encontrar nuevas estrategias para incrementar la motivación y ayudar al niño a desarrollarse en un ambiente más agradable.

Me interesó mucho escribir este artículo, con el objetivo de que profesionales y padres de familia puedan reconsiderar sus planteamientos al momento de enfrentar situaciones de enseñanza aprendizaje, tomando en cuenta que la principal tarea para cualquier niño es JUGAR.

a) Áreas de desarrollo del niño y actividades lúdicas.

Comentan (OMEÑACA & RUIZ, 2005) existe un sinnúmero de juegos que podemos utilizar para estimular las diversas áreas del desarrollo de los niños, también muchas actividades funcionales que no requieren de sentarse a la mesa o trabajar en un cuaderno.

1. Área Cognitiva: Implica el desarrollo de habilidades perceptivas visuales y auditivas, memoria, conceptos aritméticos y razonamiento.
2. Área de Lenguaje: Parte desde las habilidades comunicativas e involucra el desarrollo del vocabulario, la formación de estructuras o frases al hablar y la emisión de sonidos del habla.

Como podemos ver, la herramienta más importante para lograr los objetivos que día a día queremos alcanzar con nuestros niños, es el JUEGO y por una simple razón, mientras más agradable sea la experiencia para el niño más significativo lo será también. No existen juegos especiales o grandes ideas para jugar, la creatividad de los adultos es la pieza clave. **ÁNIMO Y MANOS A LA OBRA.**

Juegos Pre deportivos

Definición

Según (Autores, 1981) Los juegos pre deportivos son aquellos que requieren habilidades y destrezas propias de los deportes; como lanzamientos, golpeos, recepciones, desplazamientos, y por ello gustan tanto a los chicos y chicas de esta edad. Además, su práctica es muy aconsejable pues prepara a los chicos y chicas para practicar cualquier deporte y les dota de una serie de recursos físicos que les permite desenvolverse de una manera más efectiva en cualquiera de ellos, fundamentalmente en deportes que se juegan con un balón (fútbol, balonmano, baloncesto, voleibol.)

Los juegos pre deportivos son aquellos que se practican en las primarias para desarrollar las habilidades deportivas de los alumnos.

Importancia

Los juegos pre deportivos son parte importante de la formación de los niños, además de que son en extremo divertidos.

El medio más idóneo para la elaboración de esta investigación desde un punto muy personal son los juegos pre deportivos ya que poseen múltiples estímulos que favorecen el desarrollo armónico e integral del educando

El juego pre deportivo es la acción del trabajo colectivo donde la colaboración, discusión y resolución de problemas son elementos cotidianos, regido por reglas ya establecidas con anterioridad, puesto ello beneficiara a los practicantes a desenvolverse óptimamente antes, durante y después de las actividades.

Programación de Actividades Lúdicas

Las programaciones son el conjunto de unidades didácticas, o unidades de programación, en las que se planifican y distribuyen los contenidos de aprendizaje y se temporalizan las actividades de aprendizaje y evaluación, correspondientes al curso escolar.

Son tantas las posibilidades de enseñar y aprender jugando, una es programando los juegos y desarrollando todos los aspectos personales mediante el juego.

Los juegos se programara de acuerdo a la edad, por ejemplo para niños de 7 a 12 años los juegos tienen que ser con reglas.

Los niños de 9 a 12 años viven una época tranquila en la que valora el compañerismo y los amigos. Esto quiere decir que en ellos se hará trabajos en grupo y actividades deportivas en grupo, tales como el futbol, el básquet, etc.

El niño mientras juega aprende. “Los juegos infantiles no son tales juegos, sino son sus más serias actividades” (MONTAIGNE, 2000)

Actividades Rítmicas

En los niños, las actividades rítmicas de expresión tienen un doble enfoque: por un lado, mejorar la competencia motriz -es más competente no sólo quien es más ágil o fuerte, sino también aquél cuyo movimiento es más creativo y expresivo-. Por ello, el niño, a través de juegos de ocupación del espacio y de ejercitar aspectos temporales, concreta estas estructuras y aprende a utilizar y organizar al movimiento. Luego, combina aspectos de espacio y tiempo en estructuras más complejas (velocidad, simultaneidad, inversión, periodicidad, duración, interceptación, puntería, etc.).

El progreso en la elaboración de las percepciones espaciales y temporales se produce, primero, concretando el espacio inmediato en nociones topológicas (arriba-abajo, delante-detrás, izquierda-derecha, lejos-cerca, antes- después) y luego, con elementos rítmicos y temporales de experiencia inmediata (ritmos básicos, antes/después, secuencias simples, etc.). (Dragonfly, 2006)

Estrategia Pedagógica

Entendemos por estrategias pedagógicas aquellas acciones que realiza el maestro con el propósito de facilitar la formación y el aprendizaje de las disciplinas en los estudiantes. Para que no se reduzcan a simples técnicas y recetas deben apoyarse en una rica formación teórica de los maestros, pues en la teoría habita la creatividad requerida para acompañar la complejidad del proceso de enseñanza - aprendizaje.

Sólo cuando se posee una rica formación teórica, el maestro puede orientar con calidad la enseñanza y el aprendizaje de las distintas disciplinas. Cuando lo que media la relación entre el maestro y el alumno es un conjunto de técnicas, la educación se empobrece y la enseñanza, como lo formula Antanas Mockus y su grupo de investigación (1984), se convierte en una simple acción instrumental, que sacrifica la singularidad

del sujeto, es decir, su historia personal se excluye de la relación enseñanza - aprendizaje y, entonces, deja de ser persona para convertirse en un simple objeto. (MOCKUS, 1984).

2.4.1.2 Motricidad

Concepto.- La Motricidad es la capacidad del hombre y los animales de generar movimiento por sí mismos.

Tiene que existir una adecuada coordinación y sincronización entre todas las estructuras que intervienen en el movimiento (Sistema nervioso, órganos de los sentidos, sistema musculo esquelético).

La Motricidad puede clasificarse en Motricidad Fina y Motricidad Gruesa.

La motricidad gruesa hace referencia a movimientos amplios. Tiene que ver con la coordinación general y visomotora, con el tono muscular, con el equilibrio, etc.

La motricidad fina hace referencia a movimientos finos, precisos, con destreza. Tiene que ver con la habilidad de coordinar movimientos ejecutados por grupos de músculos pequeños con precisión, por ejemplo, entre las manos y los ojos. Se requiere un mayor desarrollo muscular y maduración del sistema nervioso central. La motricidad fina es importante para experimentar con el entorno y está relacionada con el incremento de la inteligencia.

Al hacer la diferencia entre motricidad y movimiento, entiendo que el movimiento es el medio de expresión y de comunicación del ser humano y a través de él se exteriorizan las potencialidades motrices, orgánicas, afectivas e intelectuales. 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.

Esta frase de Vítor Da Fonseca resume claramente lo que es la motricidad:

“...Cuanto más compleja es la motricidad, más complejo es el mecanismo que la planifica, regula, elabora y ejecuta. La motricidad conduce a esquemas de acción sensoriales que a su vez son transformados en patrones de comportamiento cada vez más versátiles y disponibles. La motricidad retrata, en términos de acción, los productos y los procesos funcionales creadores de nuevas acciones sobre acciones anteriores. Por la motricidad utilizadora, exploratoria, inventiva y constructiva, el Hombre y el niño, humanizando, esto es, socializando el movimiento, adquirirán el conocimiento.” (FONSECA, 2006)

Los autores Ruíz Juan, Francisco definen a la motricidad, El término se emplea en el campo de la salud.

Su estudio sigue un amplio análisis del desarrollo de un ser vivo, desde su fecundación hasta la vejez. Investigan todas las etapas, causas y efectos de un acto motor y da explicación a todo lo relacionado con el movimiento del ser vivo. El acto motor sigue varias etapas para llegar a efectuar un movimiento. (RUIZ J. F., 2003)

Tipos

Motricidad gruesa: se refiere a aquellas acciones realizadas con la totalidad del cuerpo, comprende todo lo relacionado con el crecimiento del cuerpo coordinando desplazamientos y movimiento de las diferentes extremidades, equilibrio, y todos los sentidos. Como caminar, correr, rodar, saltar, girar, deportes, expresión corporal, bailar, montar bicicleta, patinar, trepar, pedalear, entre otras.

Motricidad fina: Se refiere a todas aquellas acciones que el niño realiza básicamente con sus manos, a través de coordinaciones óculo-manuales. Esto se puede observar al emplear diferentes técnicas como el rasgado, el recortado, el ensartado, el trenzado, el modelado con plastilina, el amuñado, entre otras. Acciones que le permitan el uso de los dedos y las manos.

Capacidades motrices

Capacidades condicionales

Están determinadas por factores energéticos que se liberan en el proceso de intercambio de sustancias en el organismo humano, producto del trabajo físico. Estas son capacidades energético-funcionales del rendimiento, que se desarrollan producto de las acciones motrices consiente del individuo.

- Fuerza
- Resistencia de la fuerza.
- Fuerza rápida.
- Fuerza máxima.
- Velocidad
- Velocidad de traslación.
- Velocidad de reacción.
- Resistencia de la velocidad.
- Resistencia
- Corta duración.
- Media duración.
- Larga duración.

Capacidades coordinativas

Son aquellas que se realizan conscientemente en la regulación y dirección de los movimientos, con una finalidad determinada. Estas se

desarrollan sobre la base de determinadas aptitudes físicas del hombre y en su enfrentamiento diario con el medio.

Las capacidades motrices se interrelacionan entre sí y solo se hacen efectivas a través de su unidad, pues en la ejecución de una acción motriz, el individuo tiene que ser capaz de aplicar un conjunto de capacidades para que esta se realice con un alto nivel de rendimiento.

- Generales o básicas
- Regulación y dirección del movimiento.
- Adaptación y cambios motrices.
- Especiales
- Orientación
- Equilibrio
- Ritmo
- Anticipación
- Diferenciación
- Coordinación
- Complejas
- Aprendizaje motor.
- Agilidad.
- Movilidad
- Activa
- Pasiva

Relación motricidad-movimiento

El movimiento, pertenece al acto motor, cambios de posición del cuerpo humano o sus partes, que por lo tanto, estaría representando la parte visible o externa del acto. Por otra parte, la motricidad abarca la totalidad de los procesos y funciones del organismo y la regulación mental o psíquica que cada uno de los movimientos que traen como consecuencia al ser realizados. Entonces, estaría representando la parte interna del

movimiento (procesos energéticos, contracciones y relajaciones musculares, etc.).

El acto motor representa: una actividad o forma de conducta regulada, conscientemente planeada, y su resultado se prevé mentalmente como un objetivo; proceso conducido y regulado por el sistema sensomotriz.

Los primeros movimientos que hace el niño al nacer son reflejos. Se pueden considerar como movimientos automáticos e involuntarios del recién nacido, que se producen ante una específica estimulación y de una manera estándar en los primeros meses de vida.

Reflejos

Los reflejos se pueden clasificar en cuatro grandes categorías:

- Extensores o posturales y de desplazamiento.
- De aproximación u orientación hacia el estímulo.
- Defensivos.
- Segmentarios o localizados.

A partir de los reflejos, las adquisiciones motrices tienen su origen en el control y conciencia corporal, la locomoción y la manipulación. La habilidad motriz es la capacidad aprendida para realizar el objetivo de una tarea que hay que ejecutar, es decir, la consecución de un objetivo motor concreto.

Desarrollo psicomotor

Es el conjunto de todos los cambios que se producen en la actividad motriz de un sujeto a lo largo de toda su vida. Ocurre a causa de tres procesos: la maduración, el crecimiento y el aprendizaje.

Maduración

Es el proceso fisiológico (del cerebro) genéticamente determinado por el cual, un órgano o un conjunto de órganos, ejerce libremente su función con la misma eficacia.

Los seres humanos no pueden ejercer desde el primer momento de su existencia, realizar todas las funciones que les caracterizan, necesitan de un proceso madurativo.

Todos los órganos del ser humano maduran porque no están terminados totalmente en el nacimiento. Los que intervienen en la motricidad son el sistema muscular y el sistema nervioso. En los primeros seis años de vida es donde el niño sufre más cambios motrices y maduros más rápido. El sistema nervioso y el sistema muscular son fundamentales en el desarrollo motor.

Crecimiento

Fenómeno cuantitativo de incremento de masa corporal como consecuencia del aumento en el número de células, del tamaño de las mismas, originando aumento de masa y volumen de tejidos, órganos y sistemas, que ocurren con diferente intensidad en distintos momentos de la vida.

Aprendizaje

Cambio en el rendimiento, que suele ser permanente, que guarda relación con la experiencia. <http://www.ecured.cu/index.php/Motricidad>

2.4.1.3 Ocio y tiempo libre

Conceptualización e historia

Comúnmente se llama ocio al tiempo libre que se dedica a actividades que no son ni trabajo ni tareas domésticas esenciales, y pueden ser

recreativas. Es un tiempo recreativo que se usa a discreción. Es diferente al tiempo dedicado a actividades obligatorias como comer, dormir, hacer tareas de cierta necesidad, etc. las actividades de ocio son aquellas que hacemos en nuestro tiempo libre y no las hacemos por obligación.

Según la socióloga francesa Christine Chevalier: «El ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares, y sociales, para descansar, para divertirse, para desarrollar su información o su formación desinteresada, o para participar voluntariamente en la vida social de su comunidad». (CHEVALIER)

La distinción entre las actividades de ocio y las obligatorias no es estricta, y depende de cada persona; así estudiar, cocinar o hacer música, puede ser ocio para unos y trabajo para otros, pues pueden realizarse por placer como por su utilidad a largo plazo y/o eventual ganancia económica. Al ocio se lo puede emplear en actividades motivadoras y productivas. Por otro lado, el ocio en la Antigua Grecia era considerado el tiempo dedicado, principalmente por filósofos, para reflexionar sobre la vida, las ciencias y la política.

Según Gomes y Elizalde (2011), en los estudios sobre el ocio difundidos en Occidente es posible verificar que las raíces de este abordaje generalmente son localizadas en la Grecia clásica o en la modernidad europea. Estas dos interpretaciones son divergentes en términos de ocurrencia histórica del ocio y generan intensos debates académicos: para algunos, la existencia del ocio es observada desde las sociedades griegas, y para otros el ocio es un fenómeno específico de las sociedades modernas, urbanas e industrializadas. (GOMES; ELIZALDE, 2011)

Independientemente del contexto histórico y de las características consideradas, el desarrollo teórico sobre el tema desde finales del siglo XIX permitió la sistematización de los conocimientos sobre el ocio, una

palabra que hoy - según algunos estudiosos - corresponde a los términos leisure en inglés, loisir en francés y lazer en portugués.

Para algunos autores el ocio fue asociado, al principio, al término griego skholé y al vocablo romano otium. Recuperando el significado de skholé, esta palabra representaba una posibilidad de abstención de las actividades ligadas a la mera subsistencia. Implicaba, necesariamente, las condiciones de paz, reflexión, prosperidad y libertad de tener que realizar las tareas serviles y vinculadas a las necesidades de la vida productiva.

Como dependía de ciertas condiciones educacionales, políticas y socioeconómicas, skholé constituía un privilegio reservado a una pequeña parcela de los hombres libres. Para Aristóteles, las personas tenían que aprender a desear el reposo filosófico, pues, es por medio de él que se tornaría posible alcanzar virtudes. De esta forma, en su sentido griego, skholé era vinculada a la posibilidad de descanso y reposo, condición propicia por el distintivo característico de los privilegiados: la abstención de la necesidad de ejercer el trabajo útil o productivo y la posibilidad de dedicación a la contemplación, a la meditación y a la reflexión filosófica.

Como destaca Munné, el otium romano era estratificado socialmente: estaba asociado, en el caso de las elites intelectuales, a la meditación y a la contemplación. Era el otium con dignidad. Por eso, en lo que concierne a las personas comunes, otium significaba descanso y diversión proporcionados por los grandes espectáculos. Esta estrategia hacía referencia a la tradicional expresión “pan y circo” y tenía como finalidad despolitizar al pueblo, reduciéndolo a la condición de mero espectador, evidenciando así el potencial muchas veces alienante, de las formas de entretenimiento masivo.

La conexión que los romanos hicieron entre el otium y el negotium es interesante de comprender. El negotium, palabra latina que originó el término negocio, fue entendido como ocupación y actividad. De esta forma, el trabajo (negocio y comercio) también representaba la negación

del otium. Para tener una visión más clara sobre la forma de entender el ocio y el trabajo en la antigüedad greco-romana es importante recordar que, etimológicamente, la palabra trabajo deriva del término latín tripalium, que significaba un instrumento de tortura con el que se obligaba a los esclavos a realizar determinadas tareas. Así, en la visión clásica greco-romana el ocio era mucho más valorizado que el trabajo, algo distinto a lo que ocurrió posteriormente.

2.4.2. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE

2.4.2.1 Deporte

Conceptualización

Es considerado el “único precedente en la historia de nuestra especie que como manifestación cultural ha sido capaz de conformarse como un universo cultural de dimensión planetaria susceptible de atravesar barreras idiomáticas, políticas y religiosas, e instaurarse en las costumbres de millones y millones de seres”. (TRIBO)

El deporte es capaz de unir a millones de personas alrededor de él, pero también es un medio masivo de enseñanza que permite formar y desarrollar la personalidad de los alumnos e inculcar valores para enfrentar los problemas de buena manera.

Historia del deporte y sus beneficios

Según (RUIZ & A, 1989), La historia del deporte se remonta a miles de años atrás. Ya en el año 4000 a.C. se piensa que podían ser practicados por la sociedad china, ya que han sido encontrados diversos utensilios que llevan a pensar que realizaban diferentes tipos de deporte. También los hombres primitivos practicaban el deporte, no con herramientas, pero sí en sus tareas diarias; corrían para escapar de los animales superiores, luchaban contra sus enemigos y nadaban para desplazarse de un lugar a otro a través de los ríos.

También en el Antiguo Egipto se practicaban deportes como la natación y la pesca, para conseguir sobrevivir sin necesidad de muchas de las comodidades que posteriormente fueron surgiendo. Las artes marciales comenzaron a expandirse en la zona de Persia.

Los primeros Juegos Olímpicos tuvieron lugar en el año 776 a.C. duraban únicamente seis días y constaban de pocas pruebas deportivas: combates, carreras hípicas y carreras atléticas entre los participantes. Aunque no fueran los actuales Juegos Olímpicos, sí empezaban a tomar forma de lo que conocemos.

Ya en el siglo XIX se utilizaban las competiciones a modo de deporte y guerra entre los pueblos vecinos, en deportes que podrían considerarse en ambos sentidos, como son el tiro con arco o el esgrima. En Inglaterra, en cambio, surgieron deportes en los cuales no luchabas únicamente contra tu adversario, sino que también entraba en juego la lucha contra los medios naturales, como podían ser el agua o el viento, dando lugar a deportes como las regatas o la vela, además de otros también actuales como el rugby.

A lo largo del siglo XX se fueron consolidando los deportes ya existentes hasta el momento, y se fue ampliando el rango de deportes conocidos, como el fútbol, el waterpolo o el tenis de mesa.

Los primeros Juegos Olímpicos, tal y como los conocemos en la actualidad, tuvieron lugar en Grecia en el año 1892, en la pequeña ciudad de Olimpia.

Se organizaban, como ahora, cada cuatro años, y en ellos se desarrollaban todas las prácticas deportivas conocidas hasta ese momento.

Permitía enfrentar a gran diversidad de deportistas, que cada vez fueron creciendo y empezó a surgir el deporte profesional a medida que se

extendían las disciplinas y el deporte iba tomando popularidad en la sociedad.

Los beneficios del deporte para los niños

El deporte ayuda a los niños con problemas de relacionamiento y a disfrutar del cuerpo

Por encima de todo debe ser el niño, dentro de unos límites, el encargado de elegir el deporte concreto deportes que va a practicar. Por lo general, tu hijo querrá practicar un deporte influenciado por sus amigos, los medios de comunicación, el entorno que le rodea, etc. El ejercicio regular favorece el buen desarrollo físico y mental de los niños.

Les ayuda a integrarse más socialmente y a adquirir unos valores fundamentales, además de colaborar en el correcto desarrollo de sus huesos y músculos.

2.4.2.2 Recreación

Conceptualización e historia

Se entiende por recreación a todas aquellas actividades y situaciones en las cuales esté puesta en marcha la diversión, como así también a través de ella la relajación y el entretenimiento. Son casi infinitas las posibilidades de recreación que existen hoy en día, especialmente porque cada persona puede descubrir y desarrollar intereses por distintas formas de recreación y divertimento.

Es decir, no todos los individuos somos iguales ni disponemos de las mismas experiencias o intereses y entonces cada cual desarrollará una inclinación por tal o cual actividad recreativa; podrá claro haber coincidencias, aunque también puede suceder que lo que para alguien es una recreación para otro puede no serlo y viceversa.

Historia y Origen de la Recreación: La palabra recreación deriva del latín: recreativo y significa “restaurar y refrescar a la persona.” La recreación en las civilizaciones más antiguas. Cuando el hombre se vuelve sedentario y comienza a perfilar los primeros embriones sociales como ser: los antiguos mayas, Aztecas, Incas, Samurái (Japón), el hombre incluye actividades importantes “el juego”, aunque no es como una forma de recreación; sino más bien de una manera mágico-religiosa.

En Egipto: Floreció en las riberas del río Nilo, sus pobladores llevaban una vida fastuosa llena de colorido, por lo que se podría considerar que le dieron una gran importancia a la recreación. Las actividades recreativas que realizaban consistían en una variedad de deportes como la gimnasia, la lucha, el levantamiento de pesas y otras actividades como la caza, la arquería las carreras otras actividades como la caza, la arquería, las carreras de carros, la música, la danza, la pintura y la escritura.

En Asiria y Babilonia: Estas dos culturas florecieron en el valle de Mesopotamia entre los ríos Tigris y Éufrates, dentro de las actividades que encontramos estaban los deportes del boxeo, lucha, arquería, carreras de carros, la caza, la danza, la música, la escultura, la pintura y los jardines zoológicos y botánicos.

En Grecia: Es la cultura griega donde florece plenamente el ocio como la recreación, es aquí donde se hacen los fundamentos filosóficos de ambos.

En Grecia es donde se da el concepto de “hombre integral”, se le dio gran importancia al arte, al conocimiento y a los deportes; ya que el hombre ideal tenía que ser una combinación de soldado, atleta, político, artista y filósofo.

La recreación se daba con diferentes deportes, la escultura la música, la poesía, el teatro, todo esto combinado con los juegos sagrados en honor a los dioses.

Tipos y beneficios de recreación

Para (HERNÁNDEZ, 1994), el término recreación hace referencia a inventar o producir algo nuevo es decir crear, o bien puede orientarse a algún distracción relacionada con algo complaciente, entretenido y agradable.

Puede ser clasificada según:

La actitud del individuo:

1. Sujeto activo: el sujeto participa de la actividad realizada, disfrutando de la misma.
2. Sujeto pasivo: la persona no es parte de la recreación, sólo actúa como un expectante, no participa directamente.

La orientación a la que esté destinada la actividad recreativa:

Recreación Motriz: está relacionada con la actividad física, algunos ejemplo podrían ser la realización de cualquier deporte, caminatas, juegos, bailes y danzas.

Recreación Cultural: se vincula con la actividad cultural. Algunos ejemplos podrían ser la realización de actividades como teatro, pintura, lectura, asistir a espectáculos, museos, entre otros.

Recreación Social: se relaciona al contacto con otras personas, pueden ser realizadas muchas cosas como asistir a debates, charlas, debates, salidas, encuentros, etc.

Recreación al aire libre: son aquellas actividades en las que se entra en relación con el medio ambiente. Este tipo de recreación estimula la integración el medio. Algunos ejemplos podrían ser visita a parques y reservas naturales, campamentos, excursiones, etc.

Las actividades recreativas pueden ser clasificadas según los beneficios que otorgan:

En relación a la psiquis: permite estimular la mente (puede bajar los niveles de ansiedad, de estrés, depresión), un progreso personal (pueden ser generadores de confianza en uno mismo, abandonar la dependencia, resaltar dotes de líder, mejorar capacidades físicas y estéticas), bienestar personal (pueden servir de estimulantes, como fuente de desafíos, permite la expresión de la creatividad, apreciar nuevos aspectos o elementos).

Beneficios en cuanto a la salud: algunos ejemplos son mejoras cardíacas, en diabetes, hipertensión, colesterol, problemas dorsales, control de sobrepeso, etc.

Beneficios culturales y sociales: surgimiento de un sentimiento de pertenencia, compromisos en cuanto a la cultura y la vida política, adquisición de nuevos conocimientos históricos y culturales, vinculación con individuos nuevos que generen cierta armonía o coordinación y a su vez el dialogo que permitan comprender y colaborar con los demás, integración dentro de la comunidad, nueva cosmovisión.

Económicos: se reducen los gastos por salud, descienden los niveles de ausencia y accidentes laborales, aumenta la productividad, aumento de ingresos por turismo que permiten el progreso en economías nacionales, regionales y locales.

Beneficios en el medioambiente: genera cierta ética respecto al medio que habitamos y el compromiso público por la protección y conservación

Permitan comprender y colaborar con los demás, integración dentro de la comunidad, nueva cosmovisión.

Económicos: se reducen los gastos por salud, descienden los niveles de ausencia y accidentes laborales, aumenta la productividad, aumento de ingresos por turismo que permiten el progreso en economías nacionales, regionales y locales.

Beneficios en el medioambiente: genera cierta ética respecto al medio que habitamos y el compromiso público por la protección y conservación

BENEFICIOS ADICIONALES EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA

Los beneficios comprobados en estas etapas son:

- La contribución al desarrollo integral de la persona
- El control del sobrepeso y la obesidad. En esta etapa, el control de la obesidad es muy importante para prevenir la obesidad adulta.
- Mayor mineralización de los huesos y disminución del riesgo de padecer osteoporosis en la vida adulta.
- Mejor maduración del sistema nervioso motor y aumento de las destrezas motrices.
- Mejor rendimiento escolar y sociabilidad. La actividad física es una forma de invertir en salud, cuesta poco es fácil y barata.

La salud NO es solo la ausencia de enfermedad, salud es encontrarse bien, lo mejor posible, y eso incluye aspectos físicos, psicológicos y sociales

2.4.2.3 Cultura Deportiva

Concepto

La cultura, el deporte, los juegos y la recreación son conceptos que si bien se pueden tratar por separado están íntimamente relacionados entre sí. Los juegos el deporte y la recreación son productos de nuestra cultura, y esta es la responsable de que nos unamos y vivamos juntos alrededor de ellas especialmente del deporte.

Realizar una actividad física moderada con regularidad es una manera sencilla de mejorar la salud y mantenerse sano, tiene el efecto de prevenir y controlar ciertas enfermedades, como las cardiovasculares, la diabetes, la obesidad y la osteoporosis; realizar actividad física aumenta el nivel de energía y ayuda a reducir el estrés y a relajar los niveles de colesterol y de presión arterial, también disminuye el riesgo de sufrir algunos tipos de cáncer, especialmente el de colon.

Historia

Este blog se crea para que todos los interesados en el deporte encuentren algo más que una información sin importancia, se hablara de las culturas más importantes con relación a la actividad física desarrollando temas de fácil comprensión con solo datos importantes. Esperamos les guste.

Cultura física de los aztecas y lúdico

Diferentes organizaciones tribales, civilizaciones primitivas y culturas en general han venido desarrollando numerosas formas y actividades motrices con significados socialmente relevantes para esa época como la caza y la pesca, ritos y danzas sagradas, festivales, juegos, deportes y otras.

La cultura Griega representa un hito histórico en la historia del juego y del deporte.

El juego adquiriría desde edades tempranas un valor social importante en la educación y crianza de los niños, que recibían distintos obsequios, como en ocasión del destete o bien otros ritos de iniciación a los nuevos Dioses que señalarían cada nueva etapa de la vida.

La civilización azteca representa, quizás, una de las culturas precolombinas más importantes, en cuanto al desarrollo de actividades lúdicas. Los juegos elegidos por los niños aztecas eran variados: juguetes

elaborados por ellos mismos o bien por sus padres como muñecos articulados o peonzas

Deportes de los aztecas

Comenta (WIPIDEDIA, 2010), en la cultura cretense (2000 al 1380 AC) se destacan actividades deportivas tales como el pugilato, la tauromaquia acrobática, y las danzas competitivas.

Ulises, por ejemplo, se convierte en un gran tirador de arco, luchador y lanzador de jabalina. También en esta etapa los juegos y distracciones eran las carreras de fondo, las carreras de velocidad, los asaltos pugilísticos y el levantamiento de pesas.-

La importancia de la cultura deportiva tuvo su época, quizás de esplendor en la cultura Griega, y fue quizás, en esta cultura donde se produce la institucionalización el deporte practicado en palestras y gimnasios, y admirado por la "paidea" Griega en los Festivales Deportivos.

Otra característica importante del desarrollo del deporte en Grecia, es la vinculación de éste con otras manifestaciones sociales como la poesía, la literatura, la filosofía, la religión y los sentimientos militares.

De los Festivales Deportivos que se desarrollaron: los Juegos Píticos en Honor a Delfos en donde se entregaba una corona de laurel a los vencedores; los Juegos bienales Ístmicos de Corinto en Honor a Poseidón y los juegos bienales de Nemeos en Argos.

El Festival deportivo que adquirió más importancia en la época fue el desarrollado en la ciudad de Olimpia: los Juegos Olímpicos.

Sociedad

Es innegable el peso que tiene el deporte en la vida social de hoy. Los medios de comunicación, la moda, la publicidad y un buen número de

actividades sociales nos recuerdan continuamente que, simultáneo a nuestra existencia, hay todo un mundo de competencia muscular que trasciende lo meramente corporal y se inserta con dinamismo en el desarrollo sociocultural de nuestras sociedades: un mundo de disciplinamiento del cuerpo y del espíritu que paralelo a la religión y en comunión con el advenimiento de la modernidad ejerce poderosa influencia en distintos ámbitos de la sociedad como lo son la educación, la política, la economía, la seguridad ciudadana y, lo mejor del caso, que se expresa en rasgos sui géneris de cultura (nacional/ regional/ local), folclore y todo ese acervo de prácticas, significados y significantes que los sociólogos llaman 'habitus' y que los antropólogos denominan imaginarios sociales. No obstante lo anterior, todavía el deporte aparece como tema de estudio menor, exótico cuando no excéntrico. Tal aseveración, sin embargo, no se compadece con el sinnúmero de iniciativas que en distintos países de América Latina han aparecido en torno al hecho deportivo.

Beneficios

En la actualidad parece claramente demostrado que mientras que el sedentarismo supone un factor de riesgo para el desarrollo de numerosas enfermedades crónicas, entre las que destacan las cardiovasculares por representar una de las principales causas de muerte en el mundo occidental, el llevar una vida físicamente activa produce numerosos beneficios, tanto físicos como psicológicos, para la salud.

Una de las motivaciones para la realización de ejercicio físico es la búsqueda de ese estado de bienestar que se acerque al concepto individual de salud como componente básico de la calidad de vida.

¿Es sano hacer ejercicio?

Según estudios realizados, parece que existe una relación entre la actividad física y la esperanza de vida, de forma que las poblaciones más

activas físicamente suelen vivir más que las inactivas. Por otra parte, es una realidad que las personas que realizan ejercicio físico de forma regular tienen la sensación subjetiva de encontrarse mejor que antes de realizarlo, tanto desde el punto de vista físico como mental, es decir tienen mejor calidad de vida. Parece evidente por lo tanto que la práctica de ejercicio físico tiene algo de positivo para la salud.

El cuerpo humano ha sido diseñado para moverse y requiere por tanto realizar ejercicio de forma regular para mantenerse funcional y evitar enfermarse. Actividad física es todo movimiento corporal producido por los músculos y que requiere un gasto energético. Ejercicio físico es un tipo de actividad física que se define como todo movimiento corporal programado, estructurado y repetitivo realizado para mejorar o mantener uno o más de los componentes del estado de forma física. Cuando el nivel de actividad física no alcanza el mínimo necesario para mantener un estado saludable, se habla de sedentarismo.

Durante nuestra infancia y adolescencia la mayoría de nosotros mantiene un nivel de actividad física más que suficiente a través del juego y de diferentes actividades deportivas. Pero las oportunidades de realizar ejercicio físico se reducen a medida que nos hacemos adultos. Además, a diferencia de generaciones precedentes, cada vez son menos los que realizan, ya sea en el trabajo o en el tiempo de ocio, actividades que impliquen algún tipo de trabajo físico. En cualquiera de los países del mundo que llamamos desarrollados, los indicadores de actividad física muestran cifras realmente desalentadoras. Según distintas estadísticas el sedentarismo afecta de un 40 a un 60% de la población, y sólo 1 de cada 5 individuos alcanza el mínimo de actividad física recomendado para la salud.

¿Cuáles son los beneficios de la actividad física para la salud?

En una breve y muy acertada declaración, el (Dr. COOPER, 1968) define el ejercicio físico como "el método para poner más años en su vida y más

vida en sus años". La mayoría de las personas pueden beneficiarse de realizar actividad física de forma regular. Es frecuente que la gente piense que hace suficiente ejercicio en el trabajo. Muchos piensan que son demasiado viejos para empezar, otros que su forma física ya es demasiado mala para intentar recuperarla. Obesidad, diabetes, o alguna discapacidad física, pueden ser las razones que desanimen al sujeto para comenzar a realizar actividad física. Pero en muchas ocasiones son simplemente la pereza, o las expectativas de fatiga y dolor las que impiden que ni siquiera llegue a intentarse.

El organismo humano como consecuencia del entrenamiento físico regular, presenta en sus diferentes aparatos y sistemas modificaciones morfológicas y funcionales que denominamos adaptaciones, las cuales va a permitir por una parte prevenir o retrasar la aparición de determinadas enfermedades y por otra parte mejorar la capacidad de realizar un esfuerzo físico. Una persona entrenada físicamente será capaz de correr a la parada del autobús sin cansarse demasiado, jugar con sus hijos con mayor vitalidad e incluso hacer algún alarde con los amigos en un partido de fútbol.

2.5 Hipótesis

El Desarrollo de las Actividades Lúdicas incide en la Cultura Deportiva, de los niños de sexto y séptimo año de Educación básica de la Escuela "27 de Febrero", del cantón Ambato Provincia del Tungurahua.

2.6 Señalamiento de Variables de la Hipótesis

Variable independiente: Desarrollo de las actividades lúdicas.

Variable dependiente: Cultura deportiva.

CAPITULO III

METODOLOGIA

3.1 Enfoque de la investigación

Una vez expuesto el problema y haber hecho un análisis, en los niños de sexto y séptimo de básica de la Escuela “27 de Febrero” en lo referente a su cultura deportiva, es necesario, desarrollar sus capacidades lúdicas y de esa manera inculcarlos a la práctica deportiva.

Por lo tanto esta investigación está relacionada al enfoque **cualitativo**, pues abarca del contenido de las cualidades y utilidad de la misma y **cuantitativo**, porque se utilizara estadísticas para la recopilación de análisis e interpretación de resultados.

La investigación cualitativa es una actividad que localiza al observador en el mundo. Consiste en un conjunto de prácticas interpretativas que hacen al mundo visible. Estas prácticas interpretativas que hacen al mundo visible. Estas prácticas transforman el mundo, lo convierten en una serie de representaciones, que incluyen las notas de campo, las entrevistas, conversaciones, fotografías, registros y memorias. En este nivel, la investigación cualitativa implica una aproximación interpretativa y naturalista del mundo. Esto significa que los investigadores cualitativos estudian las cosas en su contexto natural. Intentado dar sentido o interpretar los fenómenos en función de los significados que las personas le dan.

La metodología cuantitativa es aquella que permite examinar los datos de manera científica, o más específicamente en forma numérica, generalmente con ayuda de herramientas del campo de la estadística.

Para que exista metodología cuantitativa se requiere que entre los elementos del problema de investigación exista una relación cuya naturaleza sea representable por algún modelo numérico ya sea lineal, exponencial o similar. Es decir, que haya claridad entre los elementos de investigación que conforman el problema, que sea posible definirlo, limitarlos y saber exactamente dónde se inicia el problema, en qué dirección va y qué tipo de incidencia existe entre sus elementos:

3.2 Modalidad básica de la investigación

De campo

El trabajo de investigación se realiza en el lugar de los hechos, esto es donde se educan los niños, también donde viven. Se desarrollan las encuestas.

Bibliográfica - Documental

Siempre será importante y necesario recurrir a la información que traen los libros, revistas, periódicos, proyectos, etc. que guarden relación, con el tema planteado, para tener un profundo análisis del problema y su solución.

Toda documentación que provenga de la bibliografía y de las páginas de internet, será muy importante, para el éxito de esta investigación.

3.3 Nivel o tipo de la Investigación

Observación

En base a este método y a través de diálogos se ha podido detectar que muchos de los niños y niñas les hacen falta que el profesor este en un alcance para conocer un poco más de los entrenamientos deportivos.

La recolección de la información, en base a las encuestas realizadas que como actor investigador se observa la respuesta que los investigados contestaron sobre los problemas a investigar.

Exploratorio

Este método permite conocer más sobre la problemática de la práctica del deporte lo cual permite conocer la incidencia de la infraestructura física. Las soluciones que se plantea serán debidas a las causas que surgen del problema y presentar los lineamientos de la alternativa de solución que surtan efectos, que corroboren a solucionar el problema.

Asociación de Variables De acción

La cultura deportiva en los niños de la escuela “27 de Febrero”, tendrá otro horizonte con su aplicación.

Factible

Están disponibles y se cuenta con los conocimientos y recursos para la realización de este proyecto.

3.4 Población y Muestra

Es la totalidad del universo en la cual se va realizar la investigación del tema escogido.

Para la presente problemática se ha tomado como muestra a los niños, docentes y padres de familia de la escuela “27 de Febrero” de la provincia Tungurahua del cantón Ambato.

La población y la muestra que se tomara en cuenta para el cálculo de la investigación son: 8 autoridades-docentes, 30 padres de familia y 30 niños de sexto y séptimo de básica, la cual será el 100%.

Población y Muestra

Tabla N°1: Población y muestra

Población	Número	Porcentaje
Autoridades – Docentes	8	12%
Padres de familia	60	44%
Total	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

Al ser el universo de investigación reducido, se trabaja con la totalidad de los involucrados, que será la población censada para nuestra investigación.

3.5 Operacionalización de la Variables

Tabla N°2: Operacionalización Variable independiente; Desarrollo de las actividades lúdicas

Conceptualización	Categorías	Indicadores	Ítems	Instrumentos
Son los Movimientos naturales que el ser humano realiza en actividad reflejándolo en la coordinación de los movimientos corporales potenciando, las habilidades físicas y la coordinación en el tiempo libre para mejorar la personalidad del niño.	Movimientos Naturales Coordinación de movimientos corporales Tiempo libre Personalidad del niño	Caminar, correr, saltar, trepar, etc. Motricidad gruesa Recreación, juegos Autoestima Sociabilidad	¿Considera usted que caminar, correr, saltar, trepar desarrolla las capacidades físicas en el niño? ¿Cree usted que es importante la motricidad en los niños de 9 a 12 años? ¿Considera usted que la recreación, los juegos, ayuda al desarrollo motriz de los niños? ¿Piensa usted que la autoestima de los niños sube con la actividad física? ¿Cree usted que la vida social del niño va a ser más positiva cuando juegue?	Encuestas Cuestionarios

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Tabla N°2: Operacionalización de la variable dependiente; Cultura deportiva

Conceptualización	Categorías	Indicadores	Ítems	Instrumentos
<p>Cultura deportiva</p> <p>Es realizar una actividad física moderada con regularidad, para mejorar la salud y prevenir y controlar enfermedades, aumenta el nivel de energía y mejora su calidad de vida.</p>	<p>Actividad física</p> <p>Salud</p> <p>Enfermedades</p> <p>Calidad de vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Juego, baile, deporte recreación, etc. • Vida saludable • Obesidad, diabetes • Un buen hábito hacer deporte desde niño • Integrado a la sociedad 	<p>¿Cree usted que es importante el juego, el baile, el deporte, la recreación para el niño?</p> <p>¿Piensa usted que el realizar una actividad física moderada y con regularidad produce en el niño una vida saludable?</p> <p>¿Cree usted que la obesidad, la diabetes en los niños se puede evitar con una actividad física?</p> <p>¿Considera usted un buen hábito en el niño la práctica deportiva?</p> <p>¿Considera usted que el niño mejora su calidad de vida al integrarse a la sociedad?</p>	<p>Encuestas</p> <p>Questionarios</p>

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

3.6 Recolección de Información

Técnicas e instrumentos

La técnica que se utilizara para esta investigación son las encuestas y entrevistas dirigidas a los niños de la escuela “27 de Febrero” de la provincia de Tungurahua del Cantón Ambato, en diferentes aspectos como también las sugerencias que se presentan ante el desarrollo normal de sus actividades lúdicas.

Encuesta

Se realizara una encuesta a los niños, profesores y padres de familia de la escuela “27 de Febrero” de la provincia de Tungurahua del Cantón Ambato, mediante la utilización de cuestionarios con preguntas objetivas que permitan la recolección de los datos sobre los lineamientos de la investigación.

3.7. Plan de recolección de información

Tabla N°3: Plan de recolección de información

PREGUNTAS BASICAS	EXPLICACIÓN
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de investigación.
¿De qué personas u objetos?	Hacia los niños de la escuela “27 de Febrero” de la provincia de Tungurahua del Cantón Ambato
¿Sobre qué aspectos?	Indicadores matriz, Operacionalización de variable.
¿Quién? ¿Quiénes?	Investigador Hólguer Sánchez
¿Cuándo?	Inicio Septiembre 2013 a Marzo 2014
¿Dónde?	Escuela “27 de Febrero” de la provincia de Tungurahua del Cantón Ambato
¿Cuántas veces?	Aplicaciones 1
¿Qué técnicas de recolección?	Encuestas.
¿Con que?	Cuestionarios estructurados
¿En qué situación?	Hora de clases de Cultura Física y fuera de ellas

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguer Sánchez

3.8. Plan de procesamiento de la información

- Como primer paso será la realización del instrumento de investigación previo al problema planteado.
- Luego lo aplicaremos a las y los estudiantes involucrados.
- Una vez cogida toda la información la analizaremos fomentando una revisión crítica.
- Estableceremos la información y la Tabularemos
- Finalmente realizaremos las tablas y cuadros que permiten interpretar los resultados recogidos durante las entrevistas planteadas a los estudiantes.

CAPITULO IV

4.1 Análisis de datos e interpretación de resultados

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES Y PADRES DE FAMILIA

CUESTIONARIO DE PREGUNTAS

1.- ¿Considera usted que caminar, correr, saltar, trepar desarrolla las habilidades físicas en el niño?

Tabla N°4: Habilidades Físicas

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	56	82%
NO	12	18%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

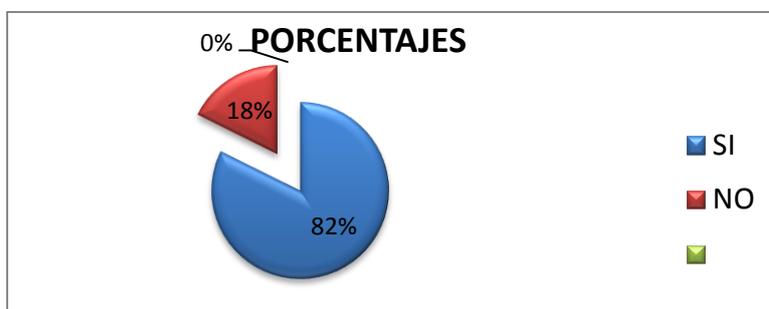


Gráfico N° 5: Habilidades Físicas

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Análisis

El total de los encuestados un 82% está de acuerdo, que correr, saltar, bailar, jugar, mejora las habilidades físicas, un 18% no lo está por lo que es necesario unificar los criterios positivamente.

Interpretación

De la pregunta 1, se observa que la mayoría está de acuerdo, que correr, saltar, bailar, jugar, mejora las habilidades físicas, el resto de encuestados no lo está.

2.- ¿Cree usted que es importante la motricidad en los niños de 9 a 12 años?

Tabla N°5: Motricidad

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	46	67%
NO	22	33%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

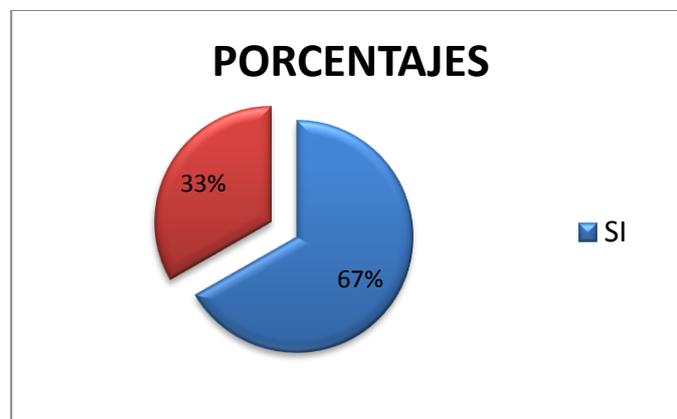


Gráfico N° 6: Motricidad
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

Análisis

La pregunta 2 aplicada en la encuesta, en un 67% dicen que sí, que es importante la motricidad en los niños de 9 a 12 años, mientras que 33% de ellas aducen que no.

Interpretación

De acuerdo a la pregunta planteada los encuestados contestaron indistintamente por lo que una gran mayoría está de acuerdo que la motricidad de los niños es fundamental, mientras que una minoría no lo está.

3.- ¿Considera usted que la recreación, los juegos, ayuda al desarrollo motriz de los niños?

Tabla N°6: Desarrollo motriz

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	68	100%
NO	0	0%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

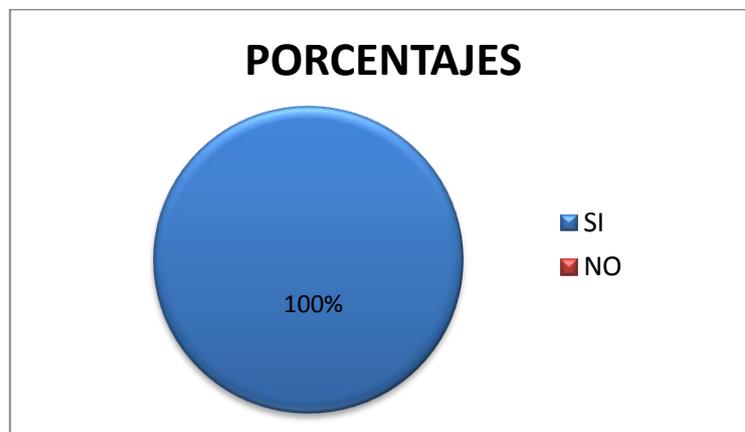


Gráfico N° 7: Desarrollo motriz
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

Análisis

De las 68 personas encuestadas ellos respondieron que si en su totalidad dando como equivalente el 100% afirmando la pregunta en la que ellos si creen que la recreación y los juegos desarrollan la motricidad.

Interpretación

Todos los encuestados manifiestan que los juegos ayudan el desarrollo motriz, lo que juega un papel fundamental en el desarrollo del niño.

4.- ¿Piensa usted que la autoestima de los niños sube con la actividad física?

Tabla N°7: La autoestima

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	68	100%
NO	0	0%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

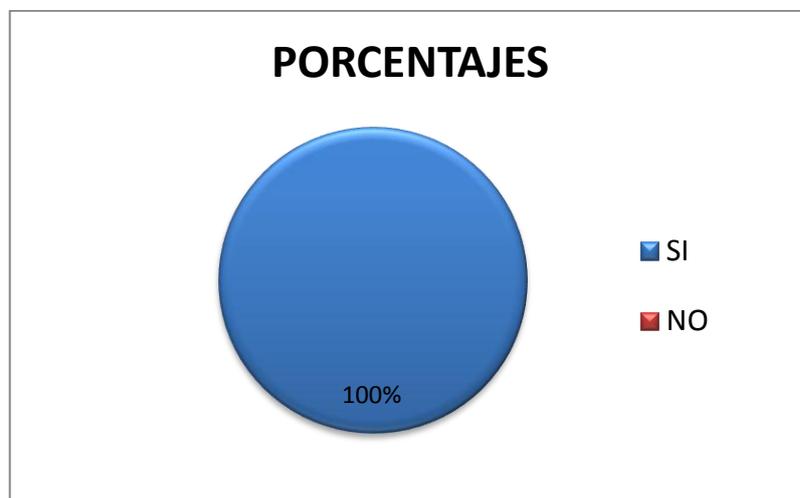


Gráfico N° 8: La autoestima

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

Análisis

La pregunta 4 aplicada a las 68 personas, el 100% contestaron que si creen que la autoestima sube con la actividad física.

Interpretación

De acuerdo a la pregunta 4 aplicada a las 68 personas ellos contestaron en su totalidad que si creen que la autoestima sube con la actividad física.

5.- ¿Cree usted que la vida social del niño va a ser más positiva cuando juegue?

Tabla N°8: Vida social

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	68	100%
NO	0	0%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

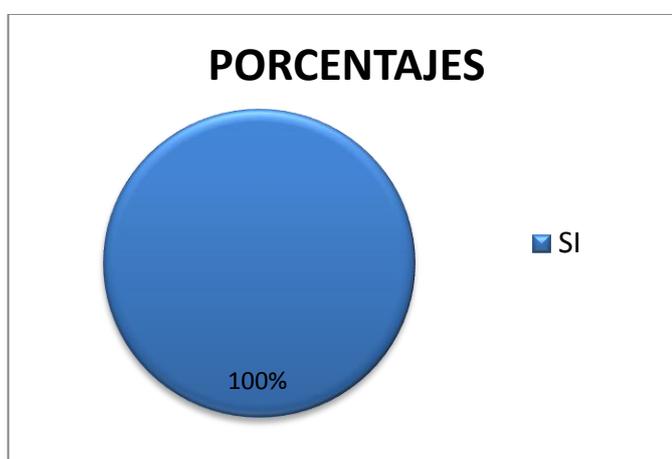


Gráfico N° 9: Vida social

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

Análisis

El 100% de los encuestados contestaron si tal y como se observa en la gráfica.

Interpretación

De acuerdo a la pregunta 5 aplicada a las 68 personas, ellos contestaron en su totalidad que si creen que la vida social va a ser más positiva cuando jueguen.

6.- ¿Cree usted que es importante el juego, el baile, el deporte, la recreación para el niño?

Tabla N°9: El juego, el deporte, el baile, la recreación

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	68	100%
NO	0	0%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguer Sánchez

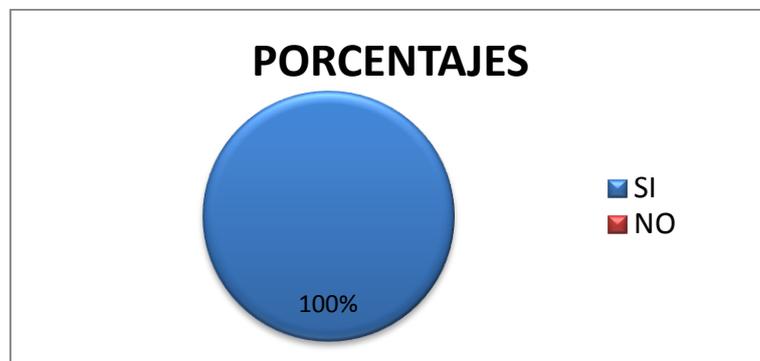


Gráfico N° 10: El juego, el deporte, el baile, la recreación

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguer Sánchez

Análisis

El 100% de los encuestados contestaron que sí.

Interpretación

Las 68 personas contestaron en su totalidad que si creen que es importante para los niños, el juego, el deporte, el baile, la recreación.

7.- ¿Piensa usted que el realizar una actividad física moderada y con regularidad produce en el niño una vida saludable?

Tabla N°10: Vida saludable

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	63	93%
NO	5	7%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

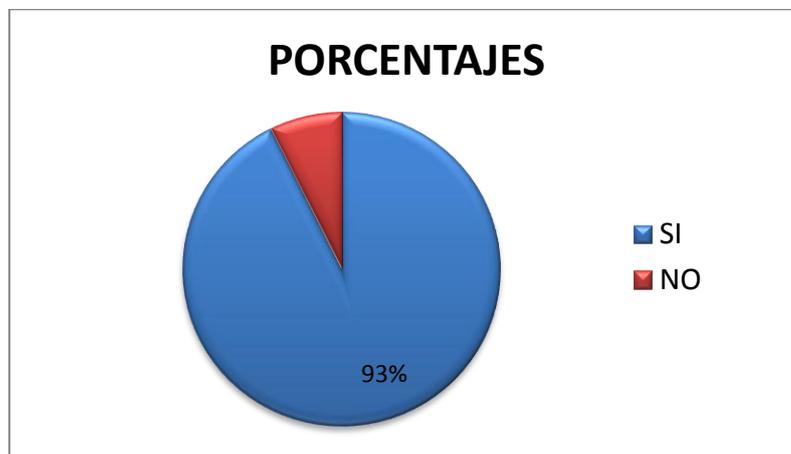


Gráfico N° 11: Vida saludable
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

Análisis

La pregunta 7 los encuestados contestaron un 93% que sí y el 7% que no.

Interpretación

De acuerdo a la pregunta 7 planteada a las 68 personas, contestaron indistintamente pero si la gran mayoría contesto que la actividad física moderada y con regularidad produce en el niño una vida saludable.

8.- ¿Cree usted que la obesidad, la diabetes en los niños se puede evitar con una actividad física?

Tabla N°11: La obesidad y la diabetes

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	52	76%
NO	16	24%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

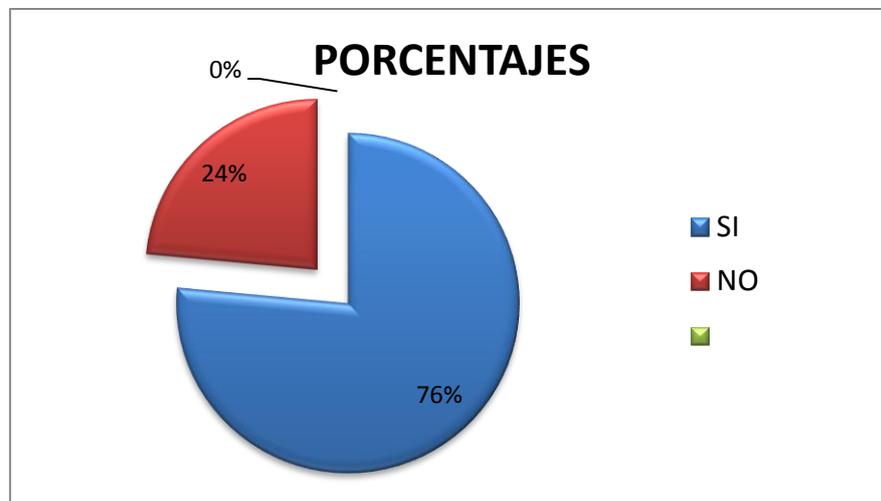


Gráfico N° 12: La obesidad y la diabetes

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

Análisis

En esta pregunta realizada a las 68 personas ellas contestaron que si en un 76% mientras que otros dicen que no en un 24%.

Interpretación

La gran mayoría expresa que la obesidad, la diabetes en los niños se puede evitar con una actividad física.

9.- ¿Considera usted un buen hábito en el niño la práctica deportiva?

Tabla N°12: Hábito en el niño

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	68	100%
NO	0	0%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

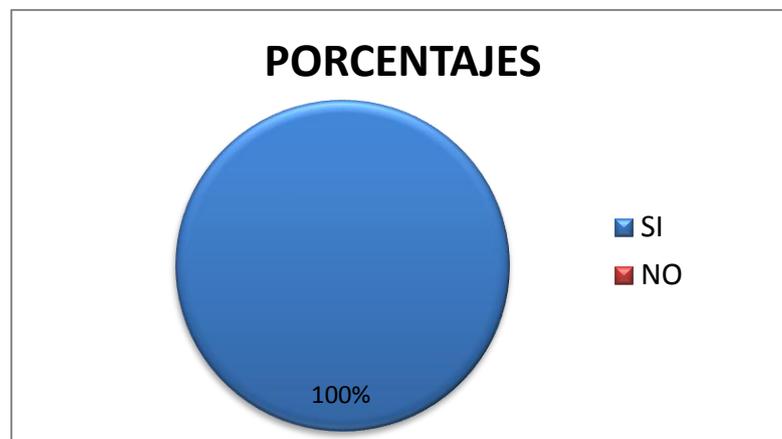


Gráfico N° 13: Hábito en el niño
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

Análisis

De los encuestados el 100% contestó que sí.

Interpretación

La mayoría contestaron que es un buen hábito en el niño la práctica deportiva.

10.- ¿Considera usted que el niño mejora su calidad de vida al integrarse a la sociedad?

Tabla N°13: Calidad de vida

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	46	67%
NO	22	33%
TOTAL	68	100%

Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

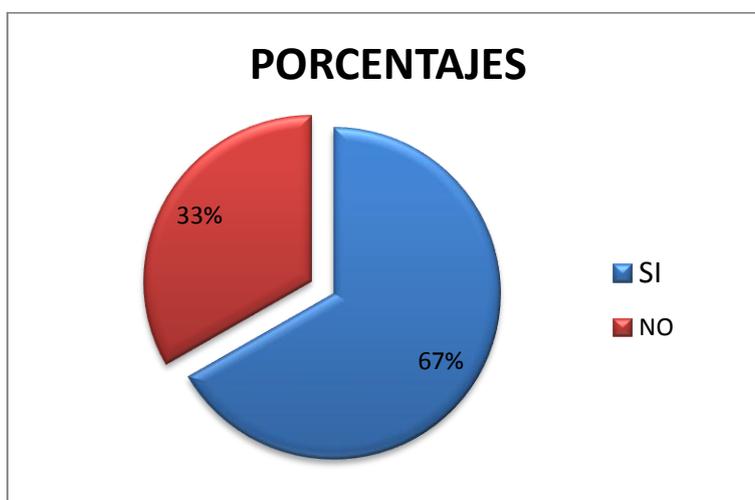


Gráfico N°14: Calidad de vida
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez

Análisis

La pregunta 10 aplicada a 68 personas sobre si el integrarse a la sociedad, mejora su calidad de vida contesto un 67% mientras que un 33% aduce no saber.

Interpretación

La gran mayoría de los encuestados manifiestan que el niño mejora su calidad de vida al integrarse a la sociedad.

4.2 Verificación de hipótesis

VERIFICACIÓN DE HIPOTESIS: Hipótesis, Argumento y Verificación

ARGUMENTO.

4.2.1 Combinación de Frecuencias.

Para establecer la correspondencia de las variables se eligió 10 preguntas de la encuesta, cinco preguntas por la variable independiente y cinco preguntas de la variable dependiente en estudio.

Análisis de Chi Cuadrado

Para la comprobación de la hipótesis se siguieron los siguientes pasos:

4.2.2 Planteo de hipótesis

a) Modelo Lógico

Hipótesis alternativa

Hi: El desarrollo de actividades lúdicas SI inciden en la cultura deportiva

Hipótesis nula

Ho: El desarrollo de actividades lúdicas NO inciden en la cultura deportiva

b) Modelo Matemático

Ho; $O = E$

H1; $O \neq E$

c) Modelo estadístico

$$X^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

X^2 = Chi cuadrado

O = Frecuencias observadas

E = Frecuencias esperadas

4.2.3 Especificación del Estadístico.

De acuerdo a la tabla de contingencia 10 X 2 se utiliza la siguiente fórmula:

$$X^2 = \sum (O-E)^2 / E$$

4.2.4 Especificación de la región de aceptación y rechazo.

Primero se determina los grados de libertad, conociendo que el cuadro está formado por 10 filas y 2 columnas.

4.2.5 Calculo de grados de libertad

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

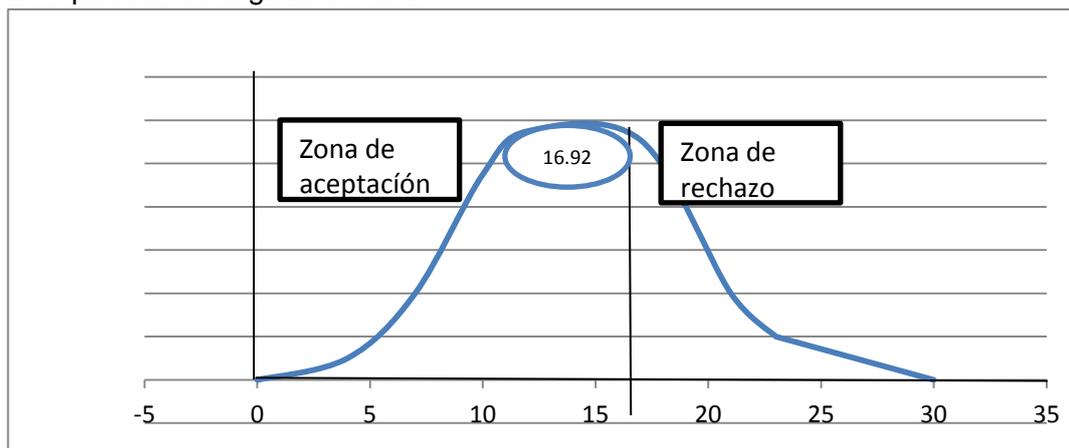
$$gl = (10- 1)(2 - 1)$$

$$gl = (9)(1)$$

$$gl = 9$$

Entonces con 9 Gl y un nivel de 0,05 tenemos en la tabla de ji cuadrado, el valor es de 16.92 por consiguiente se acepta la hipótesis alternativa para todo valor de ji cuadrado que se encuentre hasta el valor 16.92 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 16.92.

La representación gráfica sería:



Chi square distribución

Chi square 117,1777

Gráfico N°15: Representación del ji cuadrado

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguer Sánchez

4.2.6 Distribución Chi Cuadrado

Grados libertad	Probabilidad de un valor superior - Alfa (α)				
	0,1	0,05	0,025	0,01	0,005
1	2,71	3,84	5,02	6,63	7,88
2	4,61	5,99	7,38	9,21	10,60
3	6,25	7,81	9,35	11,34	12,84
4	7,78	9,49	11,14	13,28	14,86
5	9,24	11,07	12,83	15,09	16,75
6	10,64	12,59	14,45	16,81	18,55
7	12,02	14,07	16,01	18,48	20,28
8	13,36	15,51	17,53	20,09	21,95
9	14,68	16,92	19,02	21,67	23,59
10	15,99	18,31	20,48	23,21	25,19

Tabla N°14: Distribución Chi Cuadrado

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

P = Probabilidad de encontrar un valor mayor o igual que el chi cuadrado tabulado, α = Grados de Libertad.

4.2.7 Recolección de datos y cálculo de los estadísticos.

Frecuencias observadas

PREGUNTA	CATEGORÍAS		SUB TOTAL
	SI	NO	
1. ¿Considera usted que caminar, correr, saltar, trepar desarrolla las capacidades físicas en el niño?	56	12	68
2. ¿Cree usted que es importante la motricidad en los niños de 9 a 12 años?	46	22	68
3. ¿Considera usted que la recreación, los juegos, ayuda al desarrollo motriz de los niños?	68	0	68
4. ¿Piensa usted que la autoestima de los niños sube con la actividad física?	68	0	68
5. ¿Cree usted que la vida social del niño va a ser más positiva cuando juegue?	68	0	68
6. ¿Cree usted que es importante el juego, el baile, el deporte, la recreación para el niño?	68	0	68
7. ¿Piensa usted que el realizar una actividad física moderada y con regularidad produce en el niño una vida saludable?	63	5	68
8. ¿Cree usted que la obesidad, la diabetes en los niños se puede evitar con una actividad física?	52	16	68
9. ¿Considera usted un buen hábito en el niño la práctica deportiva?	68	0	68
10. ¿Considera usted que el niño mejora su calidad de vida al integrarse a la sociedad?	46	22	68
SUBTOTAL	603	77	680

Tabla N°16: Frecuencias Observadas

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Frecuencias Esperadas.

PREGUNTA	CATEGORÍA		SUB TOTA L
	SI	NO	
11. ¿Considera usted que caminar, correr, saltar, trepar desarrolla las capacidades físicas en el niño?	60,3	7,7	68
12. ¿Cree usted que es importante la motricidad en los niños de 9 a 12 años?	60,3	7,7	68
13. ¿Considera usted que la recreación, los juegos, ayuda al desarrollo motriz de los niños?	60,3	7,7	68
14. ¿Piensa usted que la autoestima de los niños sube con la actividad física?	60,3	7,7	68
15. ¿Cree usted que la vida social del niño va a ser más positiva cuando juegue?	60,3	7,7	68
16. ¿Cree usted que es importante el juego, el baile, el deporte, la recreación para el niño?	60,3	7,7	68
17. ¿Piensa usted que el realizar una actividad física moderada y con regularidad produce en el niño una vida saludable?	60,3	7,7	68
18. ¿Cree usted que la obesidad, la diabetes en los niños se puede evitar con una actividad física?	60,3	7,7	68
19. ¿Considera usted un buen hábito en el niño la práctica deportiva?	60,3	7,7	68
20. ¿Considera usted que el niño mejora su calidad de vida al integrarse a la sociedad?	60,3	7,7	68
SUBTOTAL	603	77	680

Tabla N°15: Frecuencias esperadas

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Tabla N°16: Cálculo Matemático Chi Cuadrado

O	E	O-E	(O-E) ²	(O-E) ² /E
56	60,3	-4,3	18,49	0,3066335
12	7,7	4,3	18,49	2,4012987
46	60,3	-14,3	204,49	3,39121061
22	7,7	14,3	204,49	26,5571429
68	60,3	7,7	59,29	0,98325041
0	7,7	-7,7	59,29	7,7
68	60,3	7,7	59,29	0,98325041
0	7,7	-7,7	59,29	7,7
68	60,3	7,7	59,29	0,98325041
0	7,7	-7,7	59,29	7,7
68	60,3	7,7	59,29	0,98325041
0	7,7	-7,7	59,29	7,7
63	60,3	2,7	7,29	0,12089552
5	7,7	-2,7	7,29	0,94675325
52	60,3	-8,3	68,89	1,14245439
16	7,7	8,3	68,89	8,94675325
68	60,3	7,7	59,29	0,98325041
0	7,7	-7,7	59,29	7,7
46	60,3	-14,3	204,49	3,39121061
22	7,7	14,3	204,49	26,5571429
680	680			117.1777

Tabla N°17: Cálculo Matemático Chi Cuadrado

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

4.2.8 Decisión final

El valor de $X^2_t = 16,92 < X^2_c = 117.1777$

Por lo tanto se acepta la hipótesis altera

Con 9 grados de libertad y un nivel de 0.05, se obtiene en la tabla 16.92, y como el valor de ji cuadrado es de **117.1777** la hipótesis nula se encuentra fuera de la región de aceptación se rechaza y se acepta la hipótesis alternativa.

Se valora que El desarrollo de actividades lúdicas **SI** inciden en la cultura deportiva, en los niños de la escuela 27 de Febrero del cantón Ambato, Provincia de Tungurahua.

Por tanto se comprueba la Hipótesis como verdadera.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

De acuerdo a los resultados sobre esta investigación se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- Solo una correcta planificación de las horas clase y el tiempo libre llevara a un normal desarrollo de las actividades lúdicas de los niños.
- Mejorar los programas de actividades físicas va ayudar a los niños a mejorar su salud, su vida social y su autoestima.
- Con la práctica de juegos, baile, la recreación los niños van a tener en sus vidas una cultura deportiva por toda su vida.

5.2 Recomendaciones

- El docente encargado de impartir clases de Cultura Física, debe planificar, organizar, las actividades, con el propósito de que día a día se vaya mejorando las capacidades lúdicas de los niños.
- El docente debe investigar más, observar videos, compartir experiencias con otros colegas trabajar en la antesala del deporte debe constituirse en una especialización, para trabajar en las edades de 9 a 12 años.
- Incentivar a los niños a la práctica de la cultura física y el deporte con el único propósito de inculcar, un gusto, una cultura deportiva en ellos, que es y va ser en beneficio, para toda su vida.

CAPITULO VI

PROPUESTA

TITULO DE LA PROPUESTA

DISEÑAR UN PROGRAMA DE ACTIVIDADES LÚDICAS PARA INCULCAR LA CULTURA DEPORTIVA EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA “27 DE FEBRERO”, DEL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA.

6.1 DATOS INFORMATIVOS

Institución: Escuela “27 de Febrero”

Ubicación: Santa Cruz

Cantón: Ambato

Provincia: Tungurahua

Teléfono: 2405868

Estudiantes del plantel: 140

Docentes del plantel: 8

6.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA

Con la presente investigación, se pudo verificar que, los niños de sexto y séptimo de básica de la escuela “27 de Febrero”, necesitan de un programa de actividades físicas, que contribuya a su desarrollo físico-motor.

Planificar adecuadamente, una secuencia de actividades lúdicas para inculcar la cultura deportiva y competencias internas de las mismas

actividades que se realicen dentro de la institución y por ende se mejoraría su nivel cultural deportivo.

El propósito del tema de investigación siempre será, desarrollar, en lo posible todas sus actividades lúdicas, con las variantes, que se exponen en la propuesta, de esta manera mejorar su autoestima, insertarlos en la sociedad, mejorar su calidad de vida y transmitir las experiencias a otras instituciones en la Provincia.

Un niño que se forme, con un desarrollo adecuado de sus actividades lúdicas, tendrá más posibilidades de descubrirse a sí mismo y delante de su profesor, para el deporte, y hacer de él una cultura para toda su vida.

6.3 JUSTIFICACION

Al realizar en los niños un desarrollo de sus actividades lúdicas estaremos preparándolos para que tengan toda su vida una cultura deportiva, que evitara el sedentarismo, cualquiera que sea su profesión, cuando sean adultos.

Los profesores, entrenadores, y el área de cultura física misma deben planificar y organizar, programas de actividades físicas, dirigidas a los niños, los mismos que tienen dar fiel cumplimiento, incluyendo evaluaciones, como lo hacen en cualquier otra materia.

Con este trabajo investigativo, se está concientizando, a la formación integral del niño, y a elevar su nivel de cultura deportiva, aprenderá a respetarse, y a respetar a los demás, cuando realicen sus actividades físicas.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 OBJETIVO GENERAL

Diseñar un programa de actividades lúdicas para inculcar la cultura deportiva en los estudiantes de la escuela “27 de febrero”, del cantón Ambato provincia de Tungurahua.

6.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Socializar las actividades lúdicas como parte fundamental en el desarrollo motriz de los niños.
- Planificar un programa acorde al aprendizaje del niño basándose en la cultura deportiva dentro de la institución y fuera de ella interviniendo en todo su entorno social a las diferentes actividades que el niño se encuentre.
- Ejecutar la propuesta planteada sobre las actividades lúdicas hacia el correcto uso del tiempo libre con la finalidad de crear una cultura deportiva en la institución
- Evaluar el aprendizaje del niño basándose en las diferentes actividades lúdicas y como es su desenvolvimiento hacia su entorno social dentro de la institución.

6.5 ANALISIS DE FACTIBILIDAD

Esta propuesta es factible ya que dentro de ella se presenta una guía didáctica sobre las actividades lúdicas empleadas en diferentes disciplinas deportivas en la que predomina el rol del docente en la enseñanza fundamental sobre las actividades físicas por más tiempo, para su desarrollo psicomotriz.

Es primordial que el profesor o entrenador, o encargado de impartir la materia de cultura física, desarrolle un programa de actividades lúdicas, las mismas que se realicen, al aire libre, en la misma aula, o espacio

cubierto, acorde a la actividad, con la finalidad de mejorar sus movimientos corporales y obtener un desarrollo óptimo de sus capacidades físicas.

El trabajo de investigación es factible, puesto que tiene el aval y el apoyo del área de Cultura Física y Autoridades del plantel.

En el aspecto económico, todos los gastos correrán por parte del investigador Sr. Hólguez Sánchez.

6.6 FUNDAMENTACION CIENTIFICA

Hoy en día toda disciplina deportiva, toda actividad física requiere de un conocimiento científico, de una investigación previa, para saber lo que vamos hacer, y como debemos hacerlo, y sacar el mayor beneficio posible, en bien del educando y el nuestro mismo.

Las actividades lúdicas reúnen todas las cualidades, para el mayor provecho y disfrute de todos los niños.

Son actividades al alcance de todos, absolutamente de todos los niños, que no necesitan de grandes gastos económicos o logísticos para practicarlo, ya se ve que hay una masificación en casi todas las instituciones educativas.

Por lo tanto no podemos dejar de lado el propósito de nuestra propuesta planteada:

Diseñar un programa de actividades lúdicas para inculcar la cultura deportiva en los estudiantes de la escuela “27 de febrero”, del cantón Ambato provincia de Tungurahua.

**PROGRAMA DE ACTIVIDADES LÚDICAS PARA INCULCAR LA
CULTURA DEPORTIVA EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA “27
DE FEBRERO”, DEL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE
TUNGURAHUA.**



INTRODUCCIÓN

El desarrollo de las Actividades Lúdicas es potenciar, las habilidades físicas y la coordinación de los movimientos corporales, utilizando bien el tiempo libre para mejorar la personalidad del niño, por lo tanto se puede y se debe realizar con todos los niños, ya que no hay cargas de trabajo, no es un enteramiento, más bien es una recreación, una diversión.

El aprendizaje para el niño es eso una diversión, siempre tiene la expectativa de hacer algo nuevo.

La importancia motivacional de hacer algo nuevo, hace que los niños nunca se cansen jugar.

El juego para los niños es y será la mayor responsabilidad que ellos tengan.

Aquí presentamos un programa de juegos pre deportivos y juegos tradicionales que servirá para el desarrollo de todas sus actividades

Esta guía consta de tres fases importantes:

La fase I Tipos de actividades lúdicas.

La fase II describe los diferentes juegos como actividad lúdica

La fase III Describe los beneficios de hacer actividad física.

FASE I

TIPOS DE ACTIVIDADES LÚDICAS

Desde el punto de vista de esta teoría, el juego es un factor de evolución de la personalidad. La teoría de la autoexpresión encuentra en el juego un modo de manifestar necesidades que buscan ser satisfechas. El permitiría la liberación de tendencias antisociales.

Dentro de ese mismo orden de ideas, según Matos (2002), existen tres tipos de juegos entre los cuales se encuentran en primer lugar los juegos de actitudes; los cuales son todas aquellas actividades que realiza el individuo a través de ejercicios físicos, generan un desgaste de energía, este tipo de juego es común durante los primeros dos años de vida ya que son juegos libres y espontáneos, los niños o niñas los realizan cada vez que les provoca, de manera libre, sin reglas, ni reglamentos. Es considerada una etapa exploratoria y mientras dura, los niños adquieren conocimientos sobre su entorno e influyen en el desarrollo de su ingenio y su iniciativa. (MATOS, 2002)

También, están presentes los juegos de dramatización donde además de representar a las personas en la vida real o en los medios de comunicación, se ponen de manifiesto la capacidad de fantasía en la cual los niños adoptan papeles dramáticos, heroicas, fantásticas y alejados de la vida real. Incluso se presentan los amigos imaginarios o relativos exagerados de situaciones vividas por ellos.

Este tipo de juegos puede ser reproductivo o productivo, y se le conoce como creativo, ya que estimula su imaginación y su creatividad. La duración de esta etapa varía en cada niño, pero puede ubicarse hasta finales de su vida preescolar. Sin embargo existe otro tipo de juego el activo que puede ubicarse en esta misma etapa de crecimiento es el denominado juego constructivo, el cual no es sino alrededor de los 5 a los

6 años de edad, que él utiliza los materiales de forma específica y apropiadas para fines establecidos por él.

También estimulan la imaginación y la creatividad del niño o niña. Una de las actividades que más le gusta son aquellas relacionadas con la música, que puede ser considerada como un juego activo dependiendo de cómo se utilice. Se considera activo cuando él interviene cantando, tocando un instrumento o cuando utiliza la música como complemento de otro tipo de juego activo; también puede ser considerada reproductiva, cuando los niños cantan, bailan y repiten las palabras enseñadas y productivas, cuando inventa sus propias palabras para las canciones conocidas por él, o les crea su música o nuevos pasos de bailes.

En tercer lugar, están los juegos pasivos; se pueden definir como todas aquellas actividades consideradas diversiones, en las cuales los niños invierten un mínimo de energía y por lo general pueden realizarlas solos. El observa a otros jugar, ver la televisión, leer tiras cómicas o jugar con los equipos electrónicos modernos, pueden producir el mismo placer que aquellos en los que se invierte mayor consumo de energía, contribuyen al desarrollo intelectual al tener que concentrarse, razonar y recordar, propiciando la creatividad y la motivación.

Con referencia a los juegos estos producen contribuciones importantes para las buenas adaptaciones personales y sociales de los niños, le permite relajarse cuando están solos y fomentan la socialización en actividades grupales. A todas las edades, los niños o niñas se dedican tanto a los juegos activos como pasivos, y el tiempo que le dedican a cada uno depende de la salud de los mismos, del placer que le proporciona, del momento en el que aprenden los juegos y del interés, que en ellos despierte.

El cuarto lugar lo ocupan los juegos cooperativos y competitivos, se puede definir el juego cooperativo, cuando la naturaleza del objeto del

juego, es la suma de los logros de los objetos individuales de cada integrante del juego; mientras que un juego competitivo, la naturaleza del objetivo de este, es el logro de un objetivo individual, se priva el logro de los objetivos de los demás es excluyente debido a que el éxito de uno es el fracaso de otros.

Contribuciones de las Actividades Lúdicas

Dentro de ese mismo enfoque, entre las contribuciones de las actividades lúdicas el desarrollo de los niños y niñas según (HURLOCK, 2000), desarrollo físico: El juego es esencial para que los mismos desarrollen sus músculos y ejerciten todas las partes de sus cuerpos. También actúa como salida para la energía en exceso, que se acumula, hace que los niños estén tensos, nerviosos e irritables.

En cuanto, al fomento de las comunicaciones: el jugar adecuadamente con otros exige que los niños aprendan a comunicarse con ellos, a su vez, tienen que aprender a comprender lo que otros tratan de comunicarles. De igual forma es una salida para la energía emocional acumulada el juego les proporciona a los niños una salida para que liberen las tensiones que ejerce el ambiente sobre su conducta.

Por otra parte, el mismo autor, precisa que los juegos cooperativos coadyuvan a la expansión para las necesidades y los deseos: que no se pueden cumplir satisfactoriamente en otras formas, se satisfacen a veces en los juegos. Es una fuente de aprendizaje ya que el juego ofrece oportunidades para aprender muchas cosas; por medio de libros, la televisión o la exploración del ambiente que los niños o niñas no tendrían oportunidad de aprender en el hogar o la escuela. En este mismo orden es un estímulo para la creatividad, pues mediante la experimentación de los juegos, los mismos descubren que al crear algo nuevo y distinto puede ser satisfactorio.

Conviene anotar que, en los juegos los niños o niñas descubren cuáles son sus capacidades y cómo se comparan con los de sus compañeros de juegos mediante su desarrollo aprenden a ser sociables; al jugar con otros, los pequeños aprenden a establecer relaciones sociales y a satisfacer y resolver los problemas que causan dichas relaciones. Con respecto a las normas morales aun cuando los niños y niñas aprenden en el hogar y en la escuela lo que el grupo considera como correcto e incorrecto, la aplicación de las normas morales no es en ninguna parte tan rígida como en un grupo de juegos. (BLANCO Wendy; MCS Doris; COLMENARES, Noviembre 2010)

LA FASE II

LOS JUEGOS COMO ACTIVIDAD LÚDICA

Tema: Juegos Predeportivos Aplicados al Fútbol

Juego N°1

Tema: Pases cortos y largos en el fútbol	
Objetivo	Desarrollar el tren inferior y fortalecer los cuádriceps
Materiales	<ul style="list-style-type: none">• Balón• Conos• Cancha
Participantes	Quince
Desarrollo	
	Dos equipos de igual número de participantes. Consiste en hacer llegar la pelota a un compañero que está en el otro extremo del campo. No vale botar la pelota ni andar con ella. El otro equipo ha de intentar que la pelota no llegue.

Tabla N°18: Juegos deportivos Pase 10

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Juego N°2

Tema: Rondo	
Objetivo	Desarrollar la psicomotricidad y habilidades física
Materiales	<ul style="list-style-type: none">• Balón• Conos• Cancha
Participantes	Quince
Desarrollo:	
	Se colocan en círculo con 1 o 2 jugadores en el centro, según el número de participantes. Los del círculo se han de pasar la pelota con el pie y los del centro han de intentar interceptarla.

Tabla N°19: Juego deportivos Rondo

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

JUEGOS PREDEPORTIVOS APLICADOS AL VOLEY

Juego N°3

Tema: Juego de vóley vaciar el campo	
Objetivo:	Mejorar destrezas motoras
Materiales:	Balones Red Cancha
Participantes	Quince
Desarrollo:	
	Dos equipos con igual número de participantes. Cada equipo tiene un número determinado de balones, cuantos más mejor. A la señal han de sacar los balones de su campo y mandarlos al del equipo contrario. El objetivo es que en nuestro campo no queden balones y que el otro equipo si los tenga. Al acabar el tiempo se contabilizan los balones de cada campo.

Tabla N°20: Juegos pre deportivos vaciar el campo

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguer Sánchez

JUEGOS TRADICIONALES

Juego N°4

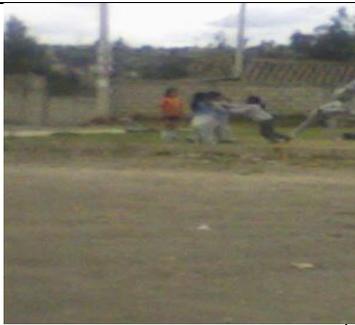
Tema: Las agachaditas	
Objetivo:	Mejorar y fortalecer músculos dorsales y lumbares
Materiales:	Cancha
Nº de participantes:	Quince
Desarrollo:	
	En círculo con los niños y niñas mínimo cinco se toman de las manos y empiezan a girar cantando "El patio de mi casa es muy particular, cuando llueve se moja como los demás. Agáchate y vuélvete a agachar que las agachaditas me gustan más, Agáchate y vuélvete a Agachar que si no te agachas no sabes ni bailar" este canto todos tienen que acompañar haciendo la mímica y realizando lo que pide la canción "agáchate y vuélvete a agachar" y al final cuando dice " Qué si no te agachas no sabes ni bailar" en ese momento se sueltan las manos y buscan una pareja, los últimos en buscar pareja terminarán pagando una prenda para luego pagar una penitencia (aquí puede que le pidan los jugadores que cante, que baile, etc.)

Tabla N°21: Juegos tradicionales El de las agachaditas

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguer Sánchez

Juego N°5

Tema: Los saltos de la cuerda	
Objetivo:	Fortalecer tren inferior a través de los saltos
Materiales:	Cancha Soga de 3 metros
Nº de participantes:	Para este juego se necesita un mínimo de tres personas (dos personas para que baten la cuerda y una que salte la cuerda) una cuerda o soga de 3mts.
Desarrollo:	
	<p>Con un movimiento en forma circular de los brazos y agarrando fuertemente la cuerda en los dos extremos la cuerda girará en forma horizontal, la persona que va a saltar puede ingresar en movimiento en conjunto con la cuerda para ello la cuerda debe topar el piso y el participante entra a saltar , si la cuerda el topa o le rosa el cuerpo de la persona se reinicia el juego o se cambia de participante, si no puede ingresar en movimiento de la cuerda hay la posibilidad que el participante se coloque junto a la cuerda y se empieza a dar los movimientos circulares de la cuerda en forma horizontal este movimiento se lo llama Batir la cuerda.</p>

Tabla N°22: Juegos tradicionales, los saltos de la cuerda

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Juego N°6

Tema: Proteger al que nombramos	
Objetivo:	Cooperación-Oposición
Materiales:	Ninguno
Nº de participantes:	Gran grupo mínimo de 10 personas
Desarrollo:	
	<p>Un jugador nombra a otro. El jugador nombrado se escapa mientras que sus compañeros lo protegen para que el jugador que lo nombro no lo coja</p>

Tabla N°23: Juegos tradicionales, proteger al que nombramos

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Juego N°7

Tema: Agrupaciones por números	
Objetivo:	Cooperación - Oposición, trabajo con números.
Materiales:	Ninguno
Nº de participantes:	Gran grupo mínimo de 10 personas
Desarrollo:	
	<p>Organización: Todos los participantes deberán estar repartidos por un espacio (previamente delimitado) y en movimiento, cada uno sabe el número del grupo al que pertenece.</p> <p>Desarrollo: Todos estarán en movimiento, el que no participa indica un número y todos los pertenecientes a ese grupo deberán agruparse, recibe un punto el grupo que mejor y más rápido lo haga.</p>

Tabla N°24: Juegos tradicionales, agrupaciones por números

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Juego N°8

Tema: Espalda contra espalda	
Objetivo:	Cooperación
Materiales:	Ninguno
Nº de participantes:	Parejas
Desarrollo:	
	<p>Organización: Todos los participantes deberán estar repartidos por parejas y de pie, espalda contra espalda.</p> <p>Desarrollo: A la señal deberán intentar sentarse en el suelo, pero sin dejarse caer, ya que podrían hacerse daño. Una vez en el suelo, deberán intentar levantarse.</p>

Tabla N°25: Juegos tradicionales, espalda contra espalda

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Juego N°9

Tema: La pescadilla	
Objetivo:	Velocidad de reacción.
Materiales:	Ninguno
Nº de participantes:	Grupos de 6-8.
Desarrollo:	
	<p>Organización: Todos los participantes deberán estar repartidos por el terreno, formando una fila y agarrados por los hombros.</p> <p>Desarrollo: A la señal, el primero de la fila deberá intentar pillar al último de su fila, a la vez que el último intenta no ser pillado. Si esto ocurre el ultimo pasa a la primera posición.</p>

Tabla N°26: Juegos tradicionales, la pescadilla

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguer Sánchez

Juego N°10

Tema: Pelota al blanco	
Objetivo:	Mejorar la puntería de lanzamiento.
Materiales:	Un balón
Nº de participantes:	Grupos de seis a ocho participantes.
Desarrollo:	
	<p>Organización: Todos los jugadores del grupo se disponen en una hilera menos dos (los lanzadores), que se colocan a los lados y a una distancia de unos 5-10 metros de ellos (aprox.).</p> <p>Desarrollo: Los lanzadores disparan al resto de sus compañeros, que deben mantener siempre pegados al suelo los pies. Solo podrán evitar ser tocados fintando y esquivando el balón con el cuerpo. Los que sean tocados tres veces cambian su papel con el lanzador.</p>

Tabla N°27: Juegos tradicionales, pelota al blanco

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguer Sánchez

Juego N°11

Tema: Suelta el balón	
Objetivo:	Mejorar la velocidad en los pases, el desmarque y la defensa.
Materiales:	Un balón
Nº de participantes:	Dos equipos de tres a seis jugadores.
Desarrollo:	
	El equipo atacante realiza pases procurando que el balón no sea interceptado por los adversarios y que ningún jugador en posesión del balón sea tocado por el defensor. En tal caso, ese defensor intercambiará su papel con el atacante que cometió el fallo.

Tabla N°28: Juegos tradicionales, suelta el balón

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Juego N°12

Tema: Diez pases	
Objetivo:	Mejorar la velocidad en los pases.
Materiales:	Un balón
Nº de participantes:	Dos grupos de seis a ocho.
Desarrollo:	
	El equipo atacante realiza pases procurando que el balón no sea interceptado por los adversarios y que ningún jugador en posesión del balón sea tocado por el defensor. Cada vez que se haga un pase se contará en voz alta, hasta llegar a diez, una vez que se llegue es un punto para el equipo. Si se intercepta el pase se comienza a contar de nuevo.

Tabla N°29: Juegos tradicionales, diez pases

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Juego N°13

Tema: pelotas fuera	
Objetivo:	Desarrollo de la Resistencia, dominio espacial, habilidades básicas predeportivas: lanzar, recepcionar.
Materiales:	Un balones Cancha Conos
Nº de participantes:	Dos grupos
Desarrollo:	
	<p>Organización: Dos equipos, uno en cada campo, con balones.</p> <p>Desarrollo: Se hacen 2 equipos, cada uno de los equipos tiene un espacio de donde tiene que tirar todas las pelotas al campo contrario. El juego consiste en tener el número de balones en su campo al terminar el tiempo de juego.</p>

Tabla N°30: Juegos tradicionales, pelotas fuera

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Juego N°14

Tema: El bote	
Objetivo:	Entretenimiento.
Materiales:	Botella o lata de refrescos
Nº de participantes:	Gran grupo
Desarrollo:	
	<p>Organización: Para jugar al bote hay que trazar un círculo grande en el suelo. En el centro se pone el "bote" que será una lata o algo similar.</p> <p>Desarrollo: El que la liga se coloca dentro del círculo; los demás alrededor. Uno cualquiera pega un patadón lo más fuerte que puede y todos corren a esconderse, mientras el que le toca va por la lata y la vuelve a poner en el círculo. Una vez hecho empieza a buscar a los demás. Si ve a alguno los dos corren a ver quién llega primero al bote. Si primero llega el que la liga, dice el nombre del que ha visto, si es el otro debe darle una patada, y el que la liga debe colocar el bote en el círculo y comenzar a contar. Así hasta que pille a todos.</p>

Tabla N°31: El bote

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Juego N°15

Tema: los camioneros	
Objetivo:	Mejora de la Velocidad, Fuerza, Coordinación y Cooperación en grupo.
Materiales:	Colchoneta por grupo.
Nº de participantes	Grupos de siete
Desarrollo:	
	<p>Organización: Cada grupo con una colchoneta, un compañero sentado encima y detrás de la línea de salida.</p> <p>Desarrollo: A la señal, cada grupo debe transportar su "carga", sin arrastrar la colchoneta, hasta un punto intermedio, que previamente deberá ser marcado y volver al punto de salida.</p>

Tabla N°32: Los camioneros

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez.

Juego N°16

Tema: Carrera de cuerdas	
Objetivo:	Mejorar la flexibilidad en el salto.
Materiales:	Una cuerda para cada participante.
Nº de participantes	De 4 a 10
Desarrollo:	
	<p>Desarrollo del juego: Se trata de realizar un recorrido a mayor o menor velocidad saltando la cuerda cada una o dos zancadas. Cada vez se va acortando la cuerda para obligar a los saltadores a levantar más la pierna.</p> <p>Efectos del juego: Desarrollo de la amplitud de la zancada, desarrollo de la velocidad de desplazamiento, potenciación del tren inferior, aumento de la flexibilidad del tren inferior.</p>

Tabla N°33: Juegos tradicionales, carrera de cuerdas

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez.

Juego N°17

Tema: Quitarse el sombrero	
Objetivo:	Desarrollar la flexibilidad
Materiales:	Un sombrero o gorra para cada jugador.
Nº de participantes	Parejas
Desarrollo:	
	<p>Desarrollo del juego: La pareja se sienta frente a frente con las piernas estiradas y abiertas, cada uno con un sombrero sobre su cabeza. Se trata de intentar quitar el sombrero de la cabeza del contrario sin perder el propio.</p> <p>Efectos del juego: Desarrollo de la flexibilidad de la musculatura extensora del tronco, de la cadera y de los músculos abductores en las piernas. Potenciación de los músculos abdominales.</p> <p>Variantes: Igual, con una mano en la espalda.</p>

Tabla N°34: Quitarse el sombrero

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez.

Juego N°18

Tema: Carrera de cangrejos	
Objetivo:	Adoptar la flexibilidad en brazos y piernas
Materiales:	Cancha.
Nº de participantes	Individual o de 4 a 30
Desarrollo:	
	<p>Desarrollo del juego: Los alumnos se colocan en filas adoptando una posición de cangrejo (apoyados boca arriba en las manos y en los pies y manteniendo la cadera lo más alta posible).</p> <p>Se realizarán carreras de relevos.</p> <p>Efectos del juego: Musculatura estirada: Extensores del hombro</p> <p>Relevos:</p>

Tabla N°35: Carrera de cangrejos

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez.

Juego N°19

Tema: Carga pesada	
Objetivo:	Desarrollar la fuerza motriz al nivel apropiado a la edad del estudiante.
Materiales:	Cancha.
Nº de participantes	Grupos de tres
Desarrollo:	
	<p>Descripción del Juego: Se forman tríos colocándose uno de pie con un compañero sentado en los hombros y otro haciendo la carretilla. Realizar una carrera de relevos pasando los tres alumnos por las tres posiciones.</p> <p>Variantes: Inventar otras combinaciones. En grupos de 4, 5 ó 6 jugadores.</p> <p>Reglas: Todos deben pasar por las tres posiciones.</p>

Tabla N°36: Carga pesada
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez.

Juego N°20

Tema: Transporte de heridos	
Objetivo:	Desarrollar la fuerza motriz de forma global a través de diferentes juegos motrices.
Materiales:	Sin material
Nº de participantes	Grupos de 4 o 5
Desarrollo:	
	<p>Descripción del Juego: Se forman grupos de 5 alumnos. A la orden de salida cuatro de ellos trasladan al quinto por encima de la cabeza realizando un circuito establecido.</p> <p>Variantes: Transportar al herido de diversas maneras. Cambiando los recorridos a realizar.</p> <p>Reglas: Gana el equipo que antes transporte a sus cinco miembros.</p>

Tabla N°37: Transporte de heridos
Fuente: Investigación de campo
Elaborado por: Hólguez Sánchez.

FASE III

BENEFICIOS DE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS

EL JUEGO: Un asunto para tomar en serio

El niño y la niña, a través del juego fortalece el contacto con su familia, sus pares, su entorno físico y social, desarrolla habilidades y amplía los lazos sociales, y en general la capacidad intelectual, entendida como adaptación al entorno, va representando y recreando las normas, valores, comportamientos y actitudes que lo preparan para asumir la vida adulta.

El juego es un insumo básico en la construcción y fortalecimiento de los vínculos afectivos. En algunos casos los padres de familia no reconocen éste como una oportunidad para generar mejores condiciones la interior del hogar. El aprendizaje de los padres se convierte entonces en una prioridad, pues lo más probable es que ni siquiera sepan que son ellos quienes al jugar con sus hijos e hijas están aportando valores a su formación y que a través de éste los menores están recreando el mundo, ensayando formas de convivencia, proyectando normas, aprendiendo de su entorno y construyendo visiones de futuro que jalonarán su vida y podrán ser, en muchos casos, el motor que los lleve a construir nuevos entornos y modos de vida más armónicos y gratificantes que los que actualmente tienen.

Pero el juego no sólo es importante para el niño y la niña; muchos adultos que logran integrar en forma creativa y lúdica su mundo laboral y social, encuentran gran placer y satisfacción en sus actividades, realizando un juego continuo que nunca deja de ser parte de su personalidad. Muchos de los grandes científicos, artistas, creativos y empresarios tienen en común su gran capacidad para la actividad lúdica simbólica, último paso en la evolución del juego, lo que les permite innovar, crear y representar

situaciones hipotéticas que ensayan y transforman en realidades a partir de la lúdica.

Varios teóricos han analizado y señalado la importancia de la actividad lúdica en el desarrollo de los seres humanos; entre ellos tenemos a (PIAGET J; FREUD S, HUIZINGA J), quienes señalan: Jean Piaget considera el juego como elemento importante para potenciar la lógica y la racionalidad.

Los trabajos de Piaget valorizan el juego como instrumento de la evolución intelectual o del pensamiento, como instrumento de adaptación a la realidad natural y social.

En ese sentido, el juego es una forma poderosa que tiene la actividad constructiva del niño y la niña, pero adicionalmente es importante para la vida social.

(Sigmund, 1995), padre del Psicoanálisis, argumenta que el juego permite la sublimación de contenidos inconscientes, depositarios principalmente de la imposibilidad del cumplimiento de deseos sexuales, lo que conlleva un reconocimiento del niño como ser sexual y sexuado, y del juego como la forma de expresión de aquello que para la cultura es imposible.

Es decir, que a través del juego se posibilita entre otras cosas, el acceso al inconsciente, y la sublimación, como la forma de dar a esos impulsos y contenidos inconscientes, un cauce de manifestación conscientes, a través de los medios culturales con que cuenta, en el que parte de sus elementos fundamentales son la creatividad y la libertad, fundamentales para el desarrollo de la civilización. <https://saray211081.wordpress.com/la-ludica/>

Ejemplos a cerca de los beneficios del juego

Para la Corporación Día del Niño, a partir de su experiencia en la asesoría técnica y operativa del Plan de la Celebración del Día de la Niñez y la Recreación, desde el año 1999 y el programa Ludotecas NAVES desde el año 2000, el juego desarrollado de una manera adecuada genera beneficios en diferentes etapas del desarrollo humano, que en términos generales son:

- Favorece la catarsis
- Desarrolla la creatividad
- Es indispensable para la socialización del niño o niña
- Desarrolla y favorece la comunicación
- Genera reflexión
- Colabora con la solución de problemas
- Favorece el aprendizaje
- Permite el descubrimiento del cuerpo
- Desarrolla el pensamiento creativo
- Desarrolla la psicomotricidad
- Desarrolla el vocabulario
- Media la realidad
- Posibilita el desarrollo moral
- Desarrolla destrezas mentales
- Desarrolla destrezas físicas
- Produce confianza en sí mismo y en sus capacidades
- Permite el intercambio generacional
- Propicia la horizontalidad de las relaciones
- Desarrolla la imaginación

6.7.-METODOLOGIA. MODELO OPERATIVO

TEMA: Diseñar un programa de actividades lúdicas para inculcar la cultura deportiva en los estudiantes de la escuela “27 de febrero”, del cantón Ambato provincia de Tungurahua.

Modelo Operativo

Tabla N°38: Modelo Operativo

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	RESPONSABLES	TIEMPO
Diseñar un programa de actividades lúdicas para inculcar la cultura deportiva en los niños de la Escuela “27 de Febrero”, cantón Ambato, Provincia del Tungurahua.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realización de diversidad de juegos pre deportivos. 2. Incentivar a los niños a la práctica de los juegos tradicionales. 	Desarrollar juegos pre deportivos y tradicionales para ayudar a los niños a descubrir sus habilidades físicas	Se cuenta con una guía de actividades lúdicas para el desarrollo de las actividades de los niños, fomentando la cultura deportiva. Serán necesario de la misma manera la utilización de distintos materiales deportivos, balones conos, cuerdas, patio.	Investigador. Área de Cultura Física. Autoridades del plantel. Niños de la escuela “27 de Febrero”	Se desarrollara según lo indicado por el Área de Cultura Física.

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

Plan de Acción

Tabla N°39: Plan de Acción

FASES	METAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
Concientización de los resultados de la investigación.	Hasta el 22 de Febrero del 2014 se socializara el 100% de la propuesta en la Escuela "27 de Febrero" para conocer los resultados de la investigación.	Organizar el esquema de concientización. Reunir a las autoridades del plantel y Área de Cultura Física.	Computador Proyector Documentos de apoyo Circulares de convocatoria.	Se desarrollara según lo indicado por el Área de Cultura Física.
Planificación de la propuesta	Hasta el 12 de Febrero del 2014	Analizar los resultados. Construir la propuesta. Presentar a las autoridades del plantel y Área de Cultura Física.	Equipo de computación Materiales de oficina.	Se realizara de acuerdo a lo días de cultura física dentro de la institución
Ejecución de la propuesta	En el año lectivo 2013-2014 se ejecutara la propuesta en el 100%	Poner en marcha la propuesta de acuerdo a las fases programadas.	Materiales deportivos, conos, balones, cuerdas, pito, patio, infraestructura de la institución.	Se lo realizara en las horas de cultura física y tiempo libre.
Evaluación de la propuesta	La propuesta será evaluada permanentemente.	Capacitar a las autoridades del plantel y Área de Cultura Física Elaborar informes sobre el aprendizaje del estudiante.	Fichas de observación.	De acuerdo al cronograma del área de cultura física para las diferentes reuniones

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

6.8 ADMINISTRACION DE LA PROPUESTA

Tabla N°40: Administración de la propuesta

ORGANISMO	RESPONSABLES	FASES DE RESPONSABILIDAD
Equipo de gestión de la Institución Educativa “27 de Febrero”	Autoridades del plantel Área de Cultura Física de la Institución Educativa “27 de Febrero”	Organización del proceso de investigación.
Equipo de trabajo Trabajo con los niños de sexto y séptimo de básica	Investigador. Sr. Hólguer Sánchez	Diagnostico situacional. Discusión y aprobación. Programación operativa. Ejecución del proyecto.

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguer Sánchez

Recursos humanos

Tabla N°41: Recursos Humanos

RECURSOS HUMANOS	Nº
Niños de sexto y séptimo de básica	30
DOCENTES DEL PLANTEL Directora Lic. Mariana Pintado Lic. Mariana Chico Lic. Cecilia Gaviláñez Lic. Nancy López Lic. Ángela Raza Lic. Isabel Raza Lic. Julia Salamea Profesor de Cultura Física Lic. Martha Villota	8
INVESTIGADOR: Sr. Hólguer Sánchez	1
RECURSOS ECONOMICOS Todos los gastos requeridos para el desarrollo del presente trabajo investigativo correrán a cargo del investigador.	

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguer Sánchez

Gastos

Tabla N°42: Gastos

DETALLES	VALOR
Elaboración de la tesis	\$645
Defensa de la tesis	\$200
Material didáctico de enseñanza	\$100
Gastos varios	\$150
Total gastos	\$1095

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguer Sánchez

6.9. PLAN DE MONITOREO Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

Tabla N°43: Plan de monitoreo y evaluación de la propuesta

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
¿Quiénes solicitan evaluar?	Interesados en la evaluación. Equipo de gestión Equipo de proyecto(micro proyecto)
¿Por qué evaluar?	Razones que justifican la evaluación. Sobre el desarrollo de las actividades lúdicas de los estudiantes de sexto y séptimo de básica ...
¿Para qué evaluar?	Objetivos del plan de acción. Buscar el mejoramiento de la cultura deportiva de los niños de la escuela “27 de Febrero”
¿Qué evaluar?	Aspectos a ser evaluados. El desarrollo de las habilidades y psicomotricidad.
¿Quién evalúa?	Personal encargado de evaluar. Área de Cultura Física.
¿Cuándo evaluar?	En periodos determinados de la propuesta. Al comienzo de clase y al final de las mismas.
¿Cómo evaluar?	Proceso metodológico. Mediante observación. Entrevistas, evaluaciones de lo aprendido.
¿Con que evaluar?	Recursos Registro, cuestionarios

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Hólguez Sánchez

C.- MATERIALES DE REFERENCIA

Bibliografía

ASAMBLEA. (29 julio 2010). Ley de cultura física deporte y recreación. Quito.

Autores, C. d. (1981). Pedagogía. Habana: Libros para la educación.

BLANCO Wendy; MCS Doris; COLMENARES. (Noviembre 2010). Las actividades lúdicas y su importancia en los niños y niñas de educación inicial. Maracaibo.

CHEVALIER, C. (s.f.). El ocio. El tiempo libre.

DALINOV, M., & SKATKIN, M. (1981). La clase, forma fundamental del proceso docente educativo. Habana: Libros para Educación.

Dr. COOPER, K. H. (1968). Beneficios de la actividad física. EEUU.

Dragonfly. (14 de Marzo de 2006). Blogspot. Obtenido de Blogspot: <http://actividadesritmicas.blogspot.com/>

FONSECA, V. D. (2006). La motricidad. INDE.

GOMES; ELIZALDE. (2011). OCIO. Brasil: Horizontes.

HERNÁNDEZ, J. (1994). Fundamentos del Deporte. Barcelona: INDE.

HURLOCK, E. (2000). Desarrollo del niño. Caracas, Venezuela.

JIMENEZ. (2002). Actividad lúdica. España.

JUVENAL, D. J. (siglo I y II). Poeta Romano. Roma: Sátiras.

MATOS, R. (2002). Juegos musicales como recursos pedagógicos en el preescolar. Yudupel.

MOCKUS, A. (1984). Filosofía. Bogotá.

MONTAIGNE, M. E. (2000). Filosofía. Francés.

OMENACA, R., & RUIZ, J. (2005). Juegos cooperativos y educación física. Barcelona: M. Gráfico.

PIAGET J; FREUD S, HUIZINGA J. (s.f.). El juego en educación infantil. Saray 211081.

PILA, A. (1985). Educación Física. Madrid: Toleda.

RUIZ, A., & A, L. (1989). Metodología de la Enseñanza de la Educación Física. Habana: Pueblo y Educación.

RUIZ, J. F. (2003). Los juegos en la motricidad infantil. Málaga: INDE.

RUIZ; A 1989. (s.f.). Historia del Deporte.

Sigmund, F. (1995). Psicoanálisis . Checoslovaquia.

TRIBO, P. (s.f.). Diccionario .

WIKIPEDIA. (2010). Educación cuantitativa. España:
http://es.wikipedia.org/wiki/Investigaci%C3%B3n_cuantitativa.

WEBGRAFÍA:

- <http://www.efdeportes.com/efd50/claseef.htm>
- <http://www.ecured.cu/index.php/Motricidad>
- <https://saray211081.wordpress.com/la-ludica/>
- http://es.wikipedia.org/wiki/Investigaci%C3%B3n_cuantitativa.
- <http://actividadesritmicas.blogspot.com/>

4.4 ANEXOS

ANEXO 1

**UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA
LICENCIATURA EN CULTURA FISICA**

ENCUESTA A DOCENTES Y PADRES DE FAMILIA

Encuesta dirigida a los docentes que pertenecen a la escuela "27 de Febrero" de la provincia de Tungurahua del cantón Ambato.

Objetivo.- conocer la opinión de los docentes de la escuela "27 de Febrero" sobre el desarrollo de las actividades lúdicas y su incidencia en la cultura deportiva.

PONGA UNA **X** A LO QUE USTED CREA CONVENIENTE SEGÚN LA PREGUNTA PLANTEADA A CONTINUACIÓN.

CUESTIONARIO DE PREGUNTAS

Pregunta N°1

¿Considera usted que caminar, correr, saltar, trepar desarrolla las habilidades físicas en el niño?

SI.....

NO.....

Pregunta N°2

¿Cree usted que es importante la motricidad en los niños de 9 a 12 años?

SI.....

NO.....

Pregunta N°3

¿Considera usted que la recreación, los juegos, ayuda al desarrollo motriz de los niños?

SI.....

NO.....

Pregunta N°4

¿Piensa usted que la autoestima de los niños sube con la actividad física?

SI.....

NO.....

Pregunta N°5

¿Cree usted que la vida social del niño va a ser más positiva cuando juegue?

SI.....

NO.....

Pregunta N°6

¿Cree usted que es importante el juego, el baile, el deporte, la recreación para el niño?

SI.....

NO.....

Pregunta N°7

¿Piensa usted que el realizar una actividad física moderada y con regularidad produce en el niño una vida saludable?

SI.....

NO.....

Pregunta N°8

¿Cree usted que la obesidad, la diabetes en los niños se puede evitar con una actividad física?

SI.....

NO.....

Pregunta N°9

¿Considera usted un buen hábito en el niño la práctica deportiva?

SI.....

NO.....

Pregunta N°10

¿Considera usted que el niño mejora su calidad de vida al integrarse a la sociedad?

SI.....

NO.....

GRACIAS POR SU COLABORACION

FOTOGRAFIAS

**Escuela 27 de Febrero perteneciente al Caserío Santa Cruz Parroquia
Picaihua Cantón Ambato, Provincia de Tungurahua**

Fotografía N^o: 1



Niños de sexto y séptimo Año de Educación Básica de la Institución.

Fotografía N^o: 2



Actividades de ejercicios grupales “Entrada en Calor” llevada a cabo por el Sr. Hòlguer Sánchez

Fotografía N°: 3



Calentamiento previo al trabajo lúdico, coordinación en movimientos

Fotografía N°: 4



Caminata recreativa.

Fotografía N°: 5



Recreación “Conociendo el entorno medio ambiente”

Fotografía N°: 6



Actividad lúdica con balón
Iniciación al fútbol
Fotografía N^o: 7



Actividad lúdica Juego el torito forma de integrar al grupo en base a su dinámica de reacción.

Fotografía N^o: 8



Formación en columnas de a dos en base a su estatura y distancia

Fotografía N°: 9



Actividad lúdica

Iniciación al Voleibol

Fotografía N°: 10



**Empleando las base fundamentales de iniciar el juego de voleibol en
base al golpe del balón**

Fotografía N°: 11



**Actividad lúdica
Iniciación al Baloncesto**

Fotografía N°: 12



Actividades de Ocio y Recreación Conociendo la parte emocional y afectiva del niño en base a su cultura en deporte y actividad

Fotografía N°: 13



Fomentando el tiempo de recreación en base a juegos durante su tiempo libre.

Fotografía N°: 14



