



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA
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:

**“LOS JUEGOS RECREATIVOS Y SU INFLUENCIA EN LAS
HABILIDADES Y DESTREZAS DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE
EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA LUIS GODÍN DE LA
PARROQUIA DE YARUQUÍ, CANTÓN QUITO, PROVINCIA DE
PICHINCHA”.**

AUTOR: Javier Darío Jumbo Proaño.

TUTOR: Lcdo. Mg. Milton Eduardo López López

Ambato – Ecuador

2015

**APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O
TITULACIÓN**

CERTIFICA:

Yo, Lcdo. Mg. Milton Eduardo López López con C.C: en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LOS JUEGOS RECREATIVOS Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES Y DESTREZAS DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA LUIS GODÍN DE LA PARROQUIA DE YARUQUÍ, CANTÓN QUITO, PROVINCIA DE PICHINCHA”**, desarrollado por el egresado Jumbo Proaño Javier Darío, considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación de mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por H. Consejo Directivo.



.....
TUTOR

Lcdo. Mg. Milton Eduardo López López

C.C: 180338224-9

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, quien basado en los estudios realizados durante la carrera, investigación, científica, revisión documental y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios vertidos en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.



.....

Jumbo Proaño Javier Darío

C.C:171779992-6

AUTOR

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema **“LOS JUEGOS RECREATIVOS Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES Y DESTREZAS DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA LUIS GODÍN DE LA PARROQUIA DE YARUQUÍ, CANTÓN QUITO, PROVINCIA DE PICHINCHA”**, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.



.....

Jumbo Proaño Javier Darío

C.C: 171779992-6

AUTOR



**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LOS JUEGOS RECREATIVOS Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES Y DESTREZAS DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA LUIS GODÍN DE LA PARROQUIA DE YARUQUÍ, CANTÓN QUITO, PROVINCIA DE PICHINCHA”**, presentado por el Sr. Jumbo Proaño Javier Darío, egresado de la Carrera de Cultura Física promoción: Septiembre 2012 – Febrero 2013, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

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

LA COMISIÓN

LA COMISION



.....
Lcdo. Mg. José Garcés Mosquera.
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

.....
Lcdo. Mg. Víctor Amable Mallqui Quisintuña
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

AGRADECIMIENTO

Con todo mi cariño deseo agradecer por todo el esfuerzo y cariño a mis padres, quienes con su apoyo incondicional hicieron posible que hoy culmine mi carrera de la mejor manera, en especial quiero agradecer a Dios por las infinitas bendiciones, de igual forma deseo hacer llegar un agradecimiento muy sincero y especial a mis maestros, quienes con su vasto conocimiento aportaron a mi formación tanto a nivel profesional y humano.

A la Universidad Técnica de Ambato, todos nuestros queridos maestros con los cuales he compartido sus acertados conocimientos.

Con afecto, respeto y cariño a la institución educativa “Luis Godín” por permitirme ingresar a su institución, para realizar mi investigación.

Al Lcdo. Mg. Milton López Tutor de Tesis quien con su paciencia y tiempo supo compartir sus enseñanzas para lograr el éxito deseado, en el presente trabajo.

DEDICATORIA

Como muestra de agradecimiento y eterno cariño deseo dedicar esta ardua labor en primer lugar a Dios, por ser la fuente de infinitas bendiciones, de igual manera dedico este presente trabajo a mis padres, quienes con su arduo labor y amor incondicional me permitieron continuar mi carrera pero sobre todo el aprender que en esta vida solo se llega a la meta si se posee la voluntad y amor por la actividad que se realiza.

ÍNDICE GENERAL

A.- PÁGINAS PRELIMINARES

Portada	i
Aprobación del tutor del trabajo de graduación o titulación.....	ii
Autoría de la investigación	iii
Cesión de derechos de autor.....	iv
Al consejo directivo de la facultad de ciencias humanas y de la educación	v
Agradecimiento	vi
Dedicatoria	vii
Índice general	viii
Índice de cuadros	xi
Índice de gráficos	xii
Resumen ejecutivo	xiii

B.- TEXTO

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. Tema.....	3
1.2. Planteamiento del problema.	3
1.2.1. Contextualización.	3
1.2.2. Análisis crítico.	6
1.2.3. Prognosis.....	6
1.2.4. Formulación del problema.....	7
1.2.5. Preguntas directrices.	7
1.2.6. Delimitación del problema.....	7
1.3. Justificación.....	8
1.4. Objetivos	9
1.4.1. Objetivo general.....	9
1.4.2. Objetivos específicos.	9

CAPITULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes investigativos	10
2.2. Fundamentación filosófica	12
2.3. Fundamentación legal.....	12
2.4. Categorías fundamentales.....	14
2.4.1. Fundamentación teórica variable independiente	17
2.5. Hipótesis	50
2.6. Señalamiento de variables	50

CAPITULO III
METODOLOGÍA

3.1 Enfoque de la investigación.	51
3.2. Modalidad básica de la investigación.....	51
3.3 Nivel o tipo de investigación.....	52
3.4. Población y muestra	52
3.5. Operacionalización de las variables	53
3.6 Recolección de información	55
3.7 Procesamiento y análisis.....	55

CAPITULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Encuesta aplicada a los estudiantes	56
4.2. Encuesta aplicada a los docentes	66
4.3. Verificación de la hipótesis	76

CAPITULO V
RECOMENDACIONES Y CONCLUSIONES

5.1. Conclusiones	79
5.2. Recomendaciones	80

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

6.1. Datos informativos	81
6.2. Antecedentes de la propuesta	81
6.3. Justificación.....	82
6.4. Objetivos	84
6.4.1. General.....	84
6.4.2. Específicos:.....	84
6.5. Análisis de factibilidad	85
6.6. Fundamentación científico – técnica.	86
6.7. Modelo operativo	91
6.8. Administración de la propuesta	92
6.9. Previsión y evaluación de la propuesta	93
Manual práctico	94

C.- MATERIALES DE REFERENCIA

BIBLIOGRAFÍA	157
Anexo N.-1	160
Anexo N.- 2	162

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N. 1 Población y muestra	52
Cuadro N. 2 Operacionalización variable independiente	53
Cuadro N. 3 Operacionalización variable dependiente	54
Cuadro N. 4 Recolección de la información.....	55
Cuadro N. 5 Juegos recreativos	56
Cuadro N. 6 Ambiente de aprendizaje.....	57
Cuadro N. 7 Interés en clases.....	58
Cuadro N. 8 Motivación en clases	59
Cuadro N. 9 Desarrollo físico e intelectual.....	60
Cuadro N. 10 Desarrollo motriz	61
Cuadro N. 11 Habilidades y destrezas	62
Cuadro N. 12 Aprendizajes con valor significativo.....	63
Cuadro N. 13 Beneficios de la cultura física	64
Cuadro N. 14 Juegos y actividades recreativas.....	65
Cuadro N. 15 Juegos recreativos	66
Cuadro N. 16 Ambiente escolar.....	67
Cuadro N. 17 Motivación en clases	68
Cuadro N. 18 Estimulación escolar	69
Cuadro N. 19 Implementos educativos.....	70
Cuadro N. 20 Aprendizajes significativos	71
Cuadro N. 21 Nuevas habilidades.....	72
Cuadro N. 22 Aprendizajes con valor significativo.....	73
Cuadro N. 23 Bienestar escolar	74
Cuadro N. 24 Juegos y actividades recreativas.....	75
Cuadro N. 25 Verificación de la hipótesis	76
Cuadro N. 26 Datos obtenidos de la investigación.....	77
Cuadro N. 27 Cálculo Chi – cuadrado.....	77
Cuadro N. 28 Modelo operativo	91
Cuadro N. 29 Previsión y evaluación de la propuesta	93

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N. 1 Árbol de problemas	5
Gráfico N. 2 Categorías fundamentales	14
Gráfico N. 3 Constelación de idea	15
Gráfico N. 4 Constelación de ideas variable dependiente.....	16
Gráfico N. 5 Juegos recreativos	56
Gráfico N. 6 Ambiente de aprendizaje.....	57
Gráfico N. 7 Interés en clases.....	58
Gráfico N. 8 Motivación en clases	59
Gráfico N. 9 Desarrollo físico e intelectual.....	60
Gráfico N. 10 Desarrollo Motriz.....	61
Gráfico N. 11 Habilidades y destrezas	62
Gráfico N. 12 Aprendizajes con valor significativo.....	63
Gráfico N. 13 Beneficios de la cultura física	64
Gráfico N. 14 Juegos y actividades recreativas.....	65
Gráfico N. 15 Juegos recreativos	66
Gráfico N. 16 Ambiente escolar.....	67
Gráfico N. 17 Motivación en clases	68
Gráfico N. 18 Estimulación escolar	69
Gráfico N. 19 Implementos educativos.....	70
Gráfico N. 20 Aprendizajes significativos	71
Gráfico N. 21 Nuevas habilidades.....	72
Gráfico N. 22 Aprendizajes con valor significativo.....	73
Gráfico N. 23 Bienestar escolar	74
Gráfico N. 24 Juegos y actividades recreativas.....	75
Gráfico N. 25 Campana de Gauss	78

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

TEMA: “LOS JUEGOS RECREATIVOS Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES Y DESTREZAS DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA LUIS GODÍN DE LA PARROQUIA DE YARUQUÍ, CANTÓN QUITO, PROVINCIA DE PICHINCHA”.

AUTOR: Jumbo Proaño Javier Darío.

TUTOR: Lcdo. Mg. Milton Eduardo López López.

RESUMEN

En la necesidad primordial de proponer e investigar las dificultades e inconvenientes por las cuales atraviesan los miembros de una sociedad educativa, y como requisito principal de la formación profesional, se determina realizar la investigación sobre el tema: “Los juegos recreativos y su influencia en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de educación básica de la Escuela Luis Godín de la Parroquia de Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha”, el cual a través de un minucioso análisis e intervención del investigador al contexto donde se establece dicha dificultad, se determinó su existencia. Una vez conocido el conflicto, se establece especificar su presencia y alcance en niveles que permitan inferir su verdadera influencia en el campo escolar, por ello se describe en los niveles macro, meso y micro. Concluido el proceso indagatorio sobre los efectos en los diferentes contextos se trazan los objetivos de la investigación, los mismos que guiaron durante todo su desarrollo la labor investigativa; de igual forma se realiza la respectiva fundamentación en base a anteriores investigaciones, fundamentos filosóficos y científico – teóricos, otorgando aspectos creíbles y concretos al presente informe. Al encontrarse frente a una situación educativa y los problemas que por los cuales atraviesa y de acuerdo a las sugerencias inquisitorias, se plantea solicitar la participación de estudiantes y maestros pertenecientes al centro

educativo anteriormente mencionado, especificando de esta manera la unidad de observación en este caso 60 unidades, posteriormente junto a la Operacionalización de las variables se detallan los instrumentos de recolección de la información a emplearse. Finalizado la implementación de los recursos para obtener la información esencial, los datos adquiridos de esta fase se esquematizan en gráficos y cuadros estadísticos facilitando una visualización clara de los resultados. Permitiendo proponer una tentativa de solución.

Palabras claves: Juegos recreativos, aprendizaje, desarrollo motriz, habilidades y destrezas, coordinación, resistencia, recreación, juego, integración, motivación.

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

TEMA: “LOS JUEGOS RECREATIVOS Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES Y DESTREZAS DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA LUIS GODÍN DE LA PARROQUIA DE YARUQUÍ, CANTÓN QUITO, PROVINCIA DE PICHINCHA”.

AUTOR: Jumbo Proaño Javier Darío.

TUTOR: Lcdo. Mg. Milton Eduardo López López.

SUMMARY

In the primordial need to propose and investigate the difficulties and drawbacks which are facing members of a learning society, and the main requirement of vocational training, it is determined to perform research on the topic: "The recreational and games influence in the skills and abilities of the children in the fifth year of basic education "Luis Godín School". Parish of Yaruquí, Canton Quito, Pichincha Province ", which through careful analysis and intervention research context which states that difficulty Its existence was determined. Once you know the conflict is established specify its presence and reach levels that allow infer their real influence on campus, so described in the macro and micro. Concluded the investigative process on the effects in different contexts research objectives are drawn, guiding them throughout their development research work; likewise the respective reasoning is done based on previous research, philosophical and scientific foundations - theoretical, providing credible and concrete aspects to report. When would find against an educational situation and the problems for which crosses and according to the inquisitorial suggestions arises request the participation of students and teachers belonging to the aforementioned school, thus specifying the unit of observation in this case 60 units, then with the operationalization of the variables collection instruments detailed information employed. Completed the implementation of resources for essential information, the data acquired in this phase are outlined in graphics and statistical tables providing a clear view of the results. Allowing to propose a tentative solution.

Keywords: Play recreacional, learning, development, driving, skills, and abilities, coodination, strength,recreation, play, integration,motivation.

INTRODUCCIÓN

Como búsqueda primordial de aportar a la transformación de los procesos de enseñanza aprendizaje, el tema: “Los juegos recreativos y su influencia en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de educación básica de la Escuela Luis Godín de la Parroquia de Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha” desarrollado por el investigador, inicia como un tentativa de resolver y proponer a los docentes herramientas y recursos para favorecer el desarrollo de nuevas habilidades y destreza en los estudiantes.

Este proceso que a continuación se presenta se establece los distintos capítulos que conforman el presente informe, capítulos en los cuales se podrá visualizar las etapas y consignas por la cual el problema de investigación ha travesado.

Capítulo I: Que hace referencia a la mención del tema a investigarse, sus niveles y alcances en el campo de la educación, de igual forma se detalla de manera meticulosa, el análisis crítico, prognosis, delimitación del problema, justificación y posteriormente lo objetivos tanto general como específicos, mismos que guiaron durante todo su trayecto la presente labor.

Capítulo II: Apartado que especifica el marco teórico, los antecedentes de investigación, la fundamentación filosófica, legal y científico – técnica, brindando de esta forma características sólidas y veraces a la investigación, de igual forma se proyecta la hipótesis referente al tema investigado y el respectivo señalamiento de su variables de estudio.

Capítulo III: Capítulo de la metodología empleada en el proceso indagatorio, su enfoque, propósito, las unidades de observación participes, modalidad, niveles y la población participante de la ejecución del trabajo investigativo, posteriormente en esta sección se realiza la Operacionalización de las variables en cuya estructura se establecen los instrumentos de recolección de la información a implementarse, respectivamente con los procesos a seguir al organizar la información.

Capítulo IV: En el que se procesa y organiza toda la información adquirida, de igual forma para la visualización de los espacios y alcances de los datos, los mismos se encuentran detallados en cuadros y gráficos estadísticos, favoreciendo en este aspecto una concepción concreta de las opiniones y puntos de vista de los participantes de la investigación, cabe mencionar que en este capítulo se realiza la comprobación de la hipótesis que guía el objetivo de la indagación.

Capítulo V: En este apartado se establecen las conclusiones y recomendaciones a las que el investigador ha llegado al realizar el respectivo análisis e interpretación de los datos alcanzados al ejecutar los instrumentos de recolección de la información.

Capítulo VI: Capítulo con el cual se concluye los procesos inquisitorios, en este apartado se encuentra la propuesta de solución al problema identificado, es decir los datos informativos, antecedentes, justificación, objetivos, factibilidad con la que cuenta y los fundamentos científicos – teóricos; en esta sección se diseña el modelo operativo a seguir en la implementación aspirada de la propuesta, su administración y finalmente previsión de la evaluación de la propuesta. Es importante manifestar que en este apartado se localiza el manual con el cual se busca solucionar o disminuir la influencia del problema en el contexto escolar.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. TEMA DE INVESTIGACIÓN.

“Los juegos recreativos y su influencia en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica de la Escuela Luis Godín de la Parroquia Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.”

1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

1.2.1. Contextualización.

En el Ecuador al igual que en los países aledaños al mismo, se ha implementado programas, recursos e infraestructura que busca incentivar a niños, jóvenes y adultos a participar de juegos recreativos que permitan llevar un estilo de vida saludable lejos de problemas y enfermedades que afectan al ser humano al llevar un estilo de vida sedentaria.

A pesar de los esfuerzos de los ministerios responsables de inculcar el hábito de realizar juegos recreativos en las horas libres que disponen los estudiantes, es pertinente señalar que dichas actividades no se realizan debido a que los estudiantes prefieren realizar actividades ajenas a las que se espera sean realizadas por los mismos, actualmente se ha registrado que los educandos invierten la mayoría de su tiempo en el uso de las TICS entre ellas el uso masivo de las redes sociales y los juegos en línea.

Actividades como el sedentarismo y dependencia de las TIC'S son factores que establecen los índices alarmantes de enfermedades cardíacas y obesidad en el Ecuador, sin embargo a pesar de esta realidad niños, jóvenes y adultos pasan por alto un tema de vital interés como es la propia salud, razón que ha motivado al gobierno actual implementar medidas y alternativas que impidan el sedentarismo.

En la Provincia de Pichincha al igual que en las diferentes provincias del país, se han implementado programas que buscan incentivar a niños y adultos a participar en actividades que beneficien su salud entre estos programas se encuentran: “Quito Activo”, “60 y Piquito” además de otros, la finalidad según las autoridades competentes de estos programas es motivar a los niños y adultos a no depender y emplear de su tiempo libre al uso excesivo de las TICS, sin embargo cabe recalcar que en la actualidad la tecnología y sus avances han hecho casi vital y a la vez casi imposible no emplearlas en las actividades diarias.

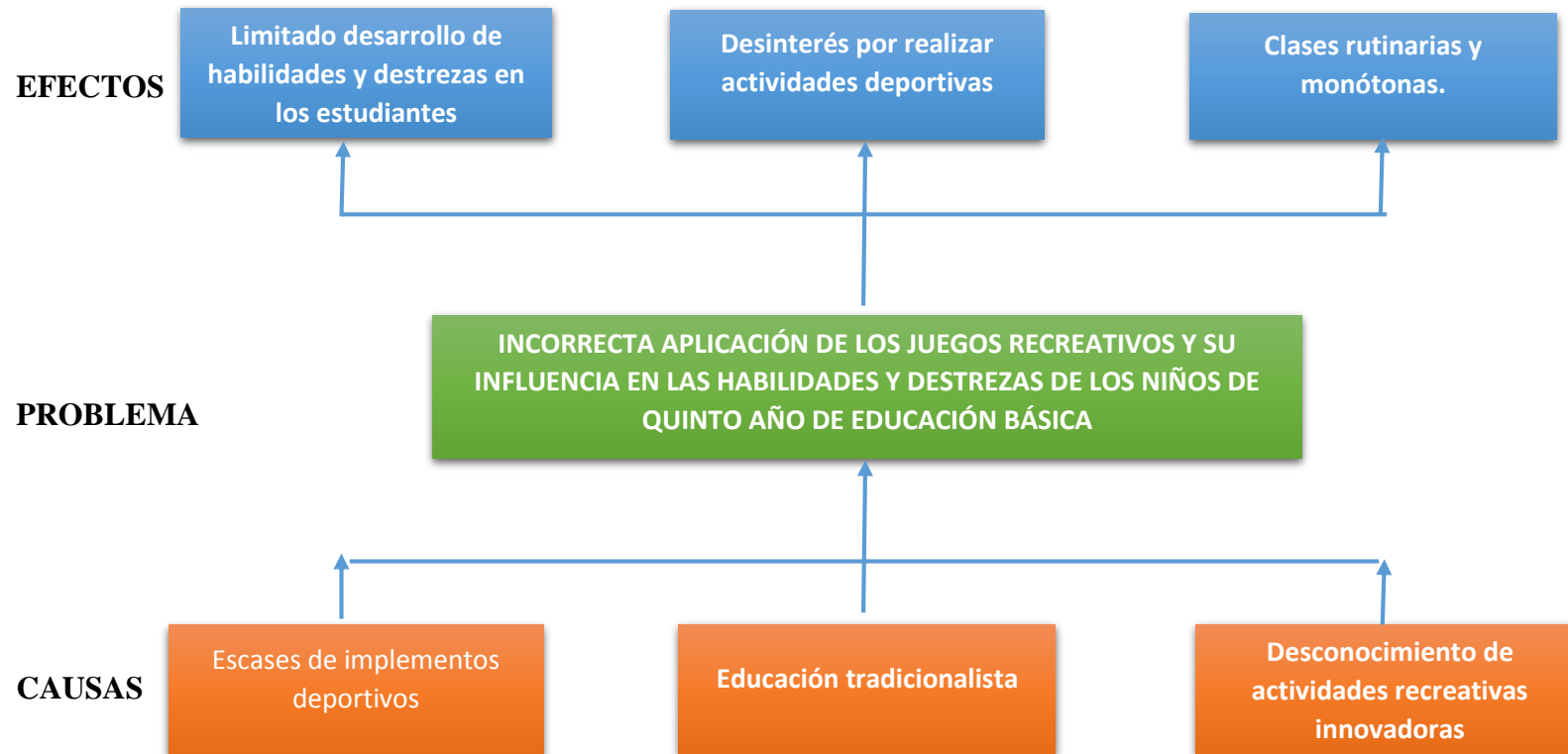
Un estudio realizado en la Provincia de Pichincha establece que existe un porcentaje considerable en relación con la obesidad en niños desde los 6 años en adelante, la incorrecta alimentación, poca actividad física y el uso excesivo de las TICS estipulan que en la actualidad niños y adultos presenten enfermedades cardíacas muy a menudo.

En la Escuela Luis Godín mediante una observación realizada en la institución se pudo comprobar la existencia de un déficit de estrategias que permitan la correcta aplicación de los juegos recreativos, al igual que los escasos recursos para su ejecución, dando como resultado que en las horas de clases de cultura física exista desorden y poco interés por parte de los estudiantes siendo muy difícil controlar e inculcar los nuevos conocimientos que se desean transmitir.

De la misma manera se comprobó que los estudiantes presentan insuficiente interés en realizar las actividades encomendadas por su docente, está claro que las actividades que se llevan a cabo no son de su interés, afectando la labor desempeñada por el docente y a la vez su desarrollo, acciones como estas determinan el nivel tan bajo de actividad física realizada por los estudiantes dentro y fuera de las horas de clase.

ÁRBOL DE PROBLEMAS

Gráfico N. 1 Árbol de problemas



Elaborado por: Jumbo Proaño Javier Darío.

1.2.2. Análisis crítico.

Los escasos implementos deportivos dentro de una institución educativa es quizá el factor determinante que establece los tan bajos índices de interés por participar en las actividades recreativas por parte de los estudiantes, al existir un déficit de recursos que motiven e inciten a la práctica y gusto de actividades deportivas muchas de las habilidades y destrezas que se buscan desarrollar en los educandos no cumplen con las aspiraciones planteadas.

Dentro de los paradigmas educativos más importantes se destacó la aplicación del paradigma tradicionalista, el mismo que permitió establecer e implementar muchas de las metodologías y estrategias que actualmente se emplean en el proceso de enseñanza aprendizaje, a pesar de sus aportaciones cabe señalar sus deficiencias entre ellas la escases de estrategias que motiven al estudiante a participar en su preparación en especial el interés por realizar actividades recreativas que beneficien su condición física y desempeño académico.

El desconocimiento de actividades recreativas innovadoras para fomentar el interés por realizar actividades físicas que beneficien el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes es tal vez el punto más relevante e importante que afecta la preparación física y académica de los educandos, a pesar de esta realidad existen grupos profesionales que se niegan a buscar e implementar nuevas estrategias al momento de impartir una clase manteniendo una actitud negativa frente a este problema que afecta de manera significativa el correcto desarrollo de los estudiantes.

1.2.3. Prognosis.

Si no se realiza el presente proyecto de investigación los estudiantes al igual que los docentes mantendrán una actitud desinteresada frente a las actividades recreativas, dando como resultado que el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes no se cumplan de manera correcta, teniendo efectos aún mayores ya que al existir un nivel bajo de motivación e interés por parte de los estudiantes la misma afectará su desempeño físico y académico.

Si persiste el problema se conocerá de manera clara y concisa los efectos negativos en el campo educativo de aprendizaje; el niño tendrá una deficiente coordinación corporal la que le permita limitarse a realizar un deporte determinado para su desarrollo integral por lo que al realizarse la presente, se busca solucionar o disminuir dichos problemas y esto a su vez permita desarrollar nuevas habilidades y destrezas en los educandos.

1.2.4. Formulación del problema.

¿De qué manera influyen los juegos recreativos en las habilidades y destrezas de los estudiantes del quinto año de Educación Básica de la Escuela Luis Godín?

1.2.5. Preguntas directrices.

¿Cuáles son los principales beneficios de aplicar los juegos recreativos en los niños de quinto año de Educación Básica?

¿En qué consisten las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de educación básica?

¿Existen proyectos que permitan aplicar los juegos recreativos en beneficio de las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica?

1.2.6. Delimitación del problema.

Delimitación espacial:

Área: Cultura Física.

Campo: Educativo.

Aspecto: Juegos recreativos – Destrezas y habilidades.

Unidad de observación: 5 docentes y 55 estudiantes de quinto año de Educación Básica.

Delimitación temporal:

Este problema será estudiado en el período lectivo 2014 – 2015.

1.3. JUSTIFICACIÓN

El presente proyecto investigativo está basado en el análisis sobre el tema de los juegos recreativos y la influencia de la misma en las habilidades y destrezas en los niños de quinto año de la Escuela Luis Godín, razón por la cual se justifica el presente proyecto investigativo de la siguiente manera.

La presente investigación es original ya que mediante la indagación de la realidad de los estudiantes y docentes ha permitido establecer las posibles estrategias, recursos, y técnicas innovadoras de solución al problema, las mismas que permitan desarrollar en los estudiantes habilidades y destrezas significativas, manteniendo una motivación e interés activos.

El interés que posee el trabajo investigativo se encuentra en su estructura ya sea por el vasto aporte bibliográfico que fundamenta la labor investigativa, la misma que permite conocer de manera más profunda las implicaciones y beneficios que posee el aplicar los juegos recreativos en los estudiantes, además el presente trabajo investigativo busca dar alternativas de solución beneficiando la labor docente y el desempeño académico de los estudiantes.

El aporte que presenta la labor investigativa es ilimitada, como fuente de información permitirá conocer de manera clara y concreta los beneficios de emplear los juegos recreativos en el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes, adicional el proyecto investigativo se encuentra en la capacidad de ser usado en otros años o instituciones ya que en la misma se mostraran las estrategias o recursos más adecuados e idóneos para los estudiantes.

Los beneficiarios directos del presente proyecto investigativo que se plantea llevar a cabo serán en primer lugar los estudiantes, ya que al implementar y emplear actividades recreativas y a la vez estrategias innovadoras en la aplicación de los juegos recreativos permitirá el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas con valor significativo en los estudiantes, beneficiando su desempeño tanto físico como académico.

El trabajo investigativo cuenta con la factibilidad necesaria para ser llevado cabo ya que los insumos e implementos necesarios no demandan de una elevada e inalcanzable cotización, las autoridades, docentes y estudiantes han demostrado su interés y apoyo incondicional razón por la cual la labor investigativo cuenta con las facilidades y recursos necesarios para ser ejecutada.

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. Objetivo general.

Investigar la influencia de los juegos recreativos en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica de la Escuela Luis Godín.

1.4.2. Objetivos específicos.

1. Determinar las técnicas y recursos que se utilizan en clases de cultura física para estimular la correcta aplicación de los juegos recreativos.
2. Establecer la relación que existe entre los juegos recreativos y las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de educación básica de la escuela Luis Godín.
3. Diseñar una guía metodológica de juegos recreativos aplicables que permita el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los niños de quinto año de Educación Básica de la Escuela Luis Godín.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

En la escuela Luis Godín no se han realizado investigaciones con el mismo tema, por lo que se puede afirmar que el presente trabajo investigativo es inédito en el contexto investigado, sin embargo es pertinente señalar los varios temas relacionadas con la investigación los cuales permiten sustentar la misma, entre ellos:

TEMA. “LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑOS DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA ALBERTO GUERRA DEL CANTÓN CEVALLOS”

Autor: Sulca Quispilema Dino Rosi. (Periodo lectivo 2013)

Conclusiones:

Que no se han aplicado actividades recreativas para mejorar el desarrollo físico de los niños en las clases de Educación Física.

Mediante datos lanzados de la encuesta aplicada, se determina que en la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos, con la práctica de actividades recreativas mediante juegos los niños mejoraran su desarrollo físico de una forma integral, además inciden en el desarrollo físico, se concluye que en la actualidad las actividades recreativas inciden en el desarrollo físico.

El trabajo investigativo descrito anteriormente, guarda relación entre sus variables con el presente trabajo investigativo, dentro de las conclusiones obtenidas por la

investigadora se encuentra la escases de actividades recreativas la misma que se encuentra en la institución educativa Luis Godín, al existir un déficit de actividades que motiven la participación e interés de los estudiantes el desarrollo y desempeño de los mismos se ven involucrados afectando de manera significativa su preparación académica.

TEMA:

“LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FUTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES Y DESTREZAS DE LOS NIÑOS DE 7mo AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA LICEO JOAQUIN LALAMA PERTENECIENTE A LA CIUDAD DE AMBATO DE LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

Autor: Sr. Miguel Javier Zurita Garzón. (Periodo 2012 – 2013)

Conclusiones:

Los fundamentos técnicos del fútbol contribuyen al desarrollo de habilidades y destrezas de los niños.

La práctica de ejercicios físico como actividades contribuyen a mejorar las habilidades y destrezas de los niños.

La correcta enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol es indispensables en la vida deportiva pues ayuda al desenvolvimiento personal de los niños dentro de la cancha.

La investigación descrita dentro de sus conclusiones muestra los beneficios de emplear actividades recreativas y su vez estratégicas en beneficio del desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes, razón por la cual se puede afirmar que los juegos recreativos al igual que las diferentes estrategias y recursos para su correcta aplicación permite al estudiante crear un aprendizaje y motivación significativa hacia el deporte.

2.2. FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA

Entendiendo que el ser humano posee la capacidad de comprender y proponer una definición a un proceso o etapa a seguirse, es importante señalar que tanto los ejercicios y recursos en la educación del cuerpo, son esenciales en la existencia de todo ser que posee razón y comprensión, es decir el ser humano por su naturaleza necesita educar y cultivar su propia cultura física, la cual le permita conservar la armonía entre los componentes vitales que lo forman.

Desde el punto de vista filosófico, puede considerarse que el presente trabajo junto a todos sus aspectos que lo conforman, se centran en promover e incentivar el fortalecimiento de la actividad física en estudiantes y docentes, dicho de otra forma tanto el área de educativa como el campo de educación física centralizan sus objetivos en construir e implementar recursos, estrategias y técnicas que permitan desarrollar no solo aptitudes físicas, si no cognitivas e intelectuales en el educando.

“El hombre sano es activo y esto se aplica especialmente al niño y al joven.”
(Ausubel, 1968, pág. 115)

2.3. FUNDAMENTACIÓN LEGAL

Para el desarrollo de la labor investigativa se considera los siguientes aspectos legales, los cuales fundamentan con principios, leyes, y reglamentos la estructura investigativa del presente informe.

CONSTITUCIÓN DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR

TÍTULO VII

Régimen del Buen Vivir.

Sección primera

Educación.

Art. 347.- Será responsabilidad del Estado: 1.- Fortalecer la educación pública y la coeducación; asegurar el mejoramiento permanente de la calidad, la ampliación

de la cobertura, la infraestructura física y el equipamiento necesario de las instituciones educativas públicas.

2.- Garantizar que los centros educativos sean espacios democráticos de ejercicio de derechos y convivencia práctica. Los centros educativos serán espacios de detección temprana de requerimientos especiales.

LEY DE CULTURA FISICA, DEPORTES Y RECREACION

TITULO I

CONCEPTOS FUNDAMENTALES

CAPITULO ÚNICO

Art. 1.- Esta Ley regula la cultura física, el deporte y la recreación, y establece las normas y directrices a las que deben sujetarse estas actividades para contribuir a la formación integral de las personas.

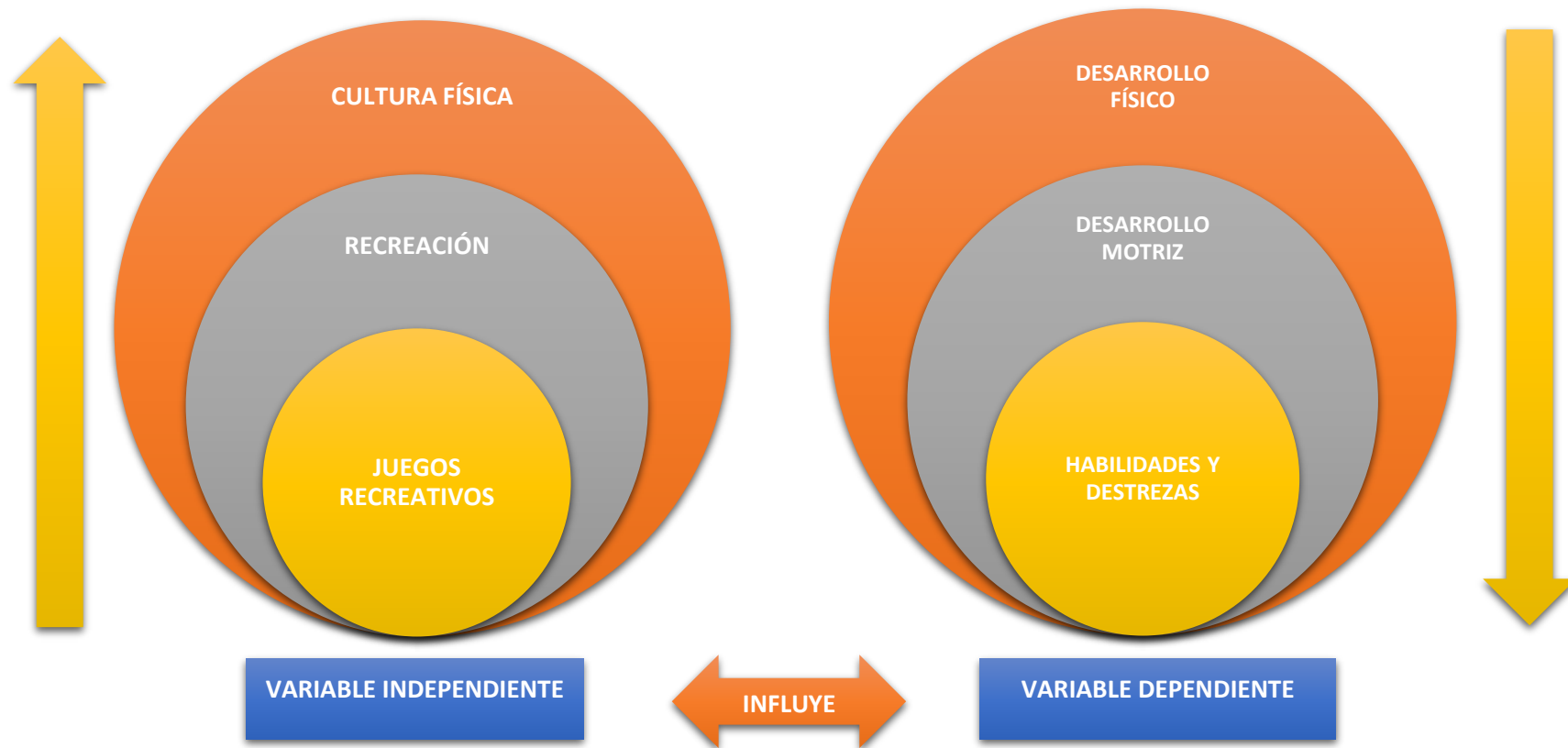
Art. 2.- Para el ejercicio de la Cultura física, el deporte y la recreación, al Estado le corresponde:

- a) Proteger, estimular, promover y coordinar las actividades físicas, deportivas y de recreación de la población ecuatoriana así como planificar, fomentar y desarrollar el deporte, la educación física y la recreación;
- b) Proveer los recursos económicos e infraestructura que permitan masificar estas actividades;
- c) Auspiciar la preparación y participación de los deportistas de alto rendimiento en competencias nacionales e internacionales, así como capacitar técnicos y entrenadores de las diferentes disciplinas deportivas;
- d) Fomentar la participación de las personas con discapacidad mediante la elaboración de programas especiales; y,
- e) Supervisar, controlar y fiscalizar a los organismos deportivos nacionales, en el cumplimiento de esta Ley y en el correcto uso y destino de los recursos públicos que reciban del Estado.

El cumplimiento de estos deberes y responsabilidades estará a cargo de las Secretaría Nacional de Cultura Física, Deportes y Recreación y los organismos creados para tal efecto.

2.4. CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

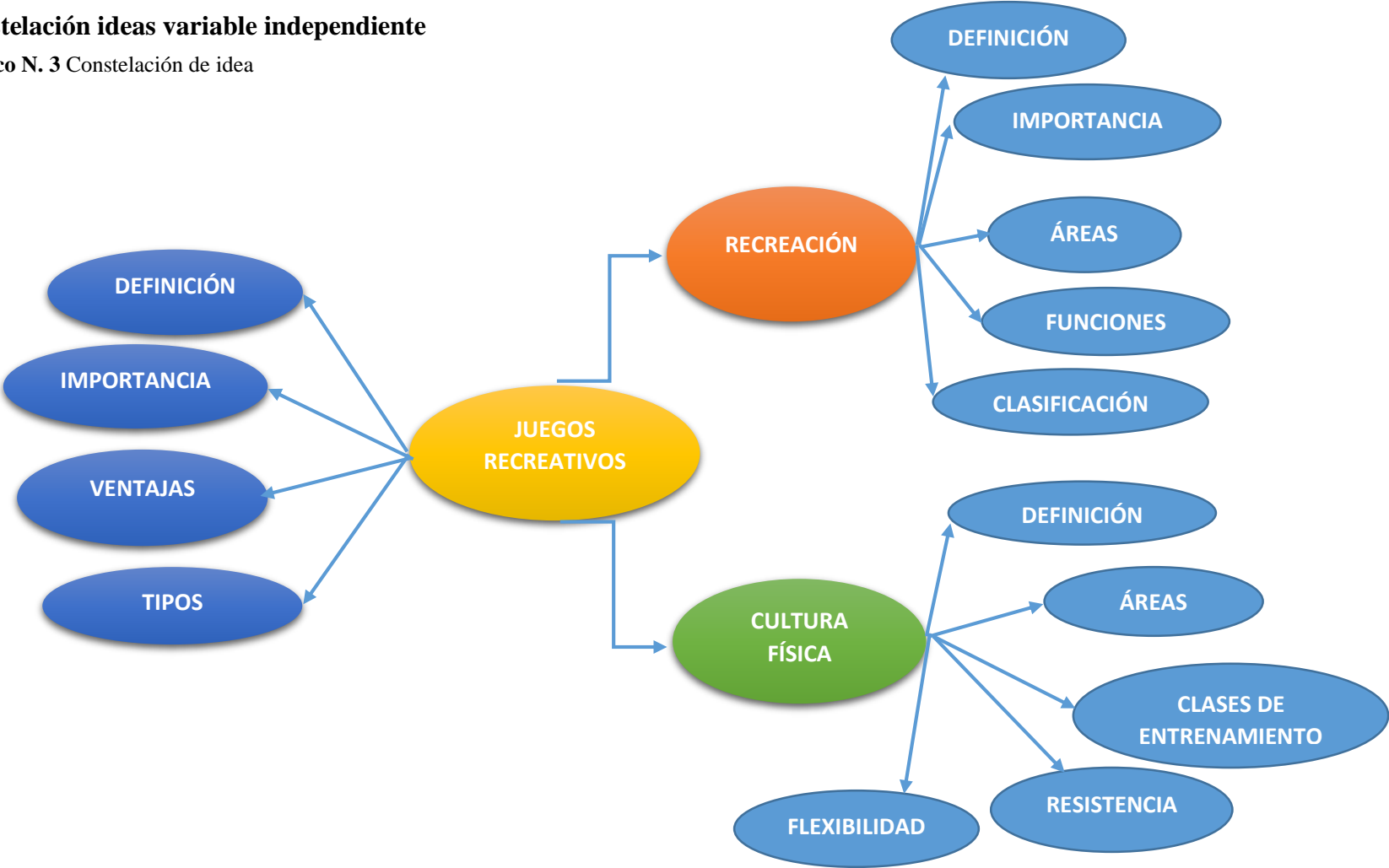
Gráfico N. 2 Categorías fundamentales



Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Constelación ideas variable independiente

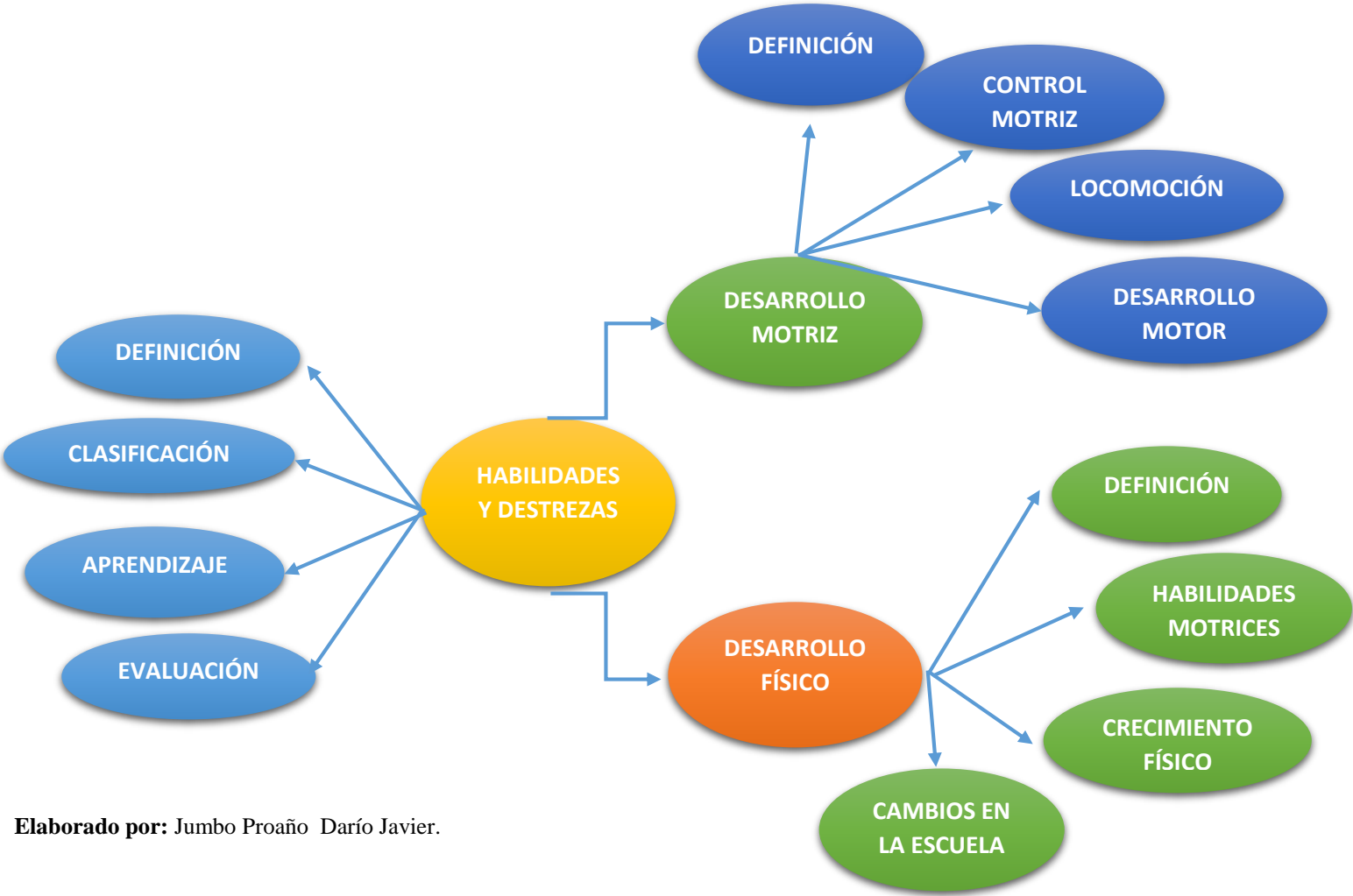
Gráfico N. 3 Constelación de idea



Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier.

Constelación de ideas: variable dependiente

Gráfico N. 4 Constelación de ideas variable dependiente



Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier.

2.4.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA VARIABLE INDEPENDIENTE

JUEGOS RECREATIVOS.

DEFINICIÓN:

“El juego es una actividad recreativa, inherente al ser humano, donde intervienen uno a más participantes. Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural a través del juego.”

Los juegos recreativos son un conjunto de acciones para divertirse y su finalidad entre los que lo realizan es proporcionar diversión, entretenimiento y el disfrute a los jugadores. (Díaz, 2007, pág. 15)

Es una actividad eminentemente lúdica, divertida, capaz de transmitir emociones, alegrías, salud, estímulos, el deseo de ganar, permitiendo la relación con otras personas, por ello se convierte en una actividad vital e indispensable para el desarrollo de todo ser humano. Por lo general implica un cierto grado de competencia, pero en el caso de los juegos recreativos el valor competitivo se minimiza, lo esencial es el aspecto recreativo de la actividad. (Díaz, 2007)

Los juegos deben ser actividades puramente recreativas, por lo tanto los juegos deben efectuarse de forma libre, en un clima alegre y entusiasta. Los juegos recreativos pueden realizarse al aire libre o bajo techo, en un campo abierto o en sectores delimitados. (Díaz, 2007)

Llamamos juego a aquella actividad de tipo recreativa en la cual intervienen uno o más participantes y en la cual la principal función resulta ser proporcionar diversión y entretenimiento a quienes participan de la misma.

Historia

La primera referencia sobre juegos que existe es del año 3000 a. C. Los juegos son considerados como parte de una experiencia humana y están presentes en todas las culturas. Probablemente, las cosquillas, combinadas con la risa, sean una de las

primeras actividades lúdicas del ser humano, al tiempo que una de las primeras actividades comunicativas previas a la aparición del lenguaje.

IMPORTANCIA:

Social:

Permite crear y fomentar vínculos. Resalta la importancia de la visión pluralista y cooperativa de una nueva y diversa sociedad. Aumenta la calidad de vida de sus miembros. Reafirma a la persona, la familia y el grupo social desde y para la convivencia en paz y libertad. (Mercado, 2009)

Biológica:

El fortalecimiento del sistema inmunológico, debido al aumento de las endorfinas a través de la risa, la actividad física y el llanto, antidepresivos naturales del ser humano. (Mercado, 2009)

Afectivo/ Emotiva:

Propicia u espacio de integración entre los participantes, crea, mediante la propuesta la responsabilidad y el protagonismo de los animados, pone en práctica y materializa el trabajo de valores, afirma intereses particulares y colectivos en un bien común. Aumenta la autoestima, disminuye la vergüenza, el temor psicosocial. Contribuye en la atención de la enajenación, la alteración y la pasividad social sin rostro en la cual vivimos. (Mercado, 2009, pág. 151)

Estamos convencidos que el hombre y el grupo como tal se encuentren y se reconozcan en un ambiente atípico a su rutina diaria, logrando la interacción con el medio, como una necesidad espiritual humana. (Mercado, 2009)

La experiencia nos demuestra que a través de actividades placenteras, en contacto con uno mismo y con la sociedad se potencializa lo mejor de nuestro ser, y es ahí donde los valores humanos rebotan, y realmente, cuando nos conocemos surge el compañerismo, la amistad, la integración, se incrementa la socialización, ya sea en un tiempo de trabajo o en un tiempo de ausencia del mismo. Es decir que la libertad

no corresponde directamente con el tiempo de obligaciones y no obligaciones, está sumida en un tiempo “universal”. (Mercado, 2009)

Recordemos que esta condición de actitud subjetiva positiva implica un estado dinámico de energía y vitalidad que permite que a las personas llevar un término las tareas diarias habituales, gozar el tiempo y afrontar las emergencias imprevistas sin fatiga excesiva, a la vez que se busca ayudar a evitar las enfermedades hipocinéticas derivadas del sedentarismo

VENTAJAS:

Recreación y diversión.

El cual nos lleva al disfrute en el momento de realizar juegos que divierten y nos ayuda a relajar nuestro cuerpo y mente. (Diaz, 2007)

Liberación de malas energías.- Los juegos nos ayuda a relajarnos a olvidar por un momento las tensiones que tenemos en la vida diaria, por lo que las actividades recreativas nos ayudan a combatir el estrés. (Diaz, 2007)

Relaciones sociales.

Mediante los juegos podemos relacionarnos con personas que no conocemos, eso es una característica muy especial cuando realizamos dinámicas o juegos, nos permite interactuar con los demás. (Diaz, 2007)

Objetivos físicos.

Dependiendo del tipo de juegos, estos también nos ayuda a mantener un estado de salud muy sano tanto físicamente, fisiológicamente y como mencionamos anteriormente psicológicamente, nos ayuda a mantener un buen estado físico.

Habilidades psicomotoras.

Los beneficios de los juegos especialmente en los niños es el gran beneficio en el desarrollo psicomotor que van desarrollando durante su crecimiento, sabemos que un niño aprende jugando. (Diaz, 2007)

Finalidades intelectuales.- Los juegos nos permiten mayor concentración, a despejar la mente, lo cual es muy saludable para una persona, especialmente para los estudiantes, su mente se relaja. (Diaz, 2007, pág. 15)

TIPOS DE JUEGOS:

Juegos tradicionales

“Se refiere a la manifestación lúdica con arraigo cultural. Es el juego practicado por el pueblo o masa, no obstante también se admite que se refiere a aquella manifestación propia de la cultura popular”. (Pere, 2000, pág. 27)

La batida.

Este juego que consiste en que dos personas cojan de los extremos de la sogá para hacerlo girar, mientras el resto, en turnos y ordenadamente, saltan sobre ella. Se acompaña los saltos al ritmo de gritar: "Monja, viuda, soltera y casada, monja, viuda, soltera y casada. (Pere, 2000)

Salto con desplazamiento.

Formar equipos, el juego consiste en ir y regresar saltando hasta una línea determinada, y luego dárselo al otro compañero. Gana el equipo que primeros terminen de saltar. (Pere, 2000)

El juego de los trompos.

Este juego consiste en hacer girar al trompo, cogerlo con las manos y mientras bailaba golpear a una bola circular para que ésta ruede lo más lejos posible.

Juegos de ida y vuelta y de persecución. Los juegos de ida y vuelta tienen una característica de competencia entre equipos en trasladarse de un lugar a otro y regresar, dependiendo de método de juego y sus reglas que implementamos. Jugar a perseguir y a ser perseguido es una de las diversiones preferidas de la infancia. (Diaz, 2007, pág. 20)

Los zorros.

Se divide en dos equipos, la una mitad se coloca un pañuelo en la cintura dorsal, ellos son los zorros, al dar la señal salen a correr y el otro equipo intenta quitar el pañuelo a los zorros y colocarse para pasar a ser ellos los perseguidos.

Toma y dame. Hacer tres equipos, deben formarse en línea recta, al frente esta una pelota, al iniciar el juego sale el primero hacia la pelota, este lanza al siguiente y luego le devuelve, deja la pelota en su sitio y regresa para colocarse al último, pero para el relevo debe tocar la mano del compañero para que este realice lo, mismo, gana el equipo que primero terminan de pasar. (Diaz, 2007)

Los anillos.

Formar equipos, colocarlos en columna y a una señal salen dos compañeros llevando uno de su equipo, este debe estar en cuclillas y agarrado fuerte de sus piernas, los dos lo llevan y le dejan al jugador en una línea trazada y regresan por los demás, hasta llevar a todo el equipo al otro lado, gana el equipo que traslada primero a todo su grupo al lado contrario. (Diaz, 2007)

Juegos con pelota, y alcanzar goles con la pelota: El juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes, en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa, por ello la vital de importancia de aplicarse en las horas de clases, en especial en horas de cultura física, al existir el movimiento y actividad del estudiante dicha actividad permite que el estudiante desarrolle nuevas habilidades y destrezas. (Ministerio de Cultura, 2008)

Achicando Pelotas.

Se reparte pelotas en las dos mitades de la cancha y se divide a los alumnos y alumnas en dos grupos.

El juego consiste en lanzar el mayor número de pelotas al campo contrario. Gana el equipo que menos pelotas tiene en su territorio; el momento que el profesor da la orden finaliza el juego. (Ministerio de Cultura, 2008, pág. 6)

Pelota túnel.

Se inicia formando a los estudiantes en columna de diez o más, sin mayor separación entre ellos. El primer jugador lanza la bola hacia atrás, rodando entre las piernas de los jugadores que se encuentran abiertas y se inician el juego. Al recibir el último jugador la pelota, sale corriendo hacia adelante, se ubica en el primer puesto y continua el juego. (Ministerio de Cultura, 2008)

Fútbol de tres pies: Formar parejas y estos se amarran un pie de cada uno juntándolos, luego se forman dos equipos, el objetivo es convertir goles al arco contrario. (Ministerio de Cultura, 2008)

RECREACIÓN

DEFINICIÓN:

La recreación es la práctica de nuestro tiempo libre, en este caso es una necesidad básica del hombre, es supervivencia ya que el hombre no solo como, trabaja y se multiplica, también piensa, siente y está en constante aprendizaje.

“...Primero planteamos la recreación puede ser un instrumento de educación no convencional pero que se puede utilizar en el campo de la educación formal y no formal, que en este caso será libre pero cumplirá objetivos conscientes y previamente planificados, atendiendo a una o algunas personas, aquí la recreación será un medio pero también fin. Aprender a través de la acción crítica y gratificante...” (Mercado, 2009, pág. 147)

Esta es la mejor forma de aprender, emprender y hacer recreación; ya que hay un propio interés, sentido de pertenencia en la acción y los conceptos adquiridos, luchar contra la rutina variando nuestro aprendizaje en la vida diaria, ser reflexivos y críticos de causas y situaciones que nos presentan, animarse y darse el tiempo y el espacio. (Mercado, 2009)

(...) es un proceso, es volátil, flexible, ya que el “Hombre en circunstancia”, constantemente está haciendo, como así también los conceptos; “Una recreación

que entiendo como una actitud, como una forma de vida, una modalidad que parte desde lo personal hacia lo grupal/social; que constituye y respeta a través de lo placentero, simple pero trascendente, volviendo a los valores y a la socialización para la construcción de una sociedad feliz, en justicia y libertad. (Mercado, 2009)

En una “actitud” es importante el aspecto “voluntario” de la persona y/o grupo de personas, permitiendo primero, la libre decisión de participar (sin obligación externa); segundo este término implica las ganas y el comportamiento en la decisión y en la acción en recreación. (Mercado, 2009)

Una forma de “vida” conlleva la búsqueda y el encuentro de una coherencia entre lo que se dice y piensa, con el gesto, acción en la vida. Vivir en recreación tiene que ver en relación con el otro y con el ambiente, disfrutando de los placeres de la vida y siendo un crítico y activista de la conciencia. Comprometido con mejorar la sociedad. (Mercado, 2009)

Que parte “desde lo personal hacia lo grupal/social”, tiene que nacer desde la persona, indiscutiblemente al principio aparece la influencia, la invitación a la vivencia en recreación, pero será el propio sujeto quien decida y se apropie de la propuesta. El coordinador/recreólogo tiene que tener en cuidado de no imponer, pero si convidar a la acción. A partir de ello procurar nexos entre las personas, puentes de interrelaciones para coexistir en lo social/grupal. (Mercado, 2009)

La construcción de la recreación en lo social es una trabajo a largo plazo llegado el caso, el recreólogo casi no tiene influencia, ni coordina, tan solo acompaña.

IMPORTANCIA:

El recrearse permite al cuerpo y a la mente una "restauración" o renovación necesaria para tener una vida más prolongada y de mejor calidad.

Si realizáramos nuestras actividades sin parar y sin lugar para la recreación, tanto el cuerpo como la mente llegarían a un colapso que conllevaría a una serie de

enfermedades y finalmente a la muerte. Debido a eso, la recreación se considera, socialmente, un factor trascendental. (M., 2012, pág. 2)

Los beneficios de recrearse van más allá de una buena salud física y mental, sino un equilibrio de éstas con factores espirituales, emocionales y sociales. Una persona integralmente saludable realiza sus actividades con mucha más eficiencia que una persona enferma.

La recreación se asocia también con el factor intelectual y educativo. Investigaciones han demostrado que los niños aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión. Es por ello que la recreación es fundamental para el desarrollo intelectual de las personas. A la vez, el recrearse proporciona en sí, una forma de aprendizaje, a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior. (M., 2012, pág. 3)

Finalmente, es importante saber que la recreación es voluntaria, ya que cada persona es diferente y por ende, se recrea como considere necesario. Por eso también se dice que las actividades recreativas son tan numerosas como los intereses de los seres humanos. Algunas de las áreas de la recreación son: la difusión, el arte, la cultura, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras.

La recreación es un factor importante en el desarrollo del ser humano, ya que el ocio no contribuirá al desarrollo humano en ausencia de una dimensión moral y ética sostenible, por lo tanto se debe tener en cuenta que el ocio y la recreación reproducen muy diversos valores, el ocio debiera ser, una vivencia integral relacionada con el sentido de la vida y los valores de cada uno y coherentes con ellos (...). (M., 2012, pág. 3)

ÁREAS DE LA RECREACIÓN:

Es el disponible de las horas de trabajo o de estudio, se puede representar en tres áreas:

Tiempo Positivo: Es el tiempo de libertad individual donde el sujeto desarrolla valores creativos, llamados también "tiempo libre de recreación".

Tiempo Neutro: Es donde el sujeto escapa de la realidad, cambiándola por otra que no le produce provecho, pero tampoco le llega a perjudicar; es decir no hay creatividad. Por ejemplo: la televisión.

Tiempo Negativo: Es aquel donde no hay ningún provecho, se produce aprendizajes de malas conductas y el individuo no llega a percatarse, conduciéndose a la autodestrucción, en vez de llevarlo a la recreación, creando así miedo, angustia, frustraciones y desajustes de la personalidad.

FUNCIONES DE LA RECREACION:

(M., 2012, pág. 4) Manifiesta que las principales funciones de la recreación son:

Produce libertad espiritual

Desarrolla la creatividad

Proporciona satisfacciones y experiencias placenteras

Incrementa la confianza en sí mismo

Desarrolla la espontaneidad

El individuo se identifica más y mejor con la comunidad donde se desenvuelve.

Desarrolla la conciencia de grupo, la tolerancia y el respeto.

Contribuye a aliviar tensiones

Logra interesar a los jóvenes por los "hobbies"

Provoca estímulo al buen uso del tiempo libre

Previene a la juventud contra desviaciones al uso del tiempo negativo.

Crea conciencia de la importancia de conservar los recursos naturales y de la convivencia con el medio ambiente.

CLASIFICACIÓN:

La recreación social.

En el inconsciente colectivo la conceptualización de recreación es un simple pasatiempo, entretenimiento; dependiendo del ámbito, su USO, su NO USO o

ABUSO pasa por profesionales que no están capacitados, o carecen de criterios donde se fundan los cimientos de la recreación. (Mercado, 2009, pág. 150)

Recreación educativa.

Es sabida en el ambiente de la recreación, la imperiosa necesidad de institucionalizar los campos de acción, de legitimar y legalizar el ingreso a la escuela formal como materia asignatura. Ahora bien si el origen de la recreación ha sido el espacio no formal, el ámbito popular, el campo informal, me pregunto si está dispuesto el profesional de recreación a; (Mercado, 2009, pág. 157)

- Planificar regido por N.A.P.S o C.B.C (nacional, provincial o del P.E.I).
- Diagramar clases en base a contenidos pocos flexibles derivados del currículo.
- Evaluar sistemáticamente el proceso y también el resultado como está previsto en la Ley Federal de Educación.
- Obligar la asistencia, el cumplimiento de trabajos en tiempo y forma, perdiendo así el carácter de “voluntario y libre”.

Perseguir objetivos propios y pedagógicos perdiendo así los objetivos de los recreados (el autoconocimiento en recreación). (Mercado, 2009)

El componente de compromiso, de construcción, de valores de transformación personal en/con la sociedad. (Mercado, 2009, pág. 158)

JUEGO Y RECREACIÓN:

El concepto de juego parece asociarse en nuestros discursos cotidianos a variadas situaciones y sentidos.

Quienes integramos espacios educativos nos encontramos con afirmaciones habituales como “priorizamos el juego y la creatividad como formas de aprendizaje”, “aprendemos jugando”, “todas sus capacidades y habilidades se ponen en juego”. El concepto de “juego” ¿guarda en todos estos casos el mismo significado? (Aizencang, 2010, pág. 23)

Es recurrente el señalamiento por parte de los estudiosos del juego acerca del carácter, complejo o incluso imposible de su definición (Elkonin, 1980; Garvey, 1978; Huizinga, 1951; Linaza Y Maldonado, 1978; Ortega, 1992; Martínez Criado, 1998; Díaz Vega, 1997)

La actividad lúdica comparte atributos con otras actividades humanas y con frecuencia suele derivarse de pautas de comportamiento no lúdicas que se realizan de modo simulado. (Aizencang, 2010)

El juego del hombre adopta formas cambiantes en el devenir de su desarrollo. Diversos enfoques abocados al estudio del juego han dado lugar a una amplia gama de ideas en relación con su origen, función y vínculos posibles de establecer con numerosos fenómenos cognitivos y sociales, como la creatividad, la resolución de problemas, el aprendizaje del lenguaje, la enseñanza escolar, la construcción de papeles sociales, entre otros. (Aizencang, 2010, pág. 24)

El juego

Todo juego es, antes de nada, una actividad libre. Es elegida por el sujeto que juega, quien se siente libre de hacerlo. Probablemente, la libertad resulte la característica más importante de la actividad lúdica, y estaría vinculada fundamentalmente al gusto que experimenta un jugador al jugar. Un juego no se desarrolla por encargo o por mandatos de otros, pueden iniciarse, suspenderse o culminarse en cualquier momento y no responde a necesidades físicas ni a obligaciones morales.

El juego es una situación ficticia que supone un tiempo y un espacio.

Todo juego supone una situación ficticia o imaginaria que marca cierta diferenciación de la vida corriente y permite al sujeto refugiarse en un contexto de actividad que posee una tendencia propia. Se juega dentro de ciertos límites de tiempo y espacio, en los cuales se sabe que se trata de un “como si” que define su curso y sentido. (Aizencang, 2010)

Como anticipábamos, todo juego se desenvuelve en un campo o escenario particular, ya sea material o imaginario, de un modo expreso o tácito, pero siempre

marcado de antemano por reglas particulares que lo delimitan. Ellas facilitan la instalación y el sostén de mundos temporarios que implican la suspensión momentánea de las reglas que ordenan el mundo habitual y, al mismo tiempo, el establecimiento de nuevas “leyes” propias del juego que regulan el desarrollo de una actividad que se agota en sí misma. (Aizencang, 2010, pág. 25)

CULTURA FÍSICA

DEFINICIÓN:

La realización regular y sistemática de una actividad física ha demostrado ser una práctica sumamente beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, así como un medio para forjar el carácter, la disciplina, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas beneficiando así el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana.

“Hoy en día esta visión ha sido aceptada por muchos, sin embargo, a lo largo del tiempo, ha tenido sus períodos de auge y regresión” (Miler, 2003, pág. 1).

La práctica deportiva no se limita solamente a los atletas de elite, deportistas de alto rendimiento, gente joven, etc.

Todo ser humano puede y debería realizar alguna actividad deportiva acorde a sus necesidades y sus posibilidades físicas. Por supuesto que previo a ese paso, obligatoriamente debemos consultar a un médico, se tenga la edad que se tenga, quien determinará, luego de los chequeos de práctica, que tipo de ejercicio estamos en condiciones de realizar o si lo que teníamos en mente efectuar es recomendable o no. (Miler, 2003, pág. 1)

“La Educación Física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio – sico –social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, etc.” (Miler, 2003, pág. 2).

Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior.

Específicamente, en el adolescente, ayuda a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana y del medio y a afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva. (Miler, 2003, pág. 2)

Promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás.

ÁREAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA:

Aptitud física:

Capacidad aeróbica.

Potencia anaeróbica.

Flexibilidad

Deporte colectivo:

Básquetbol.

Voleibol

Futbolito

Deporte Individual:

Atletismo

Natación

Gimnasia

Recreación:

Juegos

Expresión cultural y social

Vida al aire libre

CLASES DE ENTRENAMIENTO:

Entrenamiento físico - deportivo.

“Hace algunos años, la preparación física en los gimnastas, especialmente en la gimnasia femenina, no era tan importante; sin embargo, después de muchos estudios y experiencias de países potencias en el deporte, ahora es una parte muy importante” (Miler, 2003, págs. 2 - 3).

La preparación física es la forma básica, gracias a la cual se desarrollan las capacidades físicas y funcionales de las gimnastas. La aplicación de la técnica de los ejercicios difíciles es imposible si no tenemos gimnastas físicamente bien desarrolladas y sanas. También la capacidad de trabajo de los sistemas funcionales cardial y pulmonar son muy importantes en las etapas de ejecución de gran cantidad de combinaciones en forma completa. (Miler, 2003, pág. 3)

Para la formación de los hábitos de movimiento, los gimnastas necesitan desarrollar las diferentes posibilidades funcionales del organismo: aumentar la fuerza de los grupos musculares correspondientes, su elasticidad, desarrollar las propiedades de coordinación, aumentar la resistencia frente a los esfuerzos dinámicos o estáticos, incrementar la capacidad de trabajo del sistema cardio-vascular, del sistema de movimiento y de otros sistemas.

Entrenamiento Técnico – Táctico.

En la ejecución de cada ejercicio existe una tarea motriz y la forma correspondiente de su realización. En la práctica, una misma tarea motriz se puede resolver de diferentes maneras; la manera por la cual el ejercicio se ejecuta en forma más efectiva representa la técnica de este ejercicio. La técnica se debe de basar en las leyes mecánicas y físicas.

En muchos deportes, las tareas técnicas están limitadas hacia el aprendizaje de una pequeña cantidad de ejercicios que alternativamente se repiten (atletismo y la natación). En la gimnasia artística es muy diferente, existe una gran variedad de ejercicios (400-500), los cuales tienen su propia característica y estructura técnica.

Por otra parte, su ejecución se encuentra bajo las leyes físicas y mecánicas y en caso contrario su realización es imposible. (Miler, 2003, pág. 4)

Es claro, la preparación técnica en la gimnasia artística es muy importante y debe ocupar la mayor parte del tiempo dedicado para la preparación de la gimnasta. Uno de los rasgos más importantes del proceso del entrenamiento de las gimnastas es el importante trabajo sistemático orientado hacia el perfeccionamiento de la preparación técnica.

La táctica la utiliza generalmente el entrenador, pero es importante que el atleta esté preparado tácticamente. La táctica depende de la categoría de las gimnastas y del reglamento de las competencias en las que se participa. Las penalizaciones en las diversas categorías tienen su particularidad; por lo cual se debe conocer muy detalladamente el reglamento. La preparación táctica incluye aquellas formas del trabajo, gracias a las cuales la gimnasta demuestra sus rasgos positivos. (Miler, 2003, págs. 4 - 5)

Entrenamiento psicológico.

La preparación psicológica es un proceso pedagógico, cuya meta es preparar a la gimnasta en condiciones que le permitan demostrar su mejor actuación en el momento de la competencia. Esta preparación se realiza junto con la preparación física y técnica, desde el principio de la formación de la gimnasta.

(Miler, 2003) Manifiesta “La psicología deportiva, como área aplicada, trabaja de manera científica y concreta, adaptando y creando procesos de evaluación e intervención que le permitan al deportista desarrollar al máximo su potencial físico y psicológico” (pág. 5).

Los entrenadores con gran experiencia siempre han expresado la gran dificultad que han tenido en su trabajo para formar una gimnasta que sea buena competidora; en esto, hay mucha razón, porque muchas gimnastas bien preparadas técnicamente fracasan en las competencias por falta de suficiente nivel psicológico.

“La preparación psicológica está construida sobre el vencimiento de las dificultades en la práctica. Como las dificultades con las que se encuentran las gimnastas son permanentes, los problemas psicológicos deben resolverse a diario” (Miler, 2003, pág. 5).

Entrenamiento teórico.

La preparación teórica tiene como objetivo dar a conocer a los atletas los problemas que existen en los diferentes aspectos en la gimnasia, como la técnica, el reglamento, la medicina del deporte, las cargas de entrenamiento, etc. Esta preparación debe superar el nivel cultural de los atletas para que actúen en forma más activa y provechosamente en la práctica, así como en la competencia.

Cuando realizamos ejercicio físico no sólo estamos actuando sobre nuestro cuerpo, sino que eso repercute, en el conjunto de nuestro ser, ya sea, a nivel químico, energético, emocional, intelectual, etc. Estos beneficios son actualmente reconocidos y avalados por las realizadas por la medicina deportiva.

Generalmente, durante la realización del ejercicio físico, el individuo o individuos practicantes del mismo sienten una purificación interior, lo utilizan también como descarga emocional. Se aprende a practicar deportes en equipo, compartiendo y disfrutando al aire libre. Aunque algunas veces se sienta cansancio muscular o físico, al finalizar la realización de la actividad se siente bienestar general, alivio emocional y descargado de toda tensión o estrés. (Miler, 2003, pág. 6)

El desarrollo motor son los cambios producidos con el tiempo en la conducta motora que reflejan la interacción del organismo humano con el medio. Éste forma parte del proceso total del desarrollo humano, que no ha acabado aún al llegar a la madurez. Y es que desde la infancia el niño va experimentando y descubriendo, progresivamente, habilidades sencillas e individuales.

“Con el paso de las diferentes etapas por la que atraviesa un niño, éste tiende a mecanizarlas, a combinarlas y a modificarlas hasta llegar a un punto en el que ya

no deberíamos hablar de habilidades motrices básicas sino de unas habilidades deportivas” (Miler, 2003, pág. 6).

La mayoría de las habilidades que se dan en el deporte, por no decir todas, tienen su origen y fundamento en las habilidades físicas básicas, como son: andar, correr, saltar, equilibrio, volteos, balanceos, lanzar, patear... Y por medio de los juegos es fácil asegurar la presencia en el niño de estas habilidades que ponen base a otras superiores.

RESISTENCIA:

Es un componente básico para la práctica deportiva y se considera por regla general, el factor más importante en la preparación fisiológica e indispensable en cualquier deporte.

Resistencia aeróbica: es la capacidad de sostener un esfuerzo cíclico, rítmico y relativamente fuerte más allá de seis minutos aproximadamente. Esta resistencia se la conoce vulgarmente con el nombre de resistencia cardiovascular, cardiorrespiratoria, orgánica o general.

Resistencia anaeróbica: es la capacidad de sostener un esfuerzo muy fuerte durante el mayor tiempo posible en presencia de una deuda de oxígeno producida por el fuerte esfuerzo y que será pagada una vez que finalice o aminore suficientemente. Se la conoce también con el nombre de muscular, local o específica.

FLEXIBILIDAD:

Es la capacidad del organismo para manifestar su movilidad articular y elasticidad muscular.

Se divide en dos:

Ejercicios de movilidad articular.

Ejercicios de elongación muscular.

Ejercicio de movilidad articular: consiste en la realización de varias repeticiones (insistencias) de cada uno de los movimientos articulares, procurando alcanzar la máxima amplitud en cada una de las repeticiones. Esto, se puede realizar en pareja o individual.

Elongación muscular: Consiste en la realización de diferentes movimientos articulares, alcanzando la máxima amplitud en cada uno de ellos.

VARIABLE DEPENDIENTE

HABILIDADES Y DESTREZAS

DEFINICIÓN:

Los conceptos de Habilidad y Destreza han sido ampliamente tratados, por diversos autores en el campo de la Educación Física y el Deporte; sin embargo, aún no se ha logrado llegar a un acuerdo que defina absolutamente las fronteras que diferencien los dos términos.

Algunos conceptos expresados por diversos autores, pueden ayudar a comprender los términos e identificar los elementos comunes y las diferencias que hay entre las habilidades y las destrezas.

La palabra skill significa habilidad, destreza, pericia, arte o técnica, y la palabra ability, significa habilidad capacidad, talento, aptitud o dote". En estos significados se puede resaltar como hecho importante, que entre ambos solamente coincide la palabra habilidad, mientras que en los otros elementos se presentan diferencias. (Contreras, 1998, pág. 189)

En habilidades y Destrezas Motrices Básicas: análisis y evolución", el concepto de Habilidad hace referencia a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía y/o de tiempo. (Generelo y Lapetra 1993).

Sobre la misma idea de la relación Capacidad y Habilidad, y prácticamente con los mismos términos, (Bárbara Knapp, 1981), citada por (Generelo y Lapetra, 1993).

448) "propone el vocablo "habilidad", a saber "Capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas".

Es importante precisar que desde estos referentes, las Habilidades trascienden el movimiento como simple acción, ya que están dirigidas a la consecución de un objetivo, asunto que implica una dirección y orientación de las acciones motrices con un sentido y una intención determinadas, es decir, el aprendizaje de las habilidades está mediado por la interpretación de las exigencias que se presentan en la situación motriz y por la toma de decisiones implicadas en los procesos de aprendizaje. . (Generelo y Lapetra 1993)

Considerando los elementos teóricos presentados y basados fundamentalmente en los conceptos de **Contreras**, se puede plantear que la habilidad Motriz sugiere la adquisición de una competencia motriz que se origina en el aprendizaje, es de tendencia finalista y tiene las características de eficacia, flexibilidad.

Didáctica de las habilidades y destrezas motrices

Por medio del desarrollo de los contenidos de la Educación Física, plasmados a través de las habilidades y destrezas motrices, el niño adquiere conciencia de sus posibilidades de acción, de su corporeidad.

El tratamiento de las capacidades perceptivomotrices debe realizarse por medio de la práctica, la experiencia, la vivenciación, y sólo por estos medios, se pueden aprender los conceptos, procedimientos y las actitudes referidas a ellas.

La riqueza y variedad de acciones, situaciones y experiencias motrices es fundamental en el desarrollo de la capacitación perceptivomotriz. Igualmente, el tratamiento de los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales deben trabajarse en interacción permanente.

Como ejemplo, se puede plantear que el desarrollo de un contenido conceptual como el de la direccionalidad, se puede tratar por medio de contenidos

procedimentales como el aprendizaje de habilidades básicas de lanzamientos y recepciones con pelotas y objetos de variados tamaños y texturas, además, por medio de juegos que motiven actitudes positivas en los niños y en las niñas para la práctica.

Considerando que en el aprendizaje de habilidades y destrezas motrices, los contenidos deben ser planificados de manera que el niño y la niña adquieran el aprendizaje y afianzamiento de una gran variedad de patrones y habilidades motrices, en la clase deben tener prioridad los criterios y principios de la variabilidad y la diversidad sobre la especialización de determinadas habilidades motrices, ya sean básicas o específicas; y en el mismo sentido, la metodología de enseñanza-aprendizaje debe seguir un orden en el cual se vaya de lo fácil a lo difícil, de lo simple a lo complejo, de lo general a lo particular y de lo global a lo específico. (Castañer y Camerino 1996, pág. 127)

CLASIFICACIÓN:

En el análisis de las propuestas presentadas, se advierte el interés por parte de todos los autores en encontrar una clasificación que favorezca el tratamiento adecuado, sistemático y eficaz de las habilidades en la Educación Física.

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

En esta propuesta se opta por la clasificación que proponen Castañer y Camerino, por considerar que en esencia incluye los aspectos fundamentales que se han tratado por otros autores. Castañer y Camerino desde un enfoque global, presentan una idea en la que las habilidades se pueden categorizar en función de los ámbitos donde se desarrollan, lo que permite y facilita, a la vez, diferenciar las funciones de locomoción, manipulación y estabilidad. (Castañer y Camerino 1996, pág. 127)

Habilidades locomotrices.

Estas habilidades se caracterizan porque en ellas se presenta el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, y en su desarrollo se interrelacionan los diferentes elementos espaciales: direcciones, planos y ejes.

Las habilidades locomotrices se adquieren y desarrollan en forma automática, ya que son movimientos naturales y heredados, sobre los que se pueden desarrollar varias habilidades fundamentales, habilidades que con el crecimiento del individuo van madurando y se van diversificando en varias formas, de acuerdo con los factores externos que influyen en la especialización motriz de cada niño. Entre las habilidades locomotrices se encuentran las siguientes: andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, esquivar, trepar, bajar, etc. (Castañer y Camerino 1996, pág. 127)

Las Habilidades manipulativas.

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

Los movimientos naturales y de manipulación gruesa se adquieren por herencia biológica y cultural y se constituyen en la base de la especialización motriz que se logra o aprende por medio de la experimentación de gran variedad de actividades deportivas y no deportivas que se practican en la vida cotidiana, además la práctica sistemática y variada, contribuye determinantemente a los procesos de cualificación de las habilidades caracterizadas por movimientos fluidos, flexibles, armónicos, eficientes y eficaces que son el producto de la interacción socio-perceptivo y físicomotriz. (Castañer y Camerino 1996, pág. 127)

De esta manera, habilidades como el lanzar, atrapar, patear, golpear, pueden dar origen a otra gran variedad de habilidades, como lanzar un balón y atraparlo con una, dos manos y de varias formas más.

Habilidades de estabilidad.

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

Son habilidades motrices, en las que se trata de mantener una estabilidad del equilibrio estático y dinámico ante una situación o tarea motriz propuesta, y el equilibrio se logra por medio de un adecuado ajuste postural que resuelva eficazmente el problema planteado.

Algunas de las habilidades motrices de estabilidad son: levantar, inclinarse, estirarse, girar, empujar, colgarse.

Factores que influyen sobre el desarrollo de destrezas o habilidades.

El desarrollo y aprendizaje normal de las destrezas motoras está influido por un cierto número de elementos. La aptitud física tiende a variar sólo levemente entre los niños más jóvenes, pero pueden jugar un papel sustancial alrededor del cuarto grado. (Corbin, 1980, pág. 25)

Si no se puede correr distancias largas o si se tienen una débil constitución, existen muchos tipos de ejercicios en los que será imposible destacar. Si se cansa después de 2 – 3 minutos, por ejemplo, no será un buen jugador de balompié, sin que importe la habilidad que se tenga en el juego del balón.

En este ejemplo, el bajo rendimiento cardiovascular impide que se pueda mostrar de modo eficaz su destreza. (Corbin, 1980, pág. 25)

Hay que examinar cuidadosamente los deportes que nos interesan. ¿Dificultan nuestro nivel de aptitud física el éxito en los mismos? Después de terminar este capítulo, el lector estará en una mejor posición para responder esta pregunta y tomar una decisión basada en dicha respuesta. (Corbin, 1980, pág. 26)

APRENDIZAJE:

Algunas personas poseen más habilidades que otras. El éxito de cada uno de nosotros en cualquier deporte que se emprenda está directamente relacionado con nuestras habilidades motoras.

Aunque se puede mejorar la coordinación en ciertas destreza de algunos deportes específicos (golpear la pelota en el baseball, por ejemplo) mediante una práctica continua, será mejor escoger un deporte en el cual la coordinación no sea tan importante. (Corbin, 1980, pág. 26)

Aprendizaje de las destrezas.

Cuando se aprende una nueva destreza motora o se practica alguna ya conocida, intervienen tanto el sistema nervioso como el muscular. Supongamos que está aprendiendo a golpear una pelota de tenis con el golpe de la derecha (forehand). Pensemos en todas las cosas que intervienen en este ejercicio. En primer lugar la raqueta de tenis es como una extensión del brazo de un 75 centímetros de longitud (2 ½ pies). (Corbin, 1980, pág. 26)

Se debe aprender a cogerla correctamente, a hacerla oscilar el arco correcto girar la cara de la raqueta hasta que forme el ángulo adecuado, aplicar la cantidad de fuerza conveniente en la oscilación (swing), observar la bola venir hacia uno, decidir donde ha de dar la bola en el otro lado de la red y luego ejecutar todos estos actos individuales con la sincronización correcta (Corbin, 1980)

Es frecuente referirse a la función del cerebro como un sistema de elaboración o proceso de información con tres componentes principales. El primero se denomina almacenamiento sensorial en donde se retiene muy brevemente la información que llega; en el caso del golpe con la raqueta de tenis, los ojos envían señales al cerebro procedentes de la bola que viene al jugador. (Corbin, 1980, pág. 27)

Además los músculos y articulaciones envían señales al cerebro acerca de las posiciones de las diversas partes del cuerpo, brazos, piernas, tronco, etc.

Gran parte de esta información se extrae del almacén sensorial y se emplea por el segundo componente denominado **almacén a corto plazo** (ACP). En el ACP es donde ocurre todo; allí se integren todas estas señales de entrada para hacer uso de ellas. (Corbin, 1980)

El tercer componente se llama **almacén a largo plazo** y es donde se guarda la información durante largo periodos de tiempo. Por ejemplo, se tienen en el ALP un plan para controlar los brazos, pies y el tronco en la forma de realizar un golpe de raqueta en el tenis. (Corbin, 1980)

EVALUACIÓN:

Componentes de aptitud física.

En la capacidad o aptitud cardiovascular interviene el funcionamiento adecuado del corazón, pulmones y vasos sanguíneos. Consiste en la capacidad de ajustarse y recuperarse de la tensión o estrés de un ejercicio. (Corbin, 1980, pág. 27)

La fuerza

Es un aspecto muy importante de la aptitud física. Consiste, dicho de modo simple, en la capacidad de ejercer una fuerza. La fuerza es un componente necesario en la mayoría de los deportes y es también un elemento importante a la hora de llevar a cabo de modo efectivo y eficaz las actividades diarias propias.

La resistencia muscular

Es la repetición de un movimiento que exige un esfuerzo inferior al máximo. Algunos de los ejercicios de los que se considera típicamente que representan actividades de resistencia muscular son los correspondientes a flexiones repetidas como lagartijas y sentadillas.

La flexibilidad

Es otro de los componentes o partes de la capacidad o aptitud física – es la capacidad de mover el cuerpo y sus diversas partes a través de un amplio margen de movimiento. (Corbin, 1980, pág. 27)

DESARROLLO MOTRIZ

DEFINICIÓN:

En la educación física, en especial la cultura de educar mente y cuerpo entre sí, se encuentra el desarrollo a nivel motriz, el cual fomentara y construirá nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes

El desarrollo motriz está marcado por una serie de hitos: logros que se desarrollan de manera sistemática, pues cada habilidad domina prepara al bebe para abordar la siguiente. Primero los bebes aprenden habilidades simples y luego las combinan en sistemas de acción cada vez más complejos; que permiten una gama más amplia y exacta de movimientos y mejor control del ambiente.

Hitos del desarrollo motriz.

No es necesario enseñar a los bebes las habilidades básicas de pensar, gatear o caminar. Solo necesitan espacio para moverse y libertad para investigar lo que pueden hacer. Cuando el sistema nervioso central, músculos y huesos están listos y el ambiente ofrece las oportunidades correctas para explorar y prácticas, los bebes no dejan de sorprender a los adultos con su nuevas capacidades.

Cuando aprende a caminar, el infante gana control de los movimientos por separado de brazos, piernas y pies, antes de unir estos movimientos para dar el trascendental primer paso. (Diane E. Papalia, 2010, pág. 130)

Se usa la prueba de exploración del desarrollo de Denver (Frankenburg, Dodds, Fandal, Kazuk y Cohrs, 1975) para trazar el progreso entre un mes y seis años y para identificar a los niños que no desarrollan de manera normal. La prueba mide las habilidades motrices gruesas (las que usan los músculos grandes), como rodar o atrapar una pelota, y las habilidades motrices finas (con músculos pequeños), como tomar una sonaja y copiar un círculo. (Diane E. Papalia, 2010)

También evalúa el desarrollo del lenguaje (por ejemplo, conocer las definiciones de las palabras) y la personalidad y el desarrollo social (como sonreír de manera espontánea y vestirse sin ayuda) (Diane E. Papalia, 2010)

Al trazar el progreso característico del control de la cabeza y las manos y la locomoción, observe que estos avances siguen los principios cefalocaudal (de la cabeza y las extremidades) y proximidad (de adentro hacia afuera) que esbozamos antes. Advierta también que aunque los niños son más grandes y activos que las niñas, el género no influye en el desarrollo motriz de los infantes (Mondschein, Adolph y Tamis –LeMonda, 2000)

CONTROL MOTRIZ:

Control de la cabeza.

Al nacer la mayoría de los niños pueden mover la cabeza de un lado al otro incluso si están acostados de espaldas. Si se acuestan boca abajo, levantan la cabeza lo suficiente para voltearla. En los dos o tres primeros meses, elevan cada vez más la cabeza, hasta el punto de que pierden el equilibrio y se van de espaldas. A los cuatro años meses la mayoría de los infantes pueden mantener erguida la cabeza si los cargan o si se sostienen en posición sedente.

Control de manos.

Los bebés nacen con un reflejo de prensión. Si se le toca la palma de la mano de un infante, aprieta fuerte el puño. Alrededor de los tres meses y medio, casi todos ellos toman objetos de tamaño moderado, como una sonaja, pero tienen problemas para tomar objetos pequeños. Más tarde comienzan a aferrar objetos con una mano y a pasarlos a la otra y luego a sostener (pero no a levantar) objetos pequeños.

En algún momento entre los siete los 11 meses, sus manos se coordinan lo suficiente para levantar cualquier pequeño, como un chícharo, para lo cual tienen que construir pinzas con los dedos índice y pulgar. A los 15 meses, el niño promedio puede construir una torre de dos cubos. Algunos meses después del tercer cumpleaños, el niño promedio copia un círculo bastante bien.

LOCOMOCIÓN:

Después de los tres meses, el infante promedio empieza a rodar de manera deliberada (y no por accidente, como antes). Primero lo hace del frente hacia atrás

y luego en dirección inversa. Él bebe promedio se sienta sin ayuda a los seis meses y puede asumir una posición sedente hacia los ocho meses y medio.

Entre los seis y los 10 meses, los bebés comienzan a circular por sus propios medios: se arrastran o gatean. Este nuevo logro de autolocomoción tiene sorprendentes ramificaciones cognoscitivas y psicosociales (Bertenthal y Campos, 1987; Bertenthal, Campos y Barret, 1984; Bertenthal, Campos y Kermoían, 1994; J. Campos, Bertenthal y Benson, 1980).

Los niños que gatean adquieren mayor sensibilidad al lugar donde están los objetos, perciben mejor que de tamaño son, y si pueden mover y que aspecto tienen. Gatear ayuda a los bebés a juzgar las distancias y a percibir la profundidad. Aprenden a buscar claves en sus cuidadores para saber si una situación es segura o peligrosa, una habilidad llamada referencia social (Hertenstein y Campos, 2004, pág. 6).

Desarrollo motriz y percepción.

La percepción sensorial permite a los niños aprender sobre ellos y su ambiente, lo que les permite hacer mejores juicios como circular. La experiencia motriz, junto con la conciencia de cómo cambia su cuerpo, agudiza y modifica el entendimiento perceptivo sobre lo que podría ocurrir si se mueven de cierta manera. Esta conexión bidireccional entre la percepción y la acción, mediada por el desarrollo del encéfalo, da a los infantes mucha información útil sobre ellos mismos y su mundo.

La actividad sensorial y motriz parece bastante bien coordinada desde el nacimiento (Bertenthal y Clifton, 1998). Los infantes se estiran y toman objetos hacia los cuatro o cinco meses, a los cinco meses y medio, pueden adaptar su estiramiento a objetos que se mueven o giran (Wentworth, Benson y Haith, 2000).

Piaget y otros investigadores afirmaron desde hace mucho tiempo que estirarse para tomar objetos depende de la guía visual: el uso de los ojos para guiar el movimiento de las manos (o de otras partes del cuerpo). En la actualidad, los investigadores han descubierto que los infantes de ese grupo de edad pueden usar otras claves sensoriales para alcanzar los objetos. Son capaces de localizar por su sonido una

sonaja que no ven y estirarse para tomar un objeto que brilla en la oscuridad, aunque no se puedan ver las manos (Clifton, Muir, Ashmead y Clarkson, 1993).

También logran estirarse por un objeto con base en el recuerdo de su ubicación (McCarty, Clifton, Ashmead, Lee y Goubet, 2001). Niños algo mayores de cinco a siete y medio mes pueden prensar un objeto móvil fluorescente en la oscuridad, una hazaña que requieren conciencia no solo de cómo se mueven sus manos, sino también de la trayectoria y velocidad del objeto, como para participar el punto probable de contacto (Robin, Bertheir y Clifton, 1996).

La percepción de la profundidad.

La capacidad de percibir objetos y superficies tridimensionales depende de varias claves que afectan la imagen de un objeto en la retina. Estas claves comprenden no sólo la coordinación binocular, sino también el control motriz (Bushnell y Boudreau, 1993).

Las claves cinéticas se producen por el movimiento del objeto o del observador. Para averiguar si un objeto se mueve, un bebé puede sostener su cabeza un momento, una capacidad que está bien establecida a los tres meses. En algún momento entre los cinco y los siete meses, cuando los bebés pueden estirarse y tomar objetos, adquieren la percepción háptica, información a través de los objetos. (Bushnell y Boudreau, 1993)

DESARROLLO MOTOR.

Habilidades motoras gruesas y locomoción durante la infancia.

El desarrollo motor de los niños depende principalmente de la maduración global física, especialmente del desarrollo esquelético y neuromuscular. En menor grado, el desarrollo motor también está influido por las oportunidades que los niños reciben para hacer ejercicio y practicar.

Los niños pasan mucho tiempo en actividades motoras rítmicas, como patear, hacer movimientos ondulares, brincar, mecerse, golpear, frotar, balancearse, empujar y

arañar. Estas actividades rítmicas son una transición entre la actividad no coordinada y la conducta motora compleja más coordinada (Thelen, 1981).

Habilidades motoras finas durante la infancia.

Las habilidades motoras finas implican a los músculos más pequeños del cuerpo utilizados para alcanzar, asir, manipular, hacer movimientos de tenazas, aplaudir, virar, abrir, torcer, halar o garabatear (Mathew y Cook, 1990).

Habilidades motoras gruesas motoras gruesas de los niños escolares.

Los preescolares de entre 2 y 5 años hacen progresos importantes en el desarrollo motor. Con huesos y músculos más fuertes, mayor capacidad pulmonar y mejor coordinación neuromuscular entre brazos, piernas, sentidos y el sistema nervioso central, muestran una mayor habilidad y dominio del cuerpo en la realización de proezas físicas que antes les habría resultado imposible.

Habilidades motoras finas de los niños preescolares.

Las habilidades motoras finas incluyen un mayor grado de coordinación de músculos pequeños y entre ojo y mano. Al tener bajo control los músculos pequeños los niños ganan un sentido de competencia e independencia porque pueden hacer muchas, como comer o vestirse por sí mismos.

QUIRILIDAD:

La quirilidad es la preferencia por el uso de una mano más que la otra relación de diversas funciones motoras. Aproximadamente del 90% al 93% de la población llega a desarrollar una preferencia por el uso de la mano derecha en la medida que el hemisferio izquierdo del cerebro asume el dominio y control de las funciones motoras (Searleman, Porac y Coren, 1989).

El resto de la población desarrolla predominio de la mano izquierda, desarrolla especificidad de una mano (prefieren una mano para una habilidad y la otra para otras actividades) o se hacen ambidiestros, y poseen igual habilidad con ambas manos.

La quirilidad se desarrolla de manera lenta en los niños y no siempre es consistente en los primeros años (Ramsey, 1985; Ramsey y Webber, 1986).

Un estudio encontró que los niños de 7 a 9 meses utilizan la mano derecha para alcanzar un juguete, pero puede utilizar cualquiera al manipular un objeto (Michel, Harkins, y Ovrut, 1986).

Antes de los 2 años la mayoría de los niños muestra considerable flexibilidad para cambiar de una mano a la otra (Mc Cormick y Maurer, 1988).

Para la edad de 4 años, la mayoría muestra preferencia por el uso de la mano derecha. Al cursar el primer grado, los cambios de una mano a la otra se hacen relativamente poco frecuentes. Algunos especialistas creen que obligan a los niños zurdos a volverse diestros puede ocasionar problemas de tartamudeo, lectura o emocionales, por lo que los padres y maestros deberían tener precaución para no confundir a los posibles zurdos (Spock y Rothenberg, 1985).

DESARROLLO FÍSICO

DEFINICIÓN:

Por lo general, al pensar en la escuela tenemos presente su efecto en el desarrollo cognoscitivo o social del niño, olvidando que las escuelas también deberán cubrir necesidades físicas y motoras. (Graig, 1994, pág. 326)

El efecto de la organización ordinaria de las escuelas estadounidenses fue sintetizado muy bien por un alumno de primer año tras su primer día de clases.

No hay evidencia de que los niños aprenden mejor estando sentados por períodos largos de tiempo en sillas de respaldo recto, por el contrario muchos estudios han mostrado las limitaciones del aprendizaje pasivo, receptivo. (Graig, 1994)

Un kínder en Massachusetts puede ser un ejemplo del tipo de diseño que se podrá usar en el futuro. Además de los escritorios y las mesas, los salones tienen cubículos

y cavidades construidas en la pareja a diferentes alturas. Cada nicho es lo suficientemente grande como para dos niños y está provisto de alfombra y cojines.

Los cubículos son lugares especiales donde los niños pueden retirarse a leer, a estudiar o mantener discusiones para la solución de problemas. Estos salones tranquilos y ocupados proporcionan una atmósfera relajada y promueve la obtención de buenos resultados. (Graig, 1994)

Los niños de 6 años todavía están aprendiendo con su cuerpo integrado el conocimiento físico con el intelectual y expresándose por medio del cuerpo. Es artificial divorciar el cuerpo de la mente y la personalidad, usando el cuerpo sólo en el gimnasio o durante el recreo. Una escuela puede ser sensible ante las necesidades físicas del alumno en muchas formas. (Graig, 1994, pág. 327)

Así, en la clase de matemáticas los niños podrían medir la longitud de un corredor en metros y centímetros; luego podrían volver a medirla con sus propios pasos, la talla de su cuerpo o el tiempo que tardan en recorrerlo. (Graig, 1994)

De ese modo, su conocimiento podría volverse abstracto y concreto a la vez, general y personal. Las escuelas podrían conceder mucha importancia a la expresión física por su valor intrínseco. Algunas escuelas primarias de Inglaterra reservan un lapso especial para la expresión y explorando por medio de movimiento (EVANS, 1975).

HABILIDADES MOTRICES:

El niño sigue creciendo en la fuerza, velocidad y coordinación que exigen las habilidades motoras gruesas durante los años intermediarios; su capacidad física recién conquistada refleja en la obsesión por los deportes y por malabarismos impresionantes. Se trepa a los árboles, cruza corrientes de agua usando troncos como barra de equilibrio, salta de una viga a otra en el esqueleto de una construcción. (Graig, 1994, pág. 324)

Numerosos estudios demuestran que durante este periodo se da en un progreso n el desarrollo motor. Según Keogh (1965), a los 7 años de edad un niño puede arrojar

una pelota aproximadamente a una distancia de 10 metros. A los 10 años la arrojará el doble de esa distancia y a los 12 será el triple; además también mejora su precisión. (Graig, 1994)

Las niñas logran un progreso semejante en las destrezas relacionadas con la acción de lanzar y atrapar, aunque la distancia de lanzamiento es menor que la de los muchachos. (Williams, 1983)

Las diferencias de sexo se notan en muchas otras destrezas físicas; a lo largo de toda la niñez media, los niños pueden correr más rápido que las niñas. Después de los 11 la diferencia en la velocidad se hace mayor debido a que los niños continúan mejorando mientras que las niñas no (Herkowitz, 1978).

De cualquier manera las niñas tienden a sobrepasar a los niños en destrezas que requieran agilidad o balance por ejemplo, las niñas son mejores para las marometas. Estas diferencias de sexo están vinculadas a las actividades particulares que los niños practiquen. Las niñas en béisbol de ligas menores realizan lanzamientos más largos y precisos. Los niños y niñas que juegan fútbol soccer desarrollan destrezas a un ritmo similar. (Graig, 1994)

Las habilidades motoras finas, o sea las que permiten al niño utilizar las manos en formas cada vez más complejas, también aparecen en este período, observándose aún antes que ingrese al primer año. En las guarderías, los maestros hacen hincapié en la madurez para la escritura cuando enseñan al preescolar a trazar círculos, cuadrados y finalmente triángulos. (Los que no pueden dibujar un triángulo tienen problemas en el aprendizaje de las de las destrezas más intrincadas de la escritura.).

A medida que las figuras se tornan más complejas, se requiere una mejor coordinación entre mano y ojo para aprender a escribir. La mayor parte de las destrezas que se necesitan en la escritura se desarrollan en el sexto y séptimo años. Sin embargo, muchos niños no pueden trazar un diamante ni dominar muchas formas de letras antes de los 8 años. (Graig, 1994)

El dominio que adquieren sobre su cuerpo durante este período les produce sentimientos de capacidad y de autoestima, los cuales son indispensables para una buena salud mental. El control de su cuerpo también los hace sentirse que pertenecen al grupo. Aquellos a quienes sus compañeros juzgan torpes quedan fuera de las actividades del grupo, pudiendo seguir sintiéndose rechazados aún después que haya desaparecido la torpeza. (Graig, 1994, pág. 325)

CRECIMIENTO FÍSICO:

Peso corporal y estatura.

El aumento de peso en los niños es incluso más impactante que su crecimiento inicial de longitud. El niño duplica su peso para los 5 meses, lo triplica al año y casi lo cuadruplica a los dos años. Los incrementos anuales son muy constantes entre los 2 y 6 años; luego se hacen más lentos hasta el inicio de la pubertad.

El crecimiento del nacimiento a la adolescencia ocurre en dos patrones diferentes. El primero (del nacimiento al año de edad) es de crecimiento muy rápido pero desacelerado; el segundo patrón (del año hasta antes del inicio de la pubertad) muestra un incremento anual más lineal y estable. Normalmente el incremento de la longitud del infante es alrededor de 30% a los 5 meses y mayor del 50% para el año de edad. A los 5 años la estatura se duplica. (Rice, 1997, pág. 144)

CAMBIOS EN LA ESCUELA:

Los niños en edad escolar gradualmente incrementan su habilidad motora a medida que continúan su crecimiento corporal. Aumenta el tamaño de los músculos y sigue mejorando la coordinación, por lo que la mayoría puede correr, bailar, brincar y saltar con agilidad. (Rice, 1997, pág. 155)

La mayoría de los niños de 6 años. Puede montar en bicicleta, saltar la cuerda, patinar, trepar árboles y escalar cercas si se le da oportunidad de aprender.

Existen diferencias de género inconscientes en el desarrollo motor entre niñas y niños durante la niñez intermedia. Las niñas son físicamente más maduras que los

niños de la misma edad; es decir, las niñas han alcanzado un mayor porcentaje de su estatura adulta que los niños de la misma edad (Eaton y Yu, 1989).

Esto significa que al comparar niños y niñas de la misma edad cronológica, los estudios del desarrollo a menudo comparan a niñas con un desarrollo más maduro con niños menos maduros. Esto ignora las sustanciales diferencias sexuales en el ritmo de la maduración. (Rice, 1997)

En general, los niños mayores son menos activos que los más jóvenes, en que el nivel de actividad disminuye con la edad de maduración (Kendall y Brophy, 1981).

Sin embargo antes de la pubertad muchas de estas diferencias se deben a las expectativas y experiencias diferenciales de niños y niñas.

Después de la pubertad las niñas son más ligeras y su esqueleto más pequeño las hace más susceptibles a lesiones en deportes pesados de colisión (Comité de Aspectos Pediátricos de la Academia Estadounidense de Pediatría, 1981) un factor importante en las habilidades motoras es el tiempo de reacción, que depende en parte de la maduración del cerebro. (Rice, 1997, pág. 156)

2.5. HIPÓTESIS

H₁: Los juegos recreativos influyen en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica de la Escuela Luis Godín de la Parroquia Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.

H₀: Los juegos recreativos no influyen en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de educación básica de la escuela Luis Godín de la Parroquia de Yaruquí Cantón Quito, Provincia de Pichincha

2.6. SEÑALAMIENTO DE VARIABLES

Variable independiente: Los juegos recreativos.

Variable dependiente: Habilidades y destrezas.

CAPITULO III

METODOLOGÍA

3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN.

La presente investigación es de enfoque cuali – cuantitativa, considerando entre los siguientes aspectos; existe relación directa entre el sujeto de investigación y el objeto investigado, ya que los dos se afectan mutuamente; no se trata de establecer leyes de carácter general, sino de resolver un problema específico en el contexto investigado, se trabajó con una muestra pequeña, en este caso 60 unidades de observación; la hipótesis se comprobó de forma descriptiva, es decir, analizando, describiendo y explicando la relación que existe entre la variable independiente y la variable dependiente, sin embargo; se aplicó básicamente, procedimientos estadísticos con la finalidad de garantizar el análisis y la interpretación de los resultados.

3.2. MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN

Considerando que la presente investigación es de enfoque cuali – cuantitativa, la modalidad de la misma se caracteriza por lo siguiente; por los objetivos es aplicada ya que se planteó una alternativa de solución oportuna al problema, por el alcance es descriptiva ya que la hipótesis se comprobó mediante la descripción de la relación existente entre las variables, por el lugar es bibliográfica puesto que se ha recurrido a libros, revistas, textos y otros medios bibliográficos que fundamentan el presente estudio, a sí mismo es de campo ya que el investigador recurrió al lugar de los hechos durante el proceso y consecuentemente por la naturaleza, es de acción, ya que la solución será planteada inmediatamente de tal manera que los beneficios de la investigación se hagan visibles en el contexto.

Es pertinente mencionar que el proceso de recolección de información se aplicó las siguientes técnicas como observación y encuesta con sus debidos instrumentos.

3.3 NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN

Para el desarrollo de la presente investigación se ha tomado en cuenta los siguientes aspectos investigativos:

a) Exploratoria.

La presente investigación se desarrolló para conocer la problemática existente en la institución educativa, la misma que ha sido poco estudiada, adicional se pudo conocer y palpar la realidad del problema investigado, dicha información fue extraída de fuentes y documentos aplicando las respectivas encuestas a los estudiantes y personal docente de la institución educativa.

b) Descriptiva.

La investigación descriptiva aportó con datos reales para evidenciar la aplicación de los juegos recreativos y su influencia en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de educación básica, las deficiencias, debilidades y necesidades se encuentran expresadas dentro de las conclusiones y recomendaciones establecidas en este informe.

c) Asociación de Variables.

El propósito de esta investigación fue determinar la relación existente entre, las variables de estudio es decir los juegos recreativos y su influencia en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de educación básica de la Escuela Luis Godín.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

Cuadro N. 1 Población y muestra

POBLACIÓN	FRECUENCIAS	PORCENTAJE
Estudiantes	55	100%
Docentes	5	100%
TOTAL	60	100%

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier.

3.5. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

3.5.1. Variable independiente: Juegos recreativos.

Cuadro N. 2 Operacionalización variable independiente

CONCEPTO	CATEGORÍA	INDICADOR	ÍTEM	TÉCNICAS E INSTRUMENTO
Es una actividad eminentemente lúdica, divertida, capaz de transmitir emociones, alegrías, salud, estímulos, el deseo de ganar, permitiendo la relación con otras personas, por ello se convierte en una actividad vital e indispensable para el desarrollo de todo ser humano.	ACTIVIDAD DESARROLLO	Lúdicas. Participativas Recreativas Entretenidas Divertida Físico. Intelectual. Cognitivo Motriz	¿Crees que las actividades que realiza tu profesor hacen uso de los juegos recreativos en las clases de Cultura Física? ¿Después de una clase de Cultura Física te sientes motivado para poder participar de manera creativa en otras actividades? ¿Crees que las clases de Cultura Física te ayudan en el aspecto intelectual y cognitivo para tu desarrollo del aprendizaje? ¿Crees que las actividades de Cultura Física te ayudan al desarrollo motriz (si) (no)?	Técnica: Encuesta Estructurada Estudiantes. Instrumento: Cuestionario

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier.

3.5.2. Variable Dependiente: Habilidades y destrezas.

Cuadro N. 3 Operacionalización variable dependiente

CONCEPTO	CATEGORÍA	INDICADORES	ÍTEM	TÉCNICAS E INSTRUMENTO
Es la capacidad que posee un individuo para realizar actividades determinadas con cierto grado de dificultad, mediante cualidades físicas, intelectuales, y cognitivas que le permiten desenvolverse frente a situaciones diversas.	<p>CAPACIDAD</p> <p>CUALIDADES</p>	<p>Velocidad Fuerza Resistencia Flexibilidad Equilibrio</p> <p>Físicas Intelectuales Cognitivas Motrices</p>	<p>¿Después de una clase de Cultura Física tienes la capacidad de realizar nuevas actividades?</p> <p>¿Crees que lo que te enseñó tu profesor de Cultura Física es útil para ti?</p> <p>¿En tu escuela, tus profesores emplean juegos y actividades recreativas que te permitan poseer mayor habilidad y destreza?</p> <p>¿Consideras que tu profesor está realizando ejercicios para mejorar las habilidades motrices en los estudiantes?</p>	<p>Técnica. Encuesta Estructurada Estudiantes.</p> <p>Instrumento: Cuestionario</p>

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier.

3.6 RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

- Selección de técnicas e instrumentos
- Identificación de investigados
- Determinación de lugar y fechas de aplicación de instrumentos de recolección de información
- Aplicación de instrumentos.

Cuadro N. 4 Recolección de la información

PREGUNTA	EXPLICACIÓN
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de la investigación.
¿De qué persona u objetos?	Estudiantes y docentes.
Sobre qué aspectos	Los juegos recreativos – Habilidades y destrezas.
¿Quién?	Investigador: Jumbo Proaño Darío Javier.
¿Dónde?	Escuela “Luis Godín.”
¿Cuántas veces?	Una vez.
¿Qué técnicas de recolección?	Encuesta y recolección.
¿Con qué?	Cuestionario.
¿En qué situación?	En las aulas de la institución educativa.

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier.

3.7 PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS

- Organización de la información
- Revisión y análisis de la información
- Elaboración de resultados
- Tabulación y elaboración de cuadros estadísticos
- Elaboración de gráficos explicativos
- Análisis e interpretación de resultados
- Elaboración de conclusiones y recomendaciones.

CAPITULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. ENCUESTA APLICADA A LOS ESTUDIANTES

Pregunta N.- 1 ¿Cree usted que su profesor emplea los juegos recreativos en las actividades físicas que usted realiza?

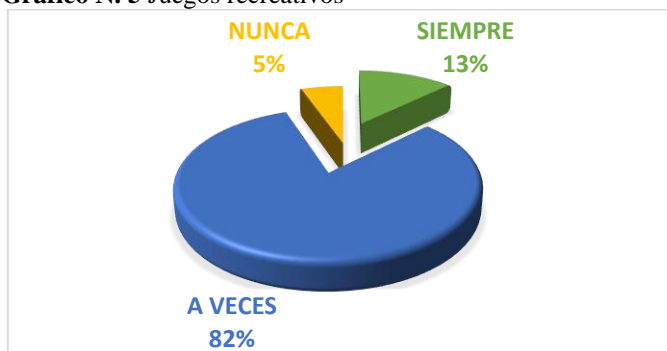
Cuadro N. 5 Juegos recreativos

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	7	12,73%
A VECES	45	81,82%
NUNCA	3	5,45%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 5 Juegos recreativos



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

De los 55 estudiantes 45 que corresponden a 81,82% respondieron a veces, 7 que conforman el 12,73% contestaron siempre, 3 correspondientes al 5,45% afirmaron su respuesta en nunca.

Interpretación:

De acuerdo con el respectivo análisis de los datos estadísticos, se puede afirmar que los docentes que ejercen la Cultura Física, no emplean los juegos recreativos en sus actividades.

Pregunta N.- 2 ¿Cree usted que su profesor emplea juegos y actividades recreativas se siente cómodo y feliz?

Cuadro N. 6 Ambiente de aprendizaje

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	18	32,73%
A VECES	36	65,45%
NUNCA	1	1,82%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 6 Ambiente de aprendizaje



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

En la ejecución de la encuesta dirigida a los estudiantes se obtuvo los siguientes resultados, 36 escolares que corresponden al 65,45% respondieron a veces, 18 que forman parte del 32,73% contestaron siempre, el porcentaje concluyente del 1,82% que se refiere a la respuesta de 1 estudiante se basa en la alternativa nunca.

Interpretación:

Al visualizar los datos alcanzados en esta pregunta se reitera la escasa aplicación de los juegos recreativos en las clases de Cultura Física.

Pregunta N.- 3 ¿Considera usted que las clases de su profesor de Cultura Física son interesantes?

Cuadro N. 7 Interés en clases

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	22	40,00%
A VECES	30	54,55%
NUNCA	3	5,45%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 7 Interés en clases



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

Los datos que se alcanzaron en esta pregunta son los siguientes, 30 estudiantes que forman parte del 54,55% contestaron a veces, 22 que conforman el 40,00% respondieron siempre, 3 que representan el 5,45% manifestaron nunca.

Interpretación:

En relación con los resultados obtenidos, se puede afirmar que los juegos recreativos influyen en el interés y motivación de los estudiantes.

Pregunta N.- 4 ¿Después de una clase de Cultura Física, usted se siente motivado para continuar con sus otras materias escolares?

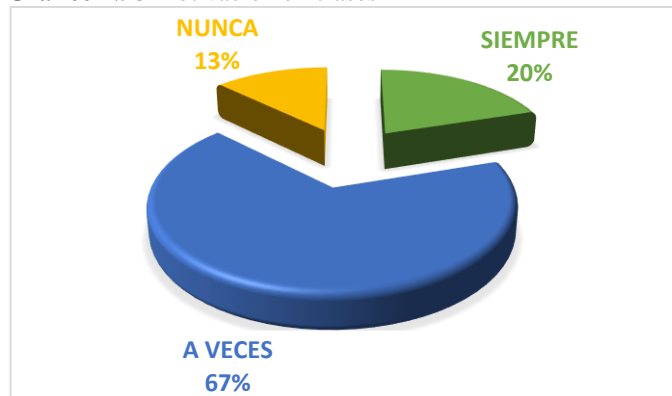
Cuadro N. 8 Motivación en clases

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	11	20,00%
A VECES	37	67,27%
NUNCA	7	12,73%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 8 Motivación en clases



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

De los 55 estudiantes que participaron en la ejecución de la encuesta, 37 que forman parte del 67,27% manifestaron a veces como su respuesta, 11 que corresponden al 20,00% respondieron siempre, posterior un grupo menor de 7 estudiantes representantes del 12,73% contestó nunca.

Interpretación:

En relación con el análisis realizado a las respuestas generadas en esta pregunta, se conoce que la mayoría de estudiantes presentan cierta incomodidad para continuar con sus clases.

Pregunta N.- 5 ¿Cree usted que las actividades realizadas en las clases de Cultura Física le ayudan a mejorar su desarrollo físico e intelectual?

Cuadro N. 9 Desarrollo físico e intelectual

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	27	49,09%
A VECES	27	49,09%
NUNCA	1	1,82%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 9 Desarrollo físico e intelectual



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

En esta interrogante planteada a los estudiantes, se obtienen los siguientes resultados: 27 estudiantes pertenecientes al 49,09% contestaron siempre, 27 correspondientes al 49,09% respondieron a veces, el concluyente 1,82% fue respondido por un estudiante, el cual afirmó su respuesta en la alternativa nunca.

Interpretación:

Evidentemente los resultados adquiridos por esta pregunta, muestran un aspecto de igual en la indagación acerca del beneficio que posee las actividades físicas solicitadas por el docente.

Pregunta N.- 6 ¿Cree usted que los ejercicios ejecutados en las clases de Cultura Física benefician su desarrollo motriz?

Cuadro N. 10 Desarrollo motriz

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	30	54,55%
A VECES	19	34,55%
NUNCA	6	10,90%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 10 Desarrollo Motriz



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

De los 55 estudiantes participantes de la encuesta, 30 estudiantes los cuales corresponden al 54,55% contestaron a siempre, 19 que conforman el 34,55% respondieron a veces, 6 estudiantes que forman parte del 10,90% manifestaron nunca.

Interpretación:

De acuerdo con los datos alcanzados en esta pregunta es posible aseverar que la cultura física influye de forma positiva en el desarrollo motriz de los estudiantes.

Pregunta N.- 7 ¿Al finalizar una clase de Cultura Física usted posee nuevas habilidades y destrezas físicas?

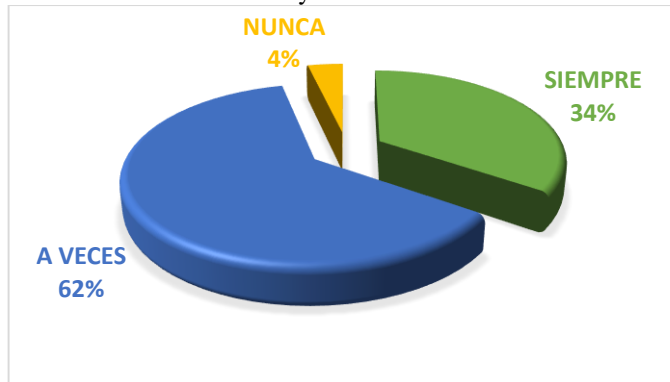
Cuadro N. 11 Habilidades y destrezas

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	19	34,55%
A VECES	34	61,82%
NUNCA	2	3,64%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 11 Habilidades y destrezas



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

La encuesta aplicada a los estudiantes muestra los siguientes resultados, 34 estudiantes que forman parte del 61,82% contestaron a veces, 19 que conforman el 34,55% respondieron siempre, 2 estudiantes los cuales representan al 3,64% aseveraron u respuesta en la alternativa nunca.

Interpretación:

Evidentemente en este apartado se consolida que la escasa aplicación de estrategias para incentivar el desarrollo de nuevas destrezas y habilidades afecta significativamente el desempeño de los estudiantes.

Pregunta N.- 8 ¿Cree usted que las tareas que realizó con su profesor de Cultura Física son de utilidad?

Cuadro N. 12 Aprendizajes con valor significativo

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	42	76,36%
A VECES	12	21,82%
NUNCA	1	1,82%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 12 Aprendizajes con valor significativo



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

Al ejecutar las encuestas a los 55 estudiantes se conoce los siguientes resultados: 42 escolares que forman parte del 76,36% contestaron siempre, 12 que corresponden al 21,82% respondieron a veces, un estudiante que constituye el 1,82% optó por la alternativa nunca como su respuesta.

Interpretación:

Sin duda la Cultura Física es una de las actividades que mayor aceptación tiene por parte de los estudiantes.

Pregunta N.- 9 ¿Considera usted que las actividades físicas que su profesor de Cultura Física le solicita realizar favorecen su habilidad y destreza motriz?

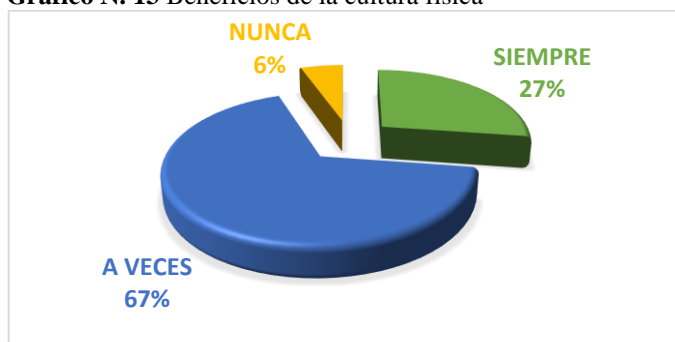
Cuadro N. 13 Beneficios de la cultura física

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	15	27,27%
A VECES	37	67,27%
NUNCA	3	5,45%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 13 Beneficios de la cultura física



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

Los resultados que se alcanzaron en esta interrogante realizada a los estudiantes muestran que, 37 escolares que corresponden al 67,27% respondieron a veces, 15 que conforman el 27,27% contestaron siempre, el 5,45% complementario fue respondida por 3 estudiantes quienes eligieron la alternativa nunca.

Interpretación:

De acuerdo a interpretaciones anteriores realizadas, se concreta que las clases de Cultura Física impartidas por los docentes poseen características repetitivas y de poco impacto en el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas de los estudiantes.

Pregunta N.- 10 ¿Considera usted que en su institución educativa, se beneficiar las habilidades y destrezas motrices sus profesores de Cultura Física emplean juegos y actividades recreativas en sus clases?

Cuadro N. 14 Juegos y actividades recreativas

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	19	34,55%
A VECES	33	60,00%
NUNCA	3	5,45%
TOTAL	55	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 14 Juegos y actividades recreativas



Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

Con respecto a los resultados alcanzados en esta pregunta, los mismos se muestran de acuerdo a estos aspectos, 33 escolares que forman parte del 60,00% contestaron a veces, 19 que corresponden al 34,55% manifestaron siempre, posteriormente el 5,45% fue respondido por tres escolares, quienes optaron por la alternativa nunca como su respuesta frente a esta interrogante.

Interpretación.

De acuerdo a los resultados presentados, en la institución educativa en especial en el área de cultura física los juegos recreativos ocupan un espacio muy reducido.

4.2. ENCUESTA APLICADA A LOS DOCENTES

Pregunta N.- 1 ¿Emplea usted los juegos recreativos en sus clases de Cultura Física?

Cuadro N. 15 Juegos recreativos

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	3	60,00%
A VECES	2	40,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 15 Juegos recreativos



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

De los 5 docentes que participaron en la ejecución de la encuesta, se conoce que 3 docentes que corresponden al 60,00% respondieron siempre, 2 que representan al 40,00% manifestaron a veces, la alternativa nunca no generó respuestas en esta interrogante.

Interpretación:

De acuerdo con el respectivo análisis de los resultados adquiridos en esta pregunta se conoce que la mayoría de docentes emplean juegos y actividades recreativas en sus clases.

Pregunta N.- 2 ¿Cree usted que sus estudiantes se sienten cómodos y felices cuando emplea los juegos recreativos en sus clases?

Cuadro N. 16 Ambiente escolar

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100,00%
A VECES	0	0,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 16 Ambiente escolar



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis.

La indagación realizada a través de esta pregunta muestra las siguientes características, los 5 docentes que conforman el 100% de la población total encuestada respondieron siempre, las alternativas a veces y nunca no fueron seleccionadas por los partícipes de esta actividad.

Interpretación:

Efectivamente los juegos recreativos propician un ambiente y área de trabajo que motiva al estudiante a participar de los diferentes ejercicios que se llevan a cabo en las horas de Cultura Física.

Pregunta N.- 3 ¿Considera usted que las clases que usted imparte son interesantes para sus estudiantes?

Cuadro N. 17 Motivación en clases

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	3	60,00%
A VECES	2	40,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 17 Motivación en clases



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

De los 5 docentes encuestados, 3 que conforman el 60,00% respondieron siempre, 2 que forman parte del 40,00% contestaron a veces, la alternativa nunca no fue elegida como una opción de respuesta.

Interpretación:

De acuerdo a los datos que se obtuvieron en esta pregunta, se afirma la importancia que presentan las clases de cultura física en los estudiantes.

Pregunta N.- 4 ¿Cree usted que después de una clases de Cultura Física sus estudiantes se sienten motivados para continuar con sus otras clases?

Cuadro N. 18 Estimulación escolar

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100,00%
A VECES	0	0,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 18 Estimulación escolar



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

Los resultados obtenidos al aplicar las encuestas a los docentes muestran las siguientes características, 5 profesores que forman parte del 100% de la población total contestaron siempre, las alternativas a veces y nunca no fueron seleccionadas por los participantes.

Interpretación:

Sin duda las actividades sean estas recreativas o instructivas, motivan a los escolares a participar de manera activa en su jornada escolar.

Pregunta N.- 5 ¿Cree usted que las clases de Cultura Física poseen los recursos necesarios para el aprendizaje de sus estudiantes?

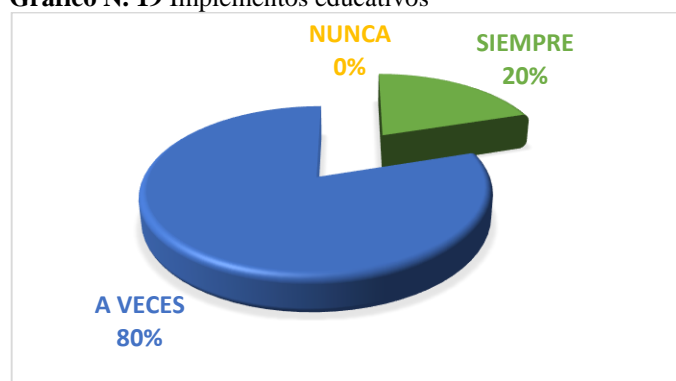
Cuadro N. 19 Implementos educativos

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	1	20,00%
A VECES	4	80,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 19 Implementos educativos



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

En la ejecución de las encuestas se conoce que 4 docentes que conforman el 80,00% respondieron a veces, un profesor perteneciente al 20,00% concluyente contestó siempre, la alternativa nunca no generó respuesta alguna.

Interpretación.

La mayoría de docentes piensan que la limitación de recursos, para la enseñanza aprendizaje de los estudiantes, es quizá una de los factores negativos más influyentes en la construcción de aprendizajes significativos.

Pregunta N.- 6 ¿Considera usted que sus clases logran fomentar un aprendizaje significativo en sus estudiantes?

Cuadro N. 20 Aprendizajes significativos

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	3	60,00%
A VECES	2	40,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 20 Aprendizajes significativos



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

Los resultados alcanzados en esta pregunta se muestran de la siguiente forma, 3 docentes que corresponden al 60,00% contestaron siempre, 2 que conforman el 40,00% complementario respondieron a veces, la alternativa nunca no fue considerada como una posible respuesta por los participantes.

Interpretación:

En el análisis respectivo de los datos estadísticos adquiridos, se alude que un porcentaje mayoritario de docentes afirman consolidar un aprendizaje significativo.

Pregunta N.- 7 ¿Piensa usted que después de una clase de Cultura Física sus estudiantes son capaces de realizar nuevas actividades?

Cuadro N. 21 Nuevas habilidades

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	3	60,00%
A VECES	2	40,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,0%0

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 21 Nuevas habilidades



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

En la interrogante planteada a los docentes se obtuvieron los siguientes resultados, 3 profesor que constituyen el 60,00% respondieron siempre, 2 que conforman el 40,00% concluyente contestaron a veces, la alternativa nunca no generó respuestas por parte de los encuestados.

Interpretación.

La mayoría de los docentes, piensan que los estudiantes desarrollan nuevas habilidades.

Pregunta N.- 8 ¿Cree usted que las clases de Cultura Física son útiles para sus estudiantes?

Cuadro N. 22 Aprendizajes con valor significativo

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100,00%
A VECES	0	0,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 22 Aprendizajes con valor significativo



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

De los 5 docentes que participaron en la ejecución de la encuesta, 5 que representan al 100% de la población total encuestada respondieron siempre, tanto la alternativa a veces al igual que nunca, no fueron consideradas como posible respuesta a esta indagación.

Interpretación.

La mayoría de docentes piensan que los estudiantes en las clases de Cultura Física mantienen aprendizajes significativos.

Pregunta N.- 9 ¿Se preocupa usted por el bienestar de sus estudiantes?

Cuadro N. 23 Bienestar escolar

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100,00%
A VECES	0	0,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 23 Bienestar escolar



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

La indagación realizada a los docentes indica que, 5 profesores que constituyen el 100% de la población participante respondieron siempre, las alternativas nunca y a veces no generaron respuesta alguna.

Interpretación:

La mayoría de docentes piensa que siempre es importante el bienestar escolar.

Pregunta N.- 10 ¿Cree usted que en la Escuela Luis Godín, se emplean los juegos y las actividades recreativas en el mejoramiento de las habilidades y destrezas de sus estudiantes?

Cuadro N. 24 Juegos y actividades recreativas

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100,00%
A VECES	0	0,00%
NUNCA	0	0,00%
TOTAL	5	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 24 Juegos y actividades recreativas



Fuente: Encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Análisis:

De los 5 docentes que participaron en la ejecución de la encuesta, 5 que corresponden al 100% total de encuestados respondieron siempre, la alternativa a veces al igual que nunca no figuraron como una posible repuesta de los participantes.

Interpretación:

La mayoría de docentes consideran que en la escuela si se emplean juegos y actividades recreativas.

4.3. VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS

Tema: “Los juegos recreativos y su influencia en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica de la Escuela Luis Godín de la Parroquia de Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.”

Cuadro N. 25 Verificación de la hipótesis

PREGUNTAS				
ALTERNATIVAS	1	4	6	9
SIEMPRE	7	11	30	15
A VECES	45	37	19	37
NUNCA	3	7	6	3

Fuente: Encuestas

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

4.3.1. Planteamiento de la hipótesis

H₀ Los juegos recreativos **no influyen** en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica de la Escuela Luis Godín de la Parroquia de Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.

H₁ Los juegos recreativos **si influyen** en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica de la Escuela Luis Godín de la Parroquia de Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.

4.3.2. Nivel de significación y regla de decisión

Nivel de significación.

$$\alpha = 0,05$$

$$gl = (f - 1) (c - 1) \quad c = \text{Columnas de la tabla}$$

$$gl = (4 - 1) (3 - 1) \quad f = \text{Filas de la tabla}$$

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

$$gl = 6$$

Al nivel de significación de 0,05 y seis (6) grados de libertad (gl) el valor de Chi cuadrado tabular es 12,59 ($X^2_t = 12,59$).

Regla de decisión.

Se acepta la hipótesis nula si el valor de chi – cuadrado a calcularse es igual o menor a 12,59, caso contrario se rechaza y se acepta la hipótesis alterna.

4.3.3. Estimador estadístico

$$x^2 = \sum \left[\frac{(o - e)^2}{e} \right]$$

Donde:

X^2 = Valor a calcularse de chi – cuadrado.

\sum = Sumatoria.

O = Frecuencia observada, datos de la investigación.

E = Frecuencia teórica o esperada.

4.3.4. Calculo de Chi – Cuadrado

Cuadro N. 26 Datos obtenidos de la investigación

ALTERNATIVAS	PREGUNTAS ENCUESTAS								TOTAL
	1		4		6		9		
	O	E	O	E	O	E	O	E	
SIEMPRE	7	15,75	11	15,75	30	15,75	15	15,75	63
A VECES	45	34,50	37	34,50	19	34,50	37	34,5	138
NUNCA	3	4,75	7	4,75	6	4,75	3	4,75	19
TOTAL	55	55,00	55	55,00	55	55,00	55	55,00	220

Fuente: Encuestas

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

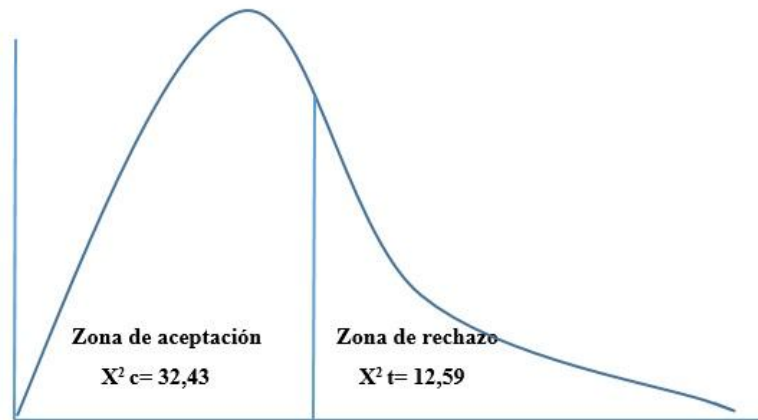
Cuadro N. 27 Cálculo Chi – cuadrado

O	E	$\frac{(O - E)^2}{E}$
7	15,75	4,86
45	34,50	3,20
3	4,75	0,64
11	15,75	1,43
37	34,50	0,18
7	4,75	1,07
30	15,75	12,89
19	34,50	6,96
6	4,75	0,33
15	15,75	0,04
37	34,50	0,18
3	4,75	0,64
		32,43

Fuente: Encuestas

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Gráfico N. 25 Campana de Gauss



Fuente: Encuestas

Elaborado por: Jumbo Proaño Darío Javier

Decisión final

$X^2 t = 12,59 < X^2 c = 32,43$ y de acuerdo con lo establecido se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, es decir:

H₁ Los juegos recreativos **si influyen** en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica de la Escuela Luis Godín de la Parroquia de Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.

CAPITULO V

RECOMENDACIONES Y CONCLUSIONES

5.1. CONCLUSIONES

- Los docentes de cultura física emplean en muy pocas ocasiones los juegos recreativos en sus actividades, aspecto que propicia que los estudiantes consideren a estas acciones recreativas de poca utilidad y provecho en su vida escolar diaria.
- Se conoce que debido un desconocimiento parcial de los beneficios que representan los juegos recreativos y a su vez la poca implementación de estas actividades en las jornadas de cultura física, los escolares poseen una escasa adquisición de nuevas habilidades y destrezas, circunstancia que afecta no solo su desarrollo, por el contrario dicha situación involucra su interés por participar de forma activa, en los procesos que conllevan a la construcción de aprendizajes con valor significativo.
- Los estudiantes al finalizar una clase de cultura física, pierden el interés y la motivación necesaria para continuar con sus otras materias, es decir los ejercicios realizados durante estas horas, no provocan el impacto deseado el cual se basa en estimular el desarrollo motriz e intelectual del educando.
- En relación a los ejercicios ejecutados en las horas de cultura física, los mismos no promueven de manera adecuada la adquisición de nuevas habilidades y destrezas en el educando, y de igual forma las acciones realizadas en este periodo, no favorecen la estimulación e incentivo necesario para motivar al estudiante a involucrarse de manera oportuna en actividades que favorezcan su desarrollo.
- De acuerdo a los resultados alcanzados se afirma que no existen estrategias, recursos o técnicas que permitan estimular e implementar a los juegos recreativos como una herramienta que favorezca el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los educandos

5.2. RECOMENDACIONES

- Para un mejor desarrollo y motivación en el estudiante, se considera propiciar la implementación de los juegos recreativos como un recurso que favorezca el interés y aprendizaje del educando.
- Adecuar las actividades recreativas a las inquietudes y necesidades de los escolares, medida que permitirá incentivar al educando a comprender la importancia y beneficios que posee los juegos recreativos en el mejoramiento de su desarrollo motriz e intelectual.
- Realizar ejercicios recreativos y de participación activa con los estudiantes, acciones que de ser llevadas a cabo, evitaren la monotonía y pérdida de la motivación por aprender en el educando, beneficiando de esta manera tanto la labor realizada por el docente como la intervención del educando.
- Implementar estrategias, técnicas y recursos recreativos, los cuales adicional de la búsqueda de consolidar aprendizajes significativos, creen áreas de aprendizaje entretenidas y de gran valor para los estudiantes, quienes debido a su inquietud y energía característica requieren de innovaciones en los procesos para su enseñanza.
- Incentivar la participación docente en la indagación de actividades, estrategias y recursos que favorezcan su labor profesional y respectivamente el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes, acción que permita cumplir con los objetivos trazados en la formación e instrucción del educando.
- Implantar un manual práctico de juegos recreativos, para desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

6.1. DATOS INFORMATIVOS

Título:

Manual práctico basado en juegos recreativos para el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los niños y niñas de la “Escuela Luis Godín”

Institución ejecutora:

Escuela “Luis Godín”

Beneficiarios:

Estudiantes y docentes de la Institución Educativa.

Ubicación:

Parroquia Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.

Tiempo estimado para la ejecución:

Durante el segundo Quimestre del período lectivo 2014 – 2015.

Equipo técnico responsable:

Investigador: Javier Proaño Jumbo.

6.2. ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA

Sin lugar a dudas toda labor investigativa requiere de un análisis profundo del contexto en el cual se encuentra los involucrados, es decir estudiantes y docentes; razón por la cual se detalla la situación y características del mencionado contexto.

Una vez finalizado el análisis e interpretación de los resultados, se infiere que dicho contexto educativo en el cual se determinó realizar el trabajo investigativo, no se aplican o implementan actividades recreativas en beneficio del desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes; circunstancia que amerita el deficiente interés y participación que los educandos muestran durante y después de las horas posteriores a cultura física.

Entendida las circunstancias que involucran el aprendizaje y desarrollo de los escolares, cabe destacar que a pesar de existir esta debilidad en el centro educativo, no se ha incentivado o implementado estrategias, técnicas o recursos que den respuesta a esta deficiencia, ya sea por una escasa participación del docente o simple desinterés del mismo, dichas actividades que motiven el interés por aprender en el estudiante son limitadas o inexistentes.

Al visualizar estos aspectos negativos, los cuales además de minimizar el desarrollo óptimo de los estudiantes, opacan la labor ejercida por el maestro, se dispone diseñar y posteriormente implementar una respuesta a este requerimiento; tentativa con la cual se aspira disminuir o solucionar la influencia de la dificultad por la cual maestros y docentes atraviesan.

Con el desarrollo y esperada aplicación de la propuesta de solución, adicional a las afirmaciones de las mismas, dicha alternativa planteada en la solución de un problema identificado, aportará al proceso de enseñanza aprendizaje como una herramienta factible y veraz en la búsqueda de mejorar el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes, no obstante es pertinente aludir que la tentativa determinada, se centra en favorecer significativamente la forma en que se construye el conocimiento.

6.3. JUSTIFICACIÓN

Entendiendo que todo proceso indagatorio, necesita de ciertos aspectos o características que verifiquen su contenido o planteamiento, se dispone especificar las siguientes circunstancias que justifican el presente informe.

La importancia que posee la presente labor, se encuentra en su propia esencia y composición, ya que la misma busca dar una respuesta verídica y real a la solución de un problema determinado; se puede aseverar que uno de los principales objetivos que guía la alternativa de solución se basa en favorecer la adquisición de nuevas habilidades y destrezas a nivel cognitivo y motriz en los estudiantes, en especial la motivación por participar de manera activa en el aprendizaje.

Evidentemente al aportar con herramientas o propuestas innovadoras en el campo educativo, el impacto de esta acción no solo permitirá transformar las metodologías empleadas en la enseñanza, sino la forma y perspectiva en que se comprende la importancia de construir aprendizajes que puedan ser empleados en la solución de dificultades que se presenten en la vida diaria del estudiante.

Por otra parte dado la naturaleza y propósito de una propuesta que favorezca el conocimiento, es importante señalar que toda tentativa de solución indispensablemente requiere de una característica que diferencie su estructura e innovación, por lo cual se detalla que el presente manual posee aspectos originales ya que dicha solución se basa en una investigación y comprensión de las necesidades que requieren una respuesta oportuna y verdadera.

Continuando con el análisis y detalle que justifica el presente manual, es pertinente afirmar que los principales beneficiarios del desarrollo y posterior aplicación de esta labor, serán principalmente los estudiantes seguidos de los docentes, quienes al contar con una herramienta que motive su interés por participar en la construcción del conocimiento, la misma permitirá construir aprendizajes significativos y la adquisición de nuevas habilidades y destrezas tanto a nivel cognitivo y motriz en los estudiantes.

Indudablemente un aspecto que determina la veracidad y aplicación de una alternativa de solución, es su factibilidad, es por ello que se manifiesta que la labor a realizarse cuenta con el apoyo de las autoridades educativas, el interés y participación incondicional de los estudiantes y docentes, adicional es importante

aludir que dicha propuesta posee los recursos económicos, tecnológicos y técnicos necesarios para su desarrollo y ejecución en la búsqueda de mejorar la enseñanza y educación física e intelectual de los estudiantes.

Al finalizar de especificar los detalles que justifican el manual práctico basado en juegos recreativos se destaca en que el propósito que rige este trabajo se centra responder de manera adecuada a las necesidades y respuestas que la actualidad junto con sus avances sugieren, es por ello que se asevera que este manual responderá y se adaptará a los principios de un siglo XXI actualizado.

6.4. OBJETIVOS

6.4.1. General.

Elaborar un manual práctico basado en juegos recreativos para el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los niños y niñas de la “Escuela Luis Godín” de la Parroquia Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.

6.4.2. Específicos:

1. Determinar las actividades físicas que conformaran el manual práctico basado en juegos recreativos.
2. Sensibilizar a los docentes del área de cultura física la importancia de implementar el manual práctico basado en juegos recreativos para el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas.
3. Ejecutar el manual práctico basado en juegos recreativos con la comunidad educativa de la “Escuela Luis Godín”
.
4. Evaluar el interés y aceptación del manual práctico en los estudiantes y docentes.

6.5. ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD

De acuerdo al tipo y aspectos que posee a propuesta de solución es pertinente señalar ciertas características que definen su viabilidad:

6.5.1. Política.

El manual práctico basado en juegos recreativos, en conjunto con sus objetivos y actividades se adaptará a los principios y reglamentos internos de la institución ejecutora, cumpliendo de esta forma con los requisitos y políticas internas que rigen a la comunidad educativa.

6.5.2. Socio Cultural.

En este apartado que determina la factibilidad socio cultural, se asevera que el manual que se plantea implementar en la institución educativa, fomentará la participación e interés en la adquisición de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes, en especial la importancia que posee el aprendizaje.

6.5.3. Equidad de género.

En relevancia de incentivar el respeto y equidad por la participación de niños y niñas en las diferentes actividades de aprendizaje, el presente manual destaca que todo ejercicio recreativo busca estimular la igualdad y consolidación de valores en los estudiantes participes de esta proyección educativa.

6.5.4. Ambiental

Evidentemente el eje que mantiene a este manual práctico basado en juegos recreativos, se centra en la implementación de ambientes estimulantes que favorezca al estudiante a inmiscuirse de manera activa en el proceso de construir y adquirir nuevas habilidades y destrezas.

6.5.5. Organizacional

Referente a la aplicación del manual en el área educativa de cultura física, es pertinente detallar que el presente manual facilitará la organización del aprendizaje.

6.6. FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICO – TÉCNICA.

MANUAL PRÁCTICO

Definición: Entendiendo al manual como una herramienta educativa, se conoce que su aplicación en las diferentes áreas de la educación, son diversas, sin embargo en el área de Cultura Física dicho manual permite visualizar posibles actividades que favorezcan en el estudiante desarrollar a través de actitudes físicas nuevas habilidades y destrezas.

M. (2006) expresa “Es un documento que contiene lo más sustancial de un tema, información válida y clasificada sobre una determinada materia. Es un compendio, una colección de textos seleccionados, debidamente ordenadas y clasificados, que proporciona información rápida y fácilmente localizables”.

Los manuales son una de las herramientas más eficaces para transmitir conocimientos y experiencia, porque ellos documentan la información acumulada.

“Lo central es la exposición de actividades y estrategias concretas para llevar a la práctica la teoría, se puede desarrollar con públicos determinados, talleres, explicaciones e instrucciones para aplicar y comprender mejor los contenidos” (Umaginga, 2013, pág. 69)

JUEGOS RECREATIVOS

Definición: Dentro de la Cultura Física, puede definirse a los juegos recreativos como técnicas y estrategias que favorecen el desarrollo del educando, no obstante en esta área los juegos con estas características permiten la creación de espacios de trabajo activo y participativo.

“El juego es una actividad recreativa, inherente al ser humano, donde intervienen uno a más participantes. Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural a través del juego” (Cabrera, 2012, pág. 10)

Características:

A partir de una experiencia previa sobre la principal característica de los juegos, es posible aseverar que estas actividades se centran en mejorar el interés y motivación de los estudiantes en sus clases de Cultura Física o posterior a la misma.

(Cabrera, 2012) En relación a los juegos recreativos manifiesta “Los juegos recreativos son un conjunto de acciones para divertirse y su finalidad entre los que lo realizan es proporcionar diversión, entretenimiento y el disfrute a los jugadores” Es una actividad eminentemente lúdica, divertida, capaz de transmitir emociones, alegrías, salud, estímulos, el deseo de ganar, permitiendo la relación con otras personas, por ello se convierte en una actividad vital e indispensable para el desarrollo de todo ser humano. Por lo general implica un cierto grado de competencia, pero en el caso de los juegos recreativos el valor competitivo se minimiza, lo esencial es el aspecto recreativo de la actividad. (Cabrera, 2012, pág. 10)

Beneficios de los juegos recreativos:

Indudablemente toda actividad con fines educativos posee ventajas al implementarse a los procesos de enseñanza aprendizaje, por esta razón se describen las siguientes ventajas al aplicar estas actividades en las jornadas escolares.

Beneficios de los juegos recreativos de acuerdo a (Cabrera, 2012)

Recreación y diversión.- El cual nos lleva al disfrute en el momento de realizar juegos que divierten y nos ayuda a relajar nuestro cuerpo y mente.

Liberación de malas energías.- Los juegos nos ayuda a relajarnos a olvidar por un momento las tenciones que tenemos en la vida diaria, por lo que las actividades recreativas nos ayudan combatir el estrés.

Relaciones sociales.- Mediante los juegos podemos relacionarnos con personas que no conocemos, eso es una característica muy especial cuando realizamos dinámicas o juegos, nos permite interactuar con los demás.

Objetivos físicos.- Dependiendo del tipo de juegos, estos también nos ayuda a mantener un estado de salud muy sano tanto físicamente, fisiológicamente y como mencionamos anteriormente psicológicamente, nos ayuda a mantener un buen estado físico.

Habilidades psicomotoras.- Los beneficios de los juegos especialmente en los niños es el gran beneficio en el desarrollo psicomotor que van desarrollando durante su crecimiento, sabemos que un niño aprende jugando. Los juegos nos permiten mayor concentración, a despejar la mente, lo cual es muy saludable para una persona, especialmente para los estudiantes, su mente se relaja.

HABILIDADES Y DESTREZAS

Definición:

Las habilidades y destrezas en la educación física pueden considerarse como la capacidad de respuesta y adaptación que posee el estudiante frente a su ambiente o área de trabajo.

Según Contreras (1998: 189) en la literatura inglesa "la palabra skill significa habilidad, destreza, pericia, arte o técnica, y la palabra hability, significa habilidad capacidad, talento, aptitud o dote". En estos significados se puede resaltar como hecho importante, que entre ambos solamente coincide la palabra habilidad, mientras que en los otros elementos se presentan diferencias.

En el campo de la Educación Física, tal como lo manifiestan Generelo y Lapetra (1993), En habilidades y Destrezas Motrices Básicas: análisis y evolución", el

concepto de Habilidad hace referencia a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía y/o de tiempo.

En Cultura Física las habilidades y destrezas, son procesos ordenados y coordinados con los diferentes procesos que conllevan a la construcción de aprendizajes con valor significativo en especial con el desarrollo de capacidades motrices que permitan al estudiante desenvolverse de manera óptima en su diario vivir.

Habilidades básicas y específicas. El desarrollo humano está condicionado por factores psicológicos, biológicos y socioculturales, y el aprendizaje y desarrollo de habilidades motrices, como posibilidad de manifestación de las dimensiones del ser humano, así mismo, es un proceso progresivo y sistemático en el que interactúan estos factores.

En el individuo, desde el nacimiento surgen una serie de movimientos que responden a la solución de sus necesidades fundamentales. Movimientos reflejos, patrones básicos de movimiento, como el gateo, arrastrarse, reptar, etc.

El aprendizaje y perfeccionamiento de las habilidades como proceso de desarrollo.

Los patrones motores se adquieren en los primeros años de vida y constituyen las formas fundamentales de la motricidad en el ser humano.

La práctica permanente de estos patrones, conduce al desarrollo de las habilidades básicas, ya constituidas y afirmadas como secuencias de movimientos con alto grado de orden precisa, movimientos automatizados, que por su disponibilidad inmediata, en cualquier momento, situación, permiten, favorecen, facilitan el dominio motriz del medio, como condición primaria para la conquista de la autonomía por parte del niño.

Para Sánchez Bañuelos (1986: 135), el desarrollo de las habilidades básicas se presenta en el momento en que los niños demuestran "una habilidad perceptiva operativa a niveles básicos, una suficiente familiarización, y una idea bastante definida sobre la función de dichas habilidades". Con el desarrollo de estas características, el niño está en condiciones de explorar y conocer su cuerpo a través del movimiento, afianzar los procesos de adquisición de aprendizaje y desarrollo de los patrones motrices básicos, y de perfeccionarlos hasta llegar a la adquisición de las habilidades básicas.

6.7. MODELO OPERATIVO

Cuadro N. 28 Modelo operativo

FASES	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	RESPONSABLES
DISEÑO	Determinar las actividades que formaran parte del manual planteado.	Establecer las actividades que favorecerán a desarrollar nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes.	Libros Internet Papel bond Computador	Investigador
SENSIBILIZACIÓN	Sensibilizar a la comunidad educativa la importancia de implementar actividades, ejercicios, estrategias y técnicas para el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas.	Permitir la visualización de una información veraz y concreta sobre la influencia de los juegos recreativos en el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes	Manual práctico basado en juegos recreativos Laptop Proyector	Autoridades Docentes Investigador
EJECUCIÓN	Ejecutar el manual práctico basado en cuentos clásicos con los estudiantes y docentes pertenecientes al área de cultura física.	Capacitación docente Aplicación del manual con los estudiantes.	Manual práctico basado en juegos recreativos Laptop Proyector	Autoridades Docentes Investigador
EVALUACIÓN	Evaluar la acogida e interés presenciada en las autoridades, docentes y estudiantes de la institución ejecutora.	Diseñar instrumentos de evaluación, aplicación, análisis interpretación y recomendaciones.	Instrumentos de evaluación	Autoridades Docentes Investigador

Elaborado por: Jumbo Proaño Javier Darío

6.8. ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA

La ejecución e implementación del manual práctico basado en juegos recreativos para el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes de la “Escuela Luis Godín”, se concreta en los aspectos establecidos en el modelo operativo, es decir tanto autoridades como docentes formaran parte de la aplicación, utilización del manual en la actividades desarrolladas en las horas de clase.

De la misma manera se menciona que el control del presente manual será guiado por las autoridades administrativas del plantel, de igual manera por parte de los docentes, favoreciendo de esta forma, a un correcto desarrollo de la tentativa de solución, respetando los reglamentos internos de la institución ejecutora.

La respectiva evaluación sobre el nivel de eficacia del manual, será aplicada en la búsqueda de cambios significativos en la adquisición de nuevas habilidades y destrezas en los estudiantes.

6.9. PREVISIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

En la necesidad de disponer de un plan de monitoreo y evaluación de la propuesta para tomar decisiones oportunas que permitan mejorarla. Se define los periodos en el tiempo respecto del diseño, ejecución y resultados de la propuesta. En especial se menciona que dicha propuesta puede mantenerse, modificarse, suprimirse o remplazarse, ya que toda labor investigativa que determina una solución a un problema determinado tiene como objetivo primordial beneficiar el aprendizaje de los estudiantes.

Cuadro N. 29 Previsión y evaluación de la propuesta

PREGUNTAS	EXPLICACIÓN.
¿Qué evaluar?	Los juegos recreativos y su influencia en las habilidades y destrezas de los niños. La funcionalidad y efectividad del manual.
¿Por qué evaluar?	Conocer la aplicación y acogida que tiene el manual en las actividades que desempeñan educandos y maestros.
¿Para qué evaluar?	Obtener datos reales sobre los juegos recreativos en las habilidades y destrezas de los niños. Conocer si existieron cambios de actitud por parte de los estudiantes, al aplicar la propuesta en la institución ejecutora.
¿Con que criterios?	Eficacia, pertinente, efectividad.
Indicadores	Cuantitativo y cualitativo.
¿Quién evaluar?	Autoridades. Docentes, estudiantes.
¿Cuándo evaluar?	Inicial, Procesal y final.
¿Cómo evaluar?	Diseño, sensibilización, ejecución y evaluación.
¿Con qué evaluar?	Cuestionario, encuestas.

Elaborado por: Jumbo Proaño Javier Darío



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

*“Manual práctico de juegos recreativos para el
desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en los
estudiantes”*



INTRODUCCIÓN

De acuerdo a la necesidad primordial de brindar una mejor oportunidad a los estudiantes y de aportar de manera significativa a la transformación de las metodologías tradicionalistas en el campo educativo, se determina elaborar un manual práctico de juegos recreativos para el desarrollo de habilidades y destrezas en los estudiantes.

Adicional a las afirmaciones presentadas en este informe y a su vez las ya conocidas situaciones escolares, es importante mencionar que una de las posibles razones por la cual el escolar actualmente no presenta interés por participar activamente no solo en las horas de Cultura Física, sino en sus otras materias se debe a la escasa existencia de recursos, estrategias y técnicas para su enseñanza.

Se puede aseverar que una vez finalizado y con la correspondiente aplicación, dicho manual además de estimular un adecuado desarrollo motriz en los estudiantes, proporcionará al docente una herramienta versátil y audaz en la adquisición de nuevas habilidades y destrezas en los educandos.

Evidentemente la Educación Física, es una de las actividades que mayor atención y participación acoge de los escolares, sin embargo dicha aceptación se desvanece cuando el docente emplea metodologías desactualizadas o monótonas en las clases de Cultura Física; por ello la importancia de implementar en cada clase una actividad diferente e interesante, permitiendo de esta manera que las cátedras impartidas en las horas de Cultura Física posean mayor impacto en la motivación y aprendizaje de los educandos.



AGRADECIMIENTO

Se puede afirmar que una propuesta de trabajo y de igual manera una tentativa de trabajo no puede considerarse exitosa sin los aportes de las personas que hicieron dicho trabajo realidad, es por eso que en este apartado del manual que a continuación será presentado, se define agradecer de manera infinita a Dios por brindarme la oportunidad de cumplir una de las más grandes ambiciones de todo ser humano prosperar a nivel profesional y humanitario, agradezco a mi familia por ser el núcleo de fuerza, voluntad, sabiduría y amor en mi vida y carrera.

De igual manera en segundo lugar pero no menos importante deseo agradecer de la manera más sencilla y cordial a mí tutor de tesis quien con su vasto conocimiento y carisma supo guiar esta labor investigativa a su culminación oportuna, la misma que además de proporcionar una oportunidad profesional al autor de la misma, considero que los principales beneficiarios de esta labor son los niños y niñas, a quienes considero el futuro de nuestra sociedad.



ÍNDICE:

EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO ACTIVO - PASIVOS.

Aumento de amplitud en los isquiotibiales.....	99
Aumento de amplitud en los cuádriceps.....	100
Aumento de amplitud en los rotadores exteriores de la cadera.....	101
Aumento de amplitud en los isquiotibiales con un compañero.....	102
Aumento de amplitud en los aductores con un compañero.....	103
Aumento de amplitud en los cuádriceps con un compañero.....	104
Aumento de amplitud en los rotadores externos de la cadera con un compañero	105
Aumento de amplitud en los flexores de la cadera (psoasiliaco y recto femoral con un compañero.....	106
Aumento de amplitud en los músculos del hombro con un compañero.....	107



JUEGOS RECREATIVOS

Juegos de ida y vuelta

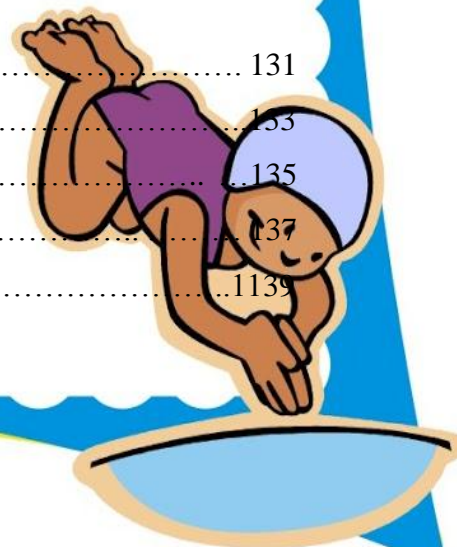
Los anillos.....	109
Toma y dame.....	111
Los zorros.....	113
Policías y ladrones.....	115
El rodeo.....	117
Si te cojo me sigues.....	119

Juegos con pelota

Achicando pelotas.....	121
Pelota túnel.....	123
Fútbol de tres pies.....	125
Fútbol con parejas.....	127
Ponchado.....	129

Juegos recreativos de cooperación

Wascamanta.....	131
Capitán manda.....	133
Zapatos de venta.....	135
El gusano cien pies.....	137
Transporte de pasajeros.....	139



Buscando casa.....	141
El trono.....	143
A morder la cola.....	145
El cocodrilo.....	147
Pelea de globos.....	149
Los aros locos.....	151



USO DEL MANUAL PRÁCTICO DE JUEGOS RECREATIVOS

Sin un objetivo determinado y el uso que se le puede asignar a una herramienta, su diseño y posterior empleo en el campo educativo no tendría sentido, por lo cual se detalla de manera clara y concreta el contenido, las actividades y recursos que se implementaran para un adecuado uso del presente manual.



Cabe mencionar que tanto el aporte teórico, como las etapas y fases que se mencionaran en este manual, han sido investigadas anticipadamente, dando la característica de veráz y oportuno a la siguiente propuesta de trabajo.

En cada actividad que conforma el manual, se detalla una descripción de la actividad a realizar, los posibles materiales a emplearse, los procesos que permita una ejecución óptima, posteriormente se establecen las posibles evaluaciones a cada una de las actividades ejecutadas.

Dado a conocer los aspectos que conforman el manual práctico, se reitera la importancia de sugerir el uso de pasos o procedimientos, antes de implementar la actividad con los estudiantes.

Primero:

Leer detenidamente el aporte práctico y teórico anticipadamente es decir: su descripción, materiales y espacios de trabajo en los cuales se llevará a cabo los juegos, evitando de esta forma deformar el verdadero propósito de la actividad.

Segundo:

Emplear los recursos o materiales apropiados, sin embargo, al conocer que el objetivo de este manual es incentivar el aprendizaje, el docente podrá emplear otros materiales los cuales deben adaptarse al juego recreativo.

Tercero:

Al realizar las actividades de este manual se recomienda emplear un estiramiento y calentamiento previo, con el cual se eludirá posibles lesiones en los educandos.



EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO ANTERIOR Y POSTERIOR A LOS JUEGOS RECREATIVOS



ESTIRAMIENTOS ACTIVO – PASIVOS

DEFINICIÓN:

“Esta técnica de estiramiento también se denomina **contraer – relajar – estirar** y es similar en sus principios a la técnica llamada stretching, descrita por Sven A. Solveborn” (Geoffroy, 2011, pág. 207)

“Es la combinación de un estiramiento activo seguido de un estiramiento pasivo, **contraer – relajar – estirar** en un mismo grupo muscular” (Geoffroy, 2011, pág. 208)

“La contracción muscular estática intensa (de 10 a 15 s de duración) irá seguida de una fase en el que músculo no puede contraerse, llamada periodo refractario” (Geoffroy, 2011, pág. 208)

“Con esta técnica se consigue más fácilmente mejorar la amplitud, ya que la tensión pasiva de los puentes en la sarcómera puede disminuir gracias a las contracciones musculares que la preceden” (Geoffroy, 2011, pág. 208)

OBJETIVOS:

Dado la que la rigidez es más perjudicial que beneficiosa, esta técnica de estiramiento muscular tiene como objetivos:

Mantener, mejorar o recuperar la amplitud de movimiento.

La mejora de la flexibilidad del tejido muscular y del tejido conjuntivo va a proporcionar una facilidad de movimientos y a remplazar cierta rigidez existente en puntos diversos; la cual puede ser consecuencia de un desequilibrio morfoestático o morfodinámico.



Mantener el músculo en tensión entre dos esfuerzos.

Siempre resulta complejo proponer una técnica de estiramiento que se debe intercalar entre dos esfuerzos explosivos, como, por ejemplo, series de sprints.



Con los estiramientos activos – pasivos, la alternancia de las contracciones estáticas y de los alargamientos pasivos repetidos permite devolver a su estado funcional el tejido contráctil manteniéndolo bajo una tensión permanente, preparándolo así para un nuevo esfuerzo.

PRINCIPIOS:

Los estiramientos activo – pasivos se practicarán:

- Dos o tres veces por semana cuando se desee mejorar la flexibilidad.
- En cada entrenamiento, entre los esfuerzos específicos, cuando se desee mantener el músculo en tensión.

Estos ejercicios se pueden realizar solo o con un compañero, o bien con un terapeuta cuando se trata de recuperar la amplitud.

La posición de variante es variable; sentado, tendido o de pie... La elección estará determinada por la facilidad e eficacia de la realización del ejercicio.

PROCEDIMIENTO:

- 1.- Poner en posición de alargamiento el músculo o el grupo muscular en cuestión, sin brusquedades, hasta tener la sensación de tirantez.
- 2.- Colocar la pelvis correctamente, a fin de aumentar el alargamiento y determinar el punto fijo y el móvil.
- 3.- Dar el máximo de tensión al interior el músculo realizado contracciones estáticas de 10 a 15 segundos. Empujar contra una resistencia exterior: el suelo, una barra, la propia mano (autorresistencia) o una resistencia ejercida por un compañero o terapeuta.



4.- Relajar la contracción muscular.

5.- Ganar amplitud. Para ello, dejar que se ejerza la fuerza, permitiendo el alargamiento, lentamente, sin tirones, progresivamente hasta el punto que se pueda alcanzar. Mantener la posición durante 20 segundos.



Cada ejercicio deberá repetirse de 3 a 5 veces, manteniendo siempre el punto alcanzado por el estiramiento anterior.

La fuerza que permite el alargamiento puede ser: la gravedad, la propia tracción (autotracción) o un empuje exterior (compañero).

PARA MAYOR EFICACIA:

Los factores que van a permitir ganar amplitud más fácilmente son:

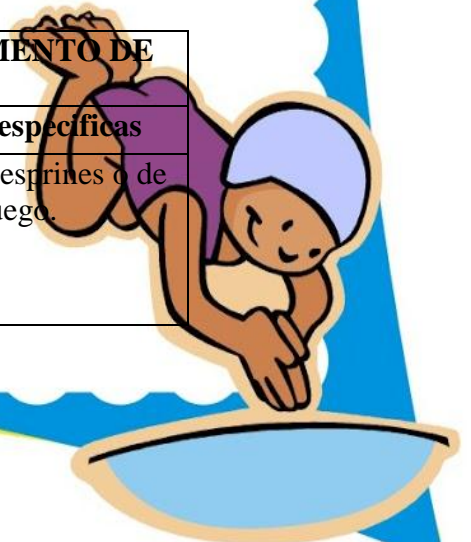
La respiración.- En la fase de estiramiento, la respiración facilita la elongación.

El calentamiento aconsejado antes de estirar es importante, ya que permite reducir la viscoelasticidad, lo cual favorece la elongación.

Periodos de realización de los estiramientos activo- pasivos:

ESTIRAMIENTO ACTIVO PASIVO Y AUMENTO DE AMPLITUD	
De 2 a 3 sesiones por semana	
Pequeño calentamiento 10 minutos	Estiramiento activo – pasivos 5 minutos/ grupos musculares.
Cardiorrespiratorio y musculares.	

ESTIRAMIENTO ACTIVO PASIVO Y AUMENTO DE AMPLITUD		
Sesión de entrenamiento durante secuencias específicas		
1 serie de esprines o de juego.	Estiramiento activo – pasivos durante los periodos de reposo	2 serie de esprines o de juego.



EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO ACTIVO – PASIVOS:

AUMENTO DE AMPLITUD EN LOS ISQUIOTIBIALES



Fase 1 Alargamiento – contracción
Fuente: (Geoffroy, 2011, pág. 212)

Fase 2 Relajación – alargamiento

PROCEDIMIENTO:

1.- Poner en posición de alargamiento los isquiotibiales hasta notar una tirantez.

2.- Colocar la pelvis en anteversión a fin de aumentar el alargamiento.

3.- Dar el máximo de tensión a interior del músculo clavando el talón en el suelo entre 10 y 15 s.

4.- Relajar la contracción muscular.

5.- Ganar amplitud: para ello bajar el pecho, lentamente, sin tirones en dirección a la rodilla.

Mantener la posición durante 20 s.

Conservar el aumento de amplitud logrando repetir la serie 2 o 3 veces.



AUMENTO DE AMPLITUD EN LOS CUÁDRICEPS



Fase 1 Alargamiento – contracción
Fuente: (Geoffroy, 2011, pág. 213)

Fase 2 Relajación – alargamiento

PROCEDIMIENTO:

1.- Poner en posición de alargamiento los cuádriceps hasta notar una tirantez.

2.- Colocar la pelvis en retroversión a fin de aumentar el alargamiento.

3.- Dar el máximo de tensión al interior del músculo empujando con el pie sobre la mesa entre 10 y 15 s.

4.- Relajar la contracción muscular.

5.- Ganar amplitud: para ello, estando bien apoyado, sobre las manos, dejar bajar el pecho, lentamente, sin tirones, hacia atrás.

Mantener la posición durante 20 s.

Conservar el aumento de amplitud logrado y repetir la serie 2 o 3 veces.



AUMENTO DE AMPLITUD EN LOS ROTADORES EXTERIORES DE LA CADERA



Fase 1 Alargamiento – contracción
Fuente: (Geoffroy, 2011, pág. 214)

Fase 2 Relajación – alargamiento

PROCEDIMIENTO:

1.- Poner en posición de alargamiento los músculos rotadores externos hasta notar una tirantez.

2.- Colocar la pelvis en anteversión a fin de aumentar el alargamiento.

3.- Dar el máximo de tensión al interior del músculo empujando con la rodilla hacia el exterior contra el antebrazo que opone resistencia, entre 10 y 15 s.

4.- Relajar la contracción muscular.

5.- Ganar amplitud: para ello, presionar lentamente, sin tirones, con el antebrazo sobre la rodilla.

Mantener la posición durante 20 s.

Conservar el aumento de amplitud logrado y repetir la serie 2 o 3 veces.



AUMENTO DE AMPLITUD EN LOS ISQUIOTIBIALES CON UN COMPAÑERO



Fase 1 Alargamiento – contracción
Fuente: (Geoffroy, 2011, pág. 215)

Fase 2 Relajación – alargamiento

PROCEDIMIENTO:

1.- El compañero pone en posición de alargamiento los músculos isquiotibiales hasta notar una tirantez. La rodilla estará extendida.

2.- Colocar la pelvis en anteversión a fin de aumentar el alargamiento.

3.- → Dar el máximo de tensión al interior del músculo empujando con el pie contra la mano del compañero que opone resistencia, entre 10 y 15 s.

4.- Relajar la contracción muscular.

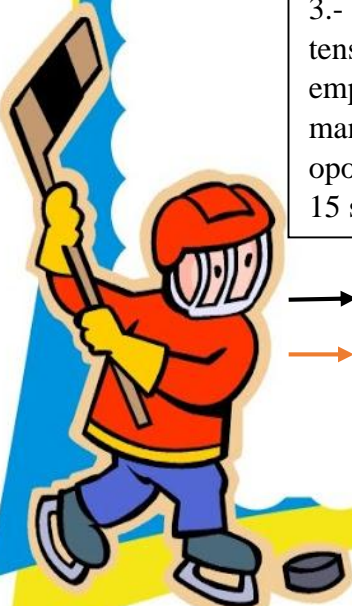
5.- → Ganar amplitud: para ello, el compañero lleva el miembro inferior hasta la vertical lentamente, sin tirones.

Mantener la posición durante 20 s.

Conservar el aumento de amplitud logrado y repetir la serie 2 o 3 veces.

→ Empuje o contracción efectuados por el sujeto.

→ Presión en el sentido del alargamiento efectuado por el compañero.



AUMENTO DE AMPLITUD EN LOS ADUCTORES CON UN COMPAÑERO



Fase 1 Alargamiento – contracción
Fuente: (Geoffroy, 2011, pág. 216)

Fase 2 Relajación – alargamiento

PROCEDIMIENTO:

1.- El compañero pone en posición de alargamiento los músculos aductores hasta notar una tirantez, mientras sujeta el lado opuesto de la pelvis.

2.- → Dar el máximo de tensión al interior del músculo presionado hacia el interior. La mano del compañero que opone resistencia, entre 10 y 15 s.

3.- Relajar la contracción muscular.

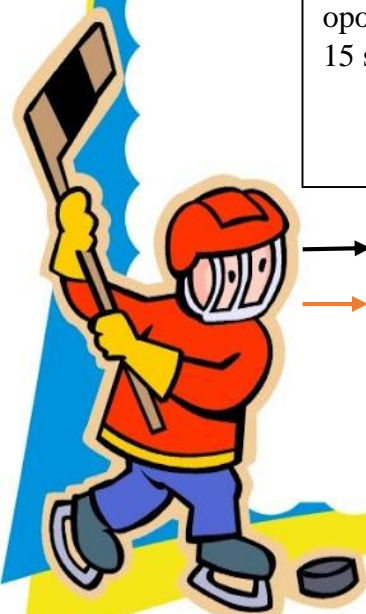
4.- → Ganar amplitud: para ello, el compañero lleva el miembro inferior hacia el exterior lentamente, sin tirones.

Mantener la posición durante 20 s.

Conservar el aumento de amplitud logrado y repetir la serie 2 o 3 veces.

→ Empuje o contracción efectuados por el sujeto.

→ Presión en el sentido del alargamiento efectuado por el compañero.



AUMENTO DE AMPLITUD EN LOS CUÁDRICEPS CON COMPAÑERO



Fase 1 Alargamiento – contracción

Fuente: (Geoffroy, 2011, pág. 217)

Fase 2 Relajación – alargamiento

PROCEDIMIENTO

1.- El compañero pone en posición de alargamiento los músculos cuádriceps hasta notar una tirantez. La cadera estará extendida y la rodilla flexionada.

2.- Colocar la pelvis en retroversión para aumentar el alargamiento.

3.- → Dar el máximo de tensión al interior del músculo intentando llevar el pie y la rodilla hacia delante. La mano del compañero que opone resistencia, entre 10 y 15 s.

4.- Relajar la contracción muscular.

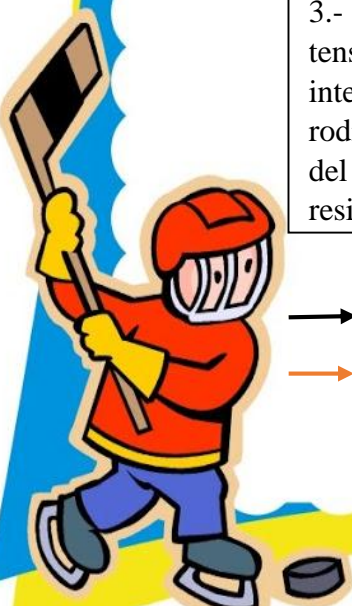
5.- → Ganar amplitud: para ello, el compañero lleva el miembro inferior hacia el atrás lentamente, sin tirones.

Mantener la posición durante 20 s.

Conservar el aumento de amplitud logrado y repetir la serie 2 o 3 veces.

→ Empuje o contracción efectuados por el sujeto.

→ Presión en el sentido del alargamiento efectuado por el compañero.



AUMENTO DE AMPLITUD EN LOS ROTADORES EXTERNOS DE LA CADERA CON UN COMPAÑERO



Fase 1 Alargamiento – contracción
Fuente: (Geoffroy, 2011, pág. 218)

Fase 2 Relajación – alargamiento

PROCEDIMIENTO

1.- El compañero pone en posición de alargamiento los músculos rotadores externos de la cadera hasta notar una tirantez, con la rodilla flexionada y flexión y rotación interna de cadera.

2.- → Dar el máximo de tensión al interior del músculo empujando con la rodilla hacia el exterior, y con el pie hacia el interior. Las manos del compañero opondrán resistencia al empuje.

3.- Relajar la contracción muscular.

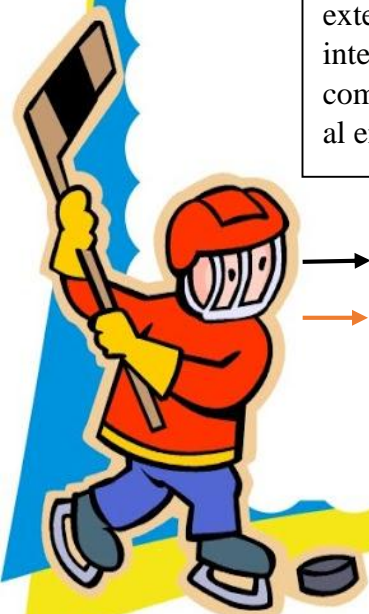
4.- → Ganar amplitud: para ello, el compañero lleva la rodilla hacia el interior lentamente, sin tirones, por encima de la cadera, y tira del pie hacia fuera.

Mantener la posición durante 20 s.

Conservar el aumento de amplitud logrado y repetir la serie 2 o 3 veces.

→ Empuje o contracción efectuados por el sujeto.

→ Presión en el sentido del alargamiento efectuado por el compañero.



AUMENTO DE AMPLITUD EN LOS FLEXORES DE LA CADERA (PSOASILIACO Y RECTO FEMORAL) CON UN COMPAÑERO



Fase 1 Alargamiento – contracción
Fuente: (Geoffroy, 2011, pág. 219)

Fase 2 Relajación – alargamiento

PROCEDIMIENTO

1.- El compañero pone en posición de alargamiento los músculos flexores de la cadera hasta notar una tirantez, con extensión de cadera y la rodilla flexionada.

2.- Colocar la pelvis en retroversión

3.- → Dar el máximo de tensión al interior del músculo intentando llevar la rodilla hacia abajo. La mano del compañero opondrá resistencia al empuje entre 10 y 15 s

4.- Relajar la contracción muscular.

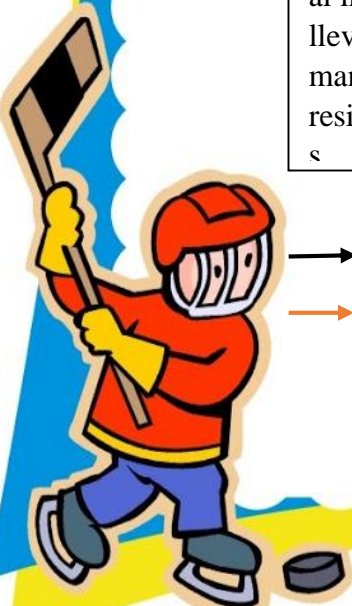
5.- → Ganar amplitud: para ello, el compañero lleva el miembro inferior hacia arriba con la rodilla flexionada.

Mantener la posición durante 20 s.

Conservar el aumento de amplitud logrado y repetir la serie 2 o 3 veces.

→ Empuje o contracción efectuados por el sujeto.

→ Presión en el sentido del alargamiento efectuado por el compañero.



AUMENTO DE AMPLITUD EN LOS MÚSCULOS DEL HOMBRO CON UN COMPAÑERO



Fase 1 Alargamiento – contracción
Fuente: (Geoffroy, 2011, pág. 220)

Fase 2 Relajación – alargamiento

PROCEDIMIENTO

1.- El compañero pone en posición de alargamiento los músculos del hombro hasta notar una tirantez.

2.- → Dar el máximo de tensión al interior del músculo. Para ello, empujar con el brazo hacia arriba, contra la mano del compañero.

3.- Relajar la contracción muscular.

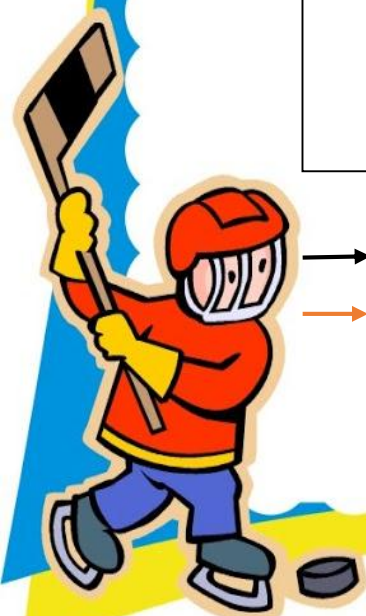
4.- → Ganar amplitud: para ello, el compañero presiona lentamente, sin tirones, el brazo hacia abajo.

Mantener la posición durante 20 s.

Conservar el aumento de amplitud logrado y repetir la serie 2 o 3 veces.

→ Empuje o contracción efectuados por el sujeto.

→ Presión en el sentido del alargamiento efectuado por el compañero.



JUEGOS RECREATIVOS

DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

“Los juegos recreativos son un conjunto de acciones para divertirse y su finalidad entre los que lo realizan es proporcionar diversión, entretenimiento y el disfrute a los jugadores” (Cabrera, 2012, pág. 10)



Es una actividad eminentemente lúdica, divertida, capaz de transmitir emociones, alegrías, salud, estímulos, el deseo de ganar, permitiendo la relación con otras personas, por ello se convierte en una actividad vital e indispensable para el desarrollo de todo ser humano. Por lo general implica un cierto grado de competencia, pero en el caso de los juegos recreativos el valor competitivo se minimiza, lo esencial es el aspecto recreativo de la actividad. (Cabrera, 2012, pág. 10)

OBJETIVOS:

- Estimular la participación activa del estudiante.
- Promover la recreación y motivación del escolar.
- Desarrollar nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Incentivar la integración entre compañeros.

PROCEDIMIENTO:

“Los juegos deben ser actividades puramente recreativas, por lo tanto los juegos deben efectuarse de forma libre, en un clima alegre y entusiasta. Los juegos recreativos pueden realizarse a al aire libre o bajo techo, en un campo abierto o en sectores delimitados” (Cabrera, 2012, pág. 10)

RECURSOS TÉCNICOS O MATERIALES:

Los recursos a emplearse en los juegos recreativos, tendrán variantes de acuerdo a al ejercicio a ejecutarse, es decir de acuerdo a la actividad se incluirá o no recursos para la enseñanza y el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas.



JUEGOS DE IDA Y VUELTA Y PERSECUCIÓN “LOS ANILLOS”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

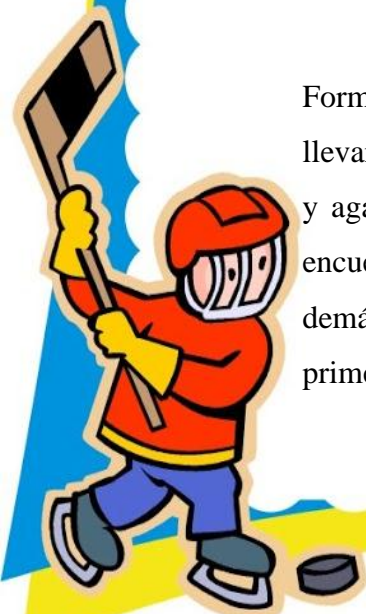
El juego de anillos comprende un ejercicio, de colectividad, ya que todos los integrantes de un grupo deberán participar y cooperar para llegar a la meta.

OBJETIVOS:

- Recrear a los estudiantes mediante actividades divertidas y educativas.
- Fomentar la integración entre estudiantes.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.

PROCEDIMIENTO:

Formar equipos, colocarlos en columna y a una señal salen dos compañeros llevando uno de su equipo. El compañero que va ser llevado debe estar en cuclillas y agarrado fuerte de sus piernas. Los dos compañeros deberán llevar al que se encuentra en cuclillas y dejarlo al jugador en una línea trazada y regresan por los demás. Deben llevar a todo el equipo al otro lado, gana el equipo que traslada primero a todo su grupo al lado contrario.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:



<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“TOMA Y DAME”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

En el juego conocido como “toma y dame” al igual que todos los demás juegos mencionados en este manual, busca estimular la participación e integración de los estudiantes, por medio de actividades lúdicas divertidas y con fines educativos.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas.

PROCEDIMIENTO:

Hacer tres equipos, deben formarse en línea recta, al frente esta una pelota, al iniciar el juego sale el primero hacia la pelota, este lanza al siguiente y luego le devuelve, deja la pelota en su sitio y regresa para colocarse al último, pero para el relevo debe tocar la mano del compañero para que este realice lo, mismo, gana el equipo que primero terminan de pasar.





EVALUACIÓN.

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“LOS ZORROS”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

En este juego se destaca la coordinación para realizar este juego, ya que una de las características principales que destaca a este juego es la persecución y cambio de rol, sin duda este juego motiva a los estudiantes a participar de manera activa en clases.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.

PROCEDIMIENTO:

Se divide en dos equipos, la una mitad se coloca un pañuelo en la cintura dorsal, ellos son los zorros, al dar la señal salen a correr y el otro equipo intenta quitar el pañuelo a los zorros y colocarse para pasar a ser ellos los perseguidos.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>



REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“POLICÍAS Y LADRONES”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

En el juego denominado “policías y ladrones” se destaca la participación e integración entre compañeros, sin duda este juego provoca mayor emoción e interés por los participantes de la misma.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.

PROCEDIMIENTO:

Este juego consiste en dividir la clase en dos grupos iguales, un grupo son los policías y el otro los ladrones los policías en parejas tomados de las manos tendrán que atrapar a los ladrones y meterlos en la cárcel que estará ubicada en un lugar de la cancha determinado por el profesor y cuando ya hallan atrapado a todos cambian de roll.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:



<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“EL RODEO”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

En este juego se aplicará de forma coordinada la habilidad y sagacidad del estudiante, ya que el principal objetivo de la misma es atrapar a sus compañeros que a su vez representan a potros salvajes.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.

PROCEDIMIENTO:

Se escogen cinco estudiantes que representan los cowboys. Cada uno de ellos toma un aro y con este trata de capturar a los potros salvajes personificado por el resto de los compañeros. Cuando los captura los introduce dentro del aro, teniendo cuidado de no golpearlos.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>



REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“SI TE COJO ME SIGUES”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

Un juego, que estimula la resistencia y coordinación del estudiante, en esta actividad se destaca la velocidad y resistencia que posee el estudiante para atrapar a otro estudiante.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.

PROCEDIMIENTO:

De todo el grupo se selecciona a uno, al dar la señal este empieza a perseguir al resto, el juego consiste en que si alguien se deja coger estos se toman de la mano y siguen capturando al resto, el juego termina cuando todo el grupo este capturado y todos hayan hecho una cadena.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>



REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



JUEGOS CON PELOTA “ACHICANDO PELOTAS”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

En esta actividad, adicional a un área de trabajo adecuado se empleará como recurso primordial el uso de balones de juego, los cuales permitirán desarrollar de manera adecuada el juego recreativo.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.

RECURSOS TÉCNICOS Y MATERIALES:

En la ejecución de este juego se emplearán balones de juego, los cuales pueden ser: de básquet, futbol o vóley.

PROCEDIMIENTO:

Se reparte pelotas en las dos mitades de la cancha y se divide a los alumnos y alumnas en dos grupos. El juego consiste en lanzar el mayor número de pelotas al campo contrario. Gana el equipo que menos pelotas tiene en su territorio, el momento que el profesor da la orden finaliza el juego.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>



REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“PELOTA TÚNEL”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

Un juego de trabajo en equipo, ya que si un integrante no coopera con sus compañeros, su participación terminara en último lugar, sin duda un juego divertido y de participación estudiantil.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

RECURSOS TÉCNICOS Y MATERIALES:

En la ejecución de este juego se emplearán balones de juego, los cuales pueden ser: de básquet, futbol o vóley.

PROCEDIMIENTO:

Se inicia formando a los estudiantes en columna de diez o más, sin mayor separación entre ellos. El primer jugador lanza la bola hacia atrás, rolando entre las piernas de los jugadores que se encuentran abiertas y se inician el juego. Al recibir



el último jugador la pelota, sale corriendo hacia adelante, se ubica en el primer puesto y continua el juego.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“FUTBOL DE TRES PIES”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

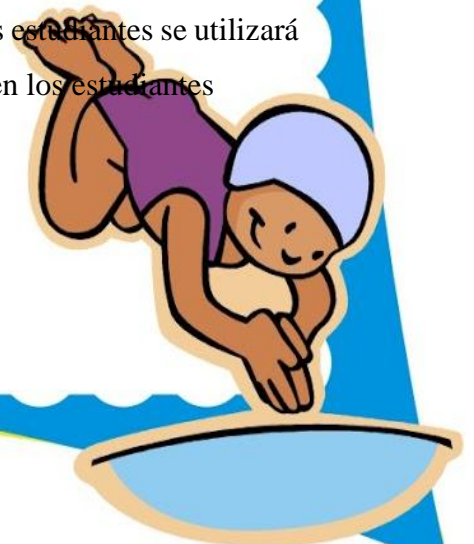
Un juego en el cual interviene la coordinación de los estudiantes, debido que el objetivo principal de este juego es jugar y anotar marcaciones en el aro contrario con tres compañeros pero unidos sus pies con un pañuelo o soga que no lastime los pies de los educandos.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

RECURSOS TÉCNICOS Y MATERIALES:

En la ejecución de este juego se emplearán balones de juego, los cuales pueden ser: de básquet, fútbol o vóley, adicional para unir los pies de los estudiantes se utilizará un pañuelo o una soga que no ocasione malestar y heridas en los estudiantes.



PROCEDIMIENTO:

Formar parejas y estos se amarran un pie de cada uno juntándolos, luego se forman dos equipos, el objetivo es convertir goles al arco contrario.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“FUTBOL CON PAREJAS”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

En este juego se destaca la participación y coordinación del estudiante en la ejecución de esta actividad, el objetivo de este juego jugar en equipo y parejas para ganar a su oponente, quienes jugaran de utilizando la misma característica.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

RECURSOS TÉCNICOS Y MATERIALES:

En la ejecución de este juego se emplearán balones de juego, los cuales pueden ser: de básquet, fútbol o vóley.

PROCEDIMIENTO:

Los integrantes de cada equipo se colocan por parejas y durante el partido deben ir de la mano. Desarrollo: Si una pareja se suelta, comete una falta, sacando la falta el equipo contrario.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>



REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“PONCHADO”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

Un juego muy divertido, que además de estimular la participación del estudiante, permitirá motivar el interés y respectivamente la coordinación viso – motora del estudiante.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

RECURSOS TÉCNICOS Y MATERIALES:

En la ejecución de este juego se emplearán balones de juego, los cuales pueden ser: de básquet, fútbol o vóley.

PROCEDIMIENTO:

Se hacen dos equipos y una línea en el suelo. Cada equipo se coloca a un lado y se lanza el balón. Si el balón toca a alguien muere. Pierde el equipo que se queda sin participantes.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>



REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“WASCAMANTA”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

Un juego de resistencia y cooperación entre compañeros, cuyo objetivo principal se basa en vencer al equipo contrario con la ayuda de todos los integrantes del grupo, ya que el juego se desenvuelve en jalar una soga.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

RECURSOS TÉCNICOS Y MATERIALES:

Para ejecutar este juego se empleará una soga, teniendo en cuenta que dicho recurso posea una superficie lisa, evitando de esta forma un posible daño en las manos de los educandos.

PROCEDIMIENTO:

Los niños y niñas se organizan en dos grupos a bandos. Se traza una línea en medio de los dos bandos. Los dos bandos de niños y niñas ubicados en forma aleatoria



sujetan la soga. Los dos bandos halan la soga. Pierde el juego el bando que cruza la línea. El juego se inicia nuevamente.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“CAPITÁN MANDA”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

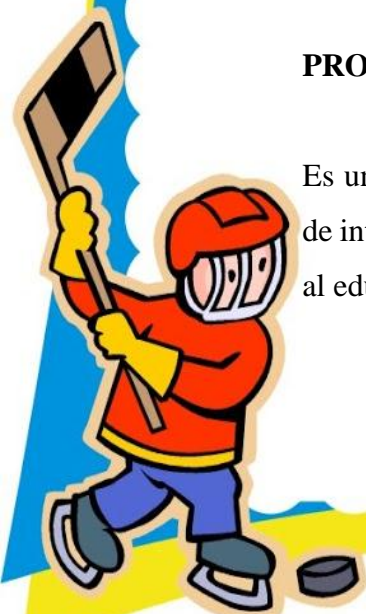
Una actividad muy conocida, cuya ejecución se centra en obedecer las peticiones de un personaje principal denominado como capitán; es importante señalar que esta actividad además de estimular la participación individual y trabajo en equipo, se destaca la capacidad de concentración y atención a las sugerencias del denominado capitán.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

PROCEDIMIENTO:

Es un juego muy dinámico en la que los niños tienen que estar atentos al número de integrantes que deben hacer cuando el profesor les dé la orden, se puede solicitar al educando que traiga objetos, cumpla órdenes, haga ejercicios, etc.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>



REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“ZAPATOS DE VENTA”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

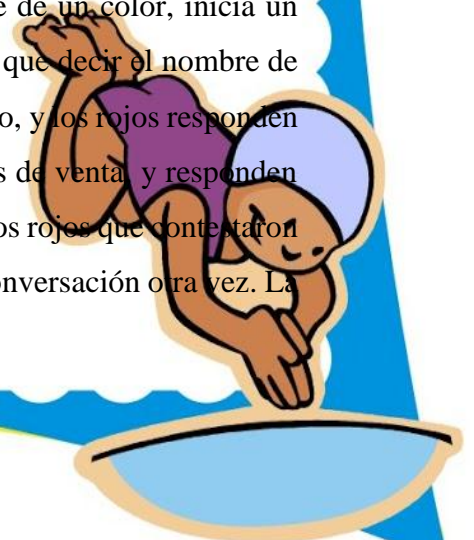
Juego divertido de coordinación e integración entre compañeros, en este juego los estudiantes además de divertirse, pronunciaran de manera ordenada una frase con la cual inicia el juego.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz, visual y auditiva.

PROCEDIMIENTO:

Se organizan grupos los que tienen que ponerse el nombre de un color, inicia un grupo que seleccione el profesor e inicia la canción: tienen que decir el nombre de otro color, el juego es de la siguiente manera: Rojo, rojo ,rojo, y los rojos responden que hay que hay que hay, continua diciendo, tienen zapatos de venta y responden si hay si hay si hay, termina diciendo, de que colores hay y los rojos que contestaron ahora tienen que decir el nombre de otro color e iniciar la conversación otra vez. La



conversación entre equipos debe ser saltando el grupo que le toca abrazados por la cabeza, se elimina el equipo que deja de saltar en el momento que está dialogando



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“EL GUSANO CIEN PIES”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

Un juego además de solicitar una coordinación entre compañeros requiere de la concentración y resistencia física del participante en esta actividad, evidentemente un juego divertido y educativo.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

PROCEDIMIENTO:

En una fila uno detrás de otro con los pies en los hombros del siguiente compañero, caminar y desplazarse por el espacio delimitado, gana el equipo que resista por más tiempo la forma del gusano cien pies.

EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:





<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“TRANSPORTE DE PASAJEROS”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

Un juego muy divertido que consiste en transportar a un compañero, uniendo fuerzas en pareja, cabe señalar que este ejercicio además de poner a prueba la resistencia física del estudiante, estimula la cooperación entre pasajeros y transportistas.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

PROCEDIMIENTO:

Desde un punto de partida, se forman grupos de 5 alumnos. A la orden de salida, cuatro de ellos trasladan al quinto a un sitio especificado por el profesor. Luego se regresan al punto de partida incluyendo el alumno transportado y llevan a otro alumno.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>



REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“BUSCANDO CASA”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

Es esta actividad en la que participa todo el grupo, tanto la capacidad visual y motriz del estudiante se ve inmiscuida, como característica principal de esta actividad cabe destacar el dinamismo y participación de todos los estudiantes.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

RECURSOS TÉCNICOS Y MATERIALES:

Para ejecutar esta actividad, se empleará como recurso primordial un aro (conocido como ula ula), el cual representara la casa a ocuparse.

PROCEDIMIENTO:

Participa todo el grupo, todos deben tener un aro y estas representan sus casas, salen a darse un paseo, y el profesor va retirando casa por casa, y los que se hayan



quedado sin casa van en busca de otra o que le den una posada, todos deben entrar en algún aro, nadie se debe quedar sin casa.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“EL TRONO”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

El juego conocido como “el trono”, adicional al correcto estímulo y motivación en el estudiante, se caracteriza por ser muy divertido, ya que muchos estudiantes presentaran ciertas dificultades al transportar a un compañero a un punto establecido, evidentemente un ejercicio práctico cuyo objetivo primordial es la recreación de los educandos.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

PROCEDIMIENTO:

Dos entrelazan sus manos y el otro se sienta en ellas. Realizar un recorrido establecido y al terminar se deben cambiar con el que está sentado. Los primeros 3 que se intercambien posiciones y hagan el recorrido serán los ganadores.



EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>



REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“A MORDER LA COLA”



DESCRIPCIÓN:

Un juego en el cual interviene la reacción, coordinación y cooperación entre los integrantes del grupo a participar en la actividad, un juego muy divertido y recreativo para los estudiantes.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

PROCEDIMIENTO:

Todos los jugadores forman un “gusano gigante” cogiéndose cada jugador de la cadera del compañero que tiene delante. Pueden participar 6 jugadores en adelante.

IDEA DEL JUEGO:

La cabeza del gusano intenta morderse la cola, es decir, atrapar al último jugador. Si lo consigue, la cola se coloca a la cabeza del gusano y forma el siguiente gusano.





VARIANTES:

- a) Lucha de gusanos: 2 o más gusanos intentan morder la cola del contrario, es decir, tocar al último componente de un gusano enemigo.
- b) Morder las extremidades: como se explica en el inciso, pero ahora todo el que ha sido mordido se une al gusano ganador.

NOTA:

La cadena nunca debe romperse. Los puntos críticos son los extremos de los gusanos.

EVALUACIÓN:

La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“EL COCODRILLO”



DESCRIPCIÓN.

Un juego en el cual se busca fortalecer la velocidad de reacción del estudiante, ya que para evitar ser mordido por el cocodrilo el estudiante deberá permanecer muy atento en todo momento.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

PROCEDIMIENTO:

Un cocodrilo está acostado en el suelo y rodeado por los jugadores. Cada jugador tocará al cocodrilo sin miedo con la mano o un dedo. Si el profesor dice “cocodrilo”, éste se despertará y podrá morder a cualquiera que no se aleje tan deprisa como haga falta (“morder” significa tocar al jugador que sea lento).

IDEA DEL JUEGO:

Siendo las órdenes del profesor, el cocodrilo deberá morder a tantos jugadores como le sea posible.



VARIANTES:

- a) Cocodrilo hambriento: Cada cocodrilo tiene un cierto número de intentos de morder y los que tenga éxito se contarán.
- b) Los que hayan sido mordidos se convertirán en cocodrilos.
- c) Varios cocodrilos están repartidos por un espacio limitado.
- d) El cocodrilo puede morder sin recibir la orden.



EVALUACIÓN:

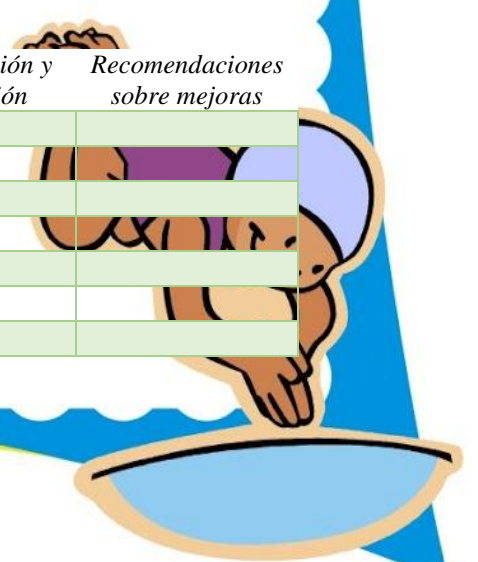
La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“PELEA DE GLOBOS”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

Para llevar a cabo esta actividad los estudiantes se mostraran activos y atentos en todo momento, ya que el desarrollo de este juego se centra en reventar los globos atados a los tobillos de su compañero, indudablemente un juego muy divertido para motivar e incentivar el interés del estudiante.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

RECURSOS TÉCNICOS Y MATERIALES:

Globos y lana (para sujetar el globo al tobillo del estudiante).

PROCEDIMIENTO:

Cada jugador se ata un globo en el tobillo, el juego consiste en frotar el globo a los demás sin que te exploten el tuyo. El último que quede sin ponchar será el ganador.



VARIANTES:

Se pueden formar grupos y el grupo que al final tenga más globos sin pinchar será el ganador.



IDEA DEL JUEGO:

Tratar de reventar todos los globos de los otros jugadores y evitar que el nuestro quede intacto.

EVALUACIÓN:

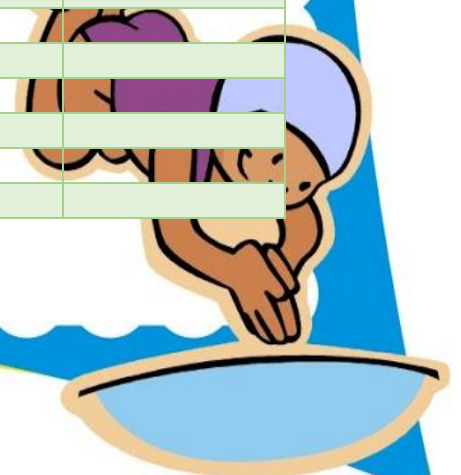
La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



“LOS AROS LOCOS”



DESCRIPCIÓN TÉCNICA:

En este juego de destreza y habilidad los estudiantes pondrán a prueba su velocidad y coordinación motriz, por la naturaleza misma del juego los educandos sentirán emoción y diversión a la vez.

OBJETIVOS:

- Fortalecer la integración entre estudiantes.
- Realizar actividad física recreativa.
- Estimular el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el educando.
- Fomentar la coordinación y resistencia física del educando.
- Incentivar el respeto entre compañeros.
- Desarrollar la capacidad motriz y visual.

RECURSOS TÉCNICOS Y MATERIALES:

En este juego se emplearán como recursos esenciales los conocidos aros de gimnasia.

PROCEDIMIENTO:

En grupos de 4, los jugadores formarán varios equipos, los cuales se colocarán uno de tras de otro haciendo una línea, se pone un Aro frente a cada equipo a una distancia de 10m. Cada jugador tendrá que correr hasta el aro, pasar el aro por su



cuerpo de arriba abajo y dejarlo en el suelo, para regresar corriendo a su fila tocar la mano de su otro jugador y así sucesivamente. El primer equipo que termine de pasar dentro del aro, será el ganador.



IDEA DEL JUEGO:

Correr lo más rápido posible hasta el aro para pasarlo de arriba abajo por el cuerpo y regresar a la fila para que el siguiente jugador haga lo mismo.

EVALUACIÓN:

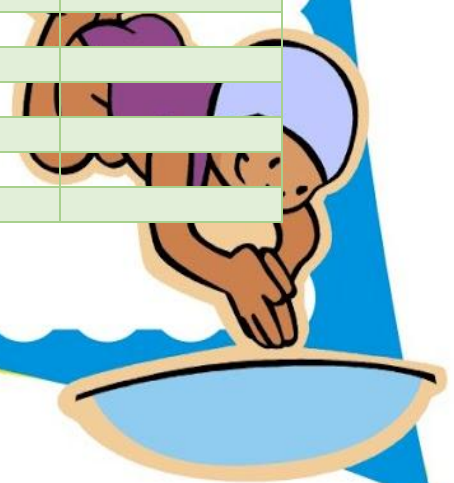
La evaluación de esta actividad puede considerarse a través de los siguientes aspectos:

<i>Nivel de cooperación</i>	<i>Participación Individual</i>	<i>Motivación y nivel de recreación</i>	<i>Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas</i>	<i>Coordinación motriz, visual y auditiva</i>

REFLEXIÓN E INTERVENCIÓN DEL DOCENTE:

En este apartado el docente mediante su experiencia al aplicar el juego recreativo, se encuentra en la libertad de implementar o mejorar recursos, estrategias y técnicas a los juegos recreativos presentados, para ello se recomienda emplear el siguiente esquema.

<i>Juego recreativo</i>	<i>Proceso en el que inciden</i>	<i>Concordancia con los objetivos</i>	<i>Planificación y aplicación</i>	<i>Recomendaciones sobre mejoras</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



BIBLIOGRAFÍA.

- Aizencang, N. (2010). *Jugar, Aprender Y Enseñar*. Buenos Aires: Editorial Manantial.
- Ausubel, D. P. (1968). *Educational Psychology: A COGNITIVE VIEW*. NUEVA YORK .
- Cabrera, C. S. (2012). *Programa de juegos recreativos para los estudiantes del octavo año*. Cuenca: Universidad de Cuenca.
- Corbin, C. B. (1980). *Textbook of Motor Development*. WM, C. BROWN: DUBUQUE, IA.
- Diane E. Papalia, S. W. (2010). *Desarrollo Humano*. MEXICO: Mc GRAW - HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S. A. de C. V.
- Diaz, J. M. (2007). *Juegos De Interior*. Buenos Aires: CEIP.
- Geoffroy, C. (2011). *Guí práctica de los estiramientos* . España: Editorial Paidotribo .
- Graig, .. G. (1994). *Desarrollo Psicológico*. Massachusetts: Editorial Prentice Hall.
- Mercado, L. (2009). *Juego Y Recreación En Educación*. Córdoba : EDITORIAL BRUJAS.
- Ministerio de Cultura. (2008). *Juegos y Rondas*. SUBSECRETARIA DE CULTURA REGIÓN SUR.
- Mosquera, L. C. (2010). *Vida Saludable con Ejercicio*. AMBATO: EDITORIAL SIERVO PÉREZ.

Pere, L. B. (2000). *Juegos Y Deportes Tradicionales*. (s.l.): BIBLIOTECA
TÉMATICA DEL DEPORTE.

Rice, P. F. (1997). *Desarrollo Humano*. Maine: Editorial Prentice Hall
Hispanoamericana, S. A.

Santiago, V. C. (2005). *Manual de educación física*. MADRID: EDICIONES
CULTURAL S.A.

Vega, M. D. (1984). *Introducción a La Psicología COGNITIVA* . MADRID :
ALIANZA .

LEYES Y CÓDIGOS.

LEY DE CULTURA FÍSICA, Deportes y recreación, Título I, Conceptos
Fundamentales, Capítulo Único.

RÉGIMEN DEL BUEN VIVIR, Titulo VII, Sección primera, Educación.

LINOGRAFÍAS.

dspace.ucueca.edu.ec/biststream123456789/1911/1tef124.pdf

html.rincondelvajo.com/actividades-en-el-tiempo-para-niños.html

efdr.jimbo.com/juegos-recreativos/mobile=1

ANEXOS



Anexo N.-. 1 Encuesta aplicada a los estudiantes

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA
ENCUESTA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES



Tema: “Los juegos recreativos y su influencia en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica de la de la Escuela " Luis Godín” de la Parroquia Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.”

Objetivo: Está entrevista es estrictamente confidencial los datos servirán para comprobar si, los juegos recreativos influyen en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de educación básica de la Escuela “Luis Godín.”

Instructivo: Les pedimos contestar las siguientes preguntas con sinceridad:

CUESTIONARIO.

1.- ¿Crees que la Actividad que realiza tu profesor hace uso de los juegos recreativos en las clases de cultura física?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

2.- ¿Cuándo tu profesor emplea juegos y actividades recreativas te sientes cómodo y feliz?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

3.- ¿Las clases de tu profesor de Cultura Física son interesantes?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

4.- ¿Después de una clase de Cultura Física te sientes motivado para participar de manera creativa en otras actividades?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

5.- ¿Crees que las clases de Cultura Física te ayuda al aspecto intelectual y cognitivo para tu desarrollo en el aprendizaje?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

6.- ¿Crees que las actividades de Cultura Física te ayuda al desarrollo motriz?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

7.- ¿Después de una clase de Cultura Física tienes la capacidad de realizar nuevas actividades?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

8.- ¿Crees que lo que te enseñó tu profesor de Cultura Física es útil para ti?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

9.- ¿Consideras que tu profesor está realizando ejercicios para mejorar las habilidades motrices en los estudiantes?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

10.- ¿En tu escuela, tus profesores emplean juegos y actividades recreativas que te permitan poseer mayor habilidad y destreza?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()



Anexo N.- 2 Encuesta aplicada los docentes

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA
ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES



Tema: “Los juegos recreativos y su influencia en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de Educación Básica de la de la Escuela " Luis Godín” de la Parroquia Yaruquí, Cantón Quito, Provincia de Pichincha.”

Objetivo: Está entrevista es estrictamente confidencial los datos servirán para comprobar si, los juegos recreativos influyen en las habilidades y destrezas de los niños de quinto año de educación básica de la Escuela “Luis Godín.”

Instructivo: Les pedimos contestar las siguientes preguntas con sinceridad:

CUESTIONARIO.

1.- ¿Emplea usted los juegos recreativos en sus clases de Cultura Física?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

2.- ¿Cree usted que sus estudiantes se sienten cómodos y felices cuando emplea los juegos recreativos en sus clases?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

3.- ¿Considera usted que sus clases son interesantes para sus estudiantes?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

4.- ¿Cree usted que después de una clase de Cultura Física sus estudiantes se sienten motivados para sus otras clases?

Siempre ()

A veces ()

Nunca ()

5.- ¿Cree usted que las clases de Cultura Física poseen los recursos necesarios para el aprendizaje de sus estudiantes?

Siempre ()
A veces ()
Nunca ()

6.- ¿Crees usted que sus clases son significativas para sus estudiantes?

Siempre ()
A veces ()
Nunca ()

7.- ¿Después de una clase de Cultura Física sus estudiantes son capaces de realizar nuevas actividades?

Siempre ()
A veces ()
Nunca ()

8.- ¿Crees usted que las clases de Cultura Física son útiles para sus estudiantes?

Siempre ()
A veces ()
Nunca ()

9.- ¿Se preocupa usted por el bienestar de sus estudiantes?

Siempre ()
A veces ()
Nunca ()

10.- ¿En Escuela Luis Godín, se emplean juegos y actividades recreativas que permitan poseer mayor habilidad y destreza en sus estudiantes?

Siempre ()
A veces ()
Nunca ()

FOTO N° 1



DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

FOTO N° 2



INFRAESTRUCTURA DE LA INSTITUCIÓN

FOTO N° 3



APLICANDO ENCUESTAS A ESTUDIANTES

FOTO N° 4



ESTUDIANTES RESPONDIENDO LA ENCUESTA

FOTO N° 5



ESTUDIANTES PREPARÁNDOSE PARA CULTURA FÍSICA

FOTO N° 6



PERSONAL DOCENTE DE LA INSTITUCIÓN

FOTO N°7



JUEGOS RECREATIVOS A NIVEL DEL DISTRITO

FOTO N°8



FORMACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA “LUIS GODÍN“

FOTO N° 9



ESTUDIANTES COMENZANDO LA CLASE DE JUEGOS RECREATIVOS

FOTO N° 10



CLUB DE CICLISMO DE LA ESCUELA “LUIS GODÍN “