

# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



## FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

### CARRERA DE CULTURA FÍSICA MODALIDAD: SEMI - PRESENCIAL

**Proyecto de Investigación previo a la obtención del Título de Licenciado en  
Ciencias de la Educación, Mención:**

**Cultura Física**

**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.**

**TUTOR: Lcdo. Mg. Indacochea Mendoza Jean Carlos**

**Ambato – Ecuador**

**2013**

## **APROBACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN**

Yo **Lcdo. Mg. Indacochea Mendoza Jean Carlos** con cédula de identidad N° 131029669-2 en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el 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”** desarrollado por el egresado Sulca Quispilema Dino Rosi considero que dicho informe, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

.....  
Lcdo. Mg. Indacochea Mendoza Jean Carlos

C.I. 131029669-2

TUTOR

## **CESIÓN DE DERECHOS DEL AUTOR**

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presenta trabajo de Grado o Titulación sobre el 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”** autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.

Ambato Septiembre, 2013

.....

Sulca Quispilema Dino Rosi.

C.C. 1803711257

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: **“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”** presentada por el Sr. Sulca Quispilema Dino Rosi egresado de la Carrera de Cultura Física promoción: Marzo 2012 - Agosto 2012, 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.

Ambato, .....

**LA COMISIÓN**

.....  
Dr. Mg. Angel Anibal Sailema Torres  
**PRESIDENTE.**

.....

..... Lic. Mg. Cristian Rogelio Barquín Zambrano <b>MIEMBRO</b>	..... Lic. Mg. Julio Alfonso Mocha Bonilla <b>MIEMBRO</b>
---	---

## **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.

Ambato Septiembre, 2013

---

**Sulca Quispilema Dino Rosi.**

C.C. 1803711257

**AUTOR**

## DEDICATORIA

*El presente trabajo de investigación va dedicado a DIOS por la vida y a mis padres por su apoyo incondicional, quienes permanentemente me apoyaron moral y económicamente, y de manera especial a la UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO que me abrió las puertas para forjar mi vida profesional.*

*A mis maestros que día a día me impartieron sus conocimientos formándome para ser un ente productivo en el campo profesional.*

**Dino**

## AGRADECIMIENTO

*Agradezco a la UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO y a sus docentes, por todos los conocimientos impartidos en cada uno de los segundos durante todos los semestres académicos.*

*A mis compañeros, y amigos por la ayuda y la convivencia compartido en cada encuentro de la vida como estudiantes.*

**Dino**

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
APROBACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN.....	ii
CESIÓN DE DERECHOS DEL AUTOR.....	iii
AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS.....	iv
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN.....	iv
AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	viii
INDICE DE CUADROS.....	xii
INDICE DE GRAFICOS.....	xiii
INDICE DE TABLAS.....	xiv
RESUMEN EJECUTIVO.....	xv
INTRODUCCIÓN.....	1

### CAPITULO I

#### EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.- TEMA.....	3
1.2.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
1.2.1.- CONTEXTUALIZACIÓN.....	3
ÁRBOL DE PROBLEMA.....	6
1.2.2.- ANÁLISIS CRÍTICO.....	7
1.2.3.- PROGNOSIS.....	7
1.2.4.- FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	8

1.2.5.- PREGUNTAS DIRECTRICES.....	8
1.2.6.- DELIMITACIÓN.....	8
1.2.7.2 Delimitación Temporal.....	9
1.2.7.3 Unidades de Observación.....	9
1.3.- JUSTIFICACIÓN.....	9
1.4.- OBJETIVOS.....	10

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEORICO**

2.1.- ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.....	11
2.2.- FUNDAMENTACIONES.....	13
2.2.1.- FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA.....	13
2.2.2.- FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA.....	13
2.2.3.- FUNDAMENTACIÓN ONTOLÓGICA.....	14
2.2.4.- FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA.....	14
2.2.5.- FUNDAMENTACIÓN PSICOPEDAGÓGICA.....	15
2.3.- FUNDAMENTACIÓN LEGAL.....	15
2.4.- CATEGORÍAS FUNDAMENTALES.....	17
RED CONCEPTUAL: VARIABLE INDEPENDIENTE ACTIVIDADES RECREATIVAS.....	18
RED CONCEPTUAL: VARIABLE DEPENDIENTE DESARROLLO FÍSICA. .....	19
2.4.- CATEGORIAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE.....	20
2.4.2 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE DEPENDIENTE.....	29
2.4.- HIPÓTESIS.....	34

2.5.- SEÑALAMIENTO DE VARIABLES. ....	35
---------------------------------------	----

### **CAPITULO III**

#### **METODOLOGIA**

3.1.- ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN. ....	36
3.2.- MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN. ....	36
3.3.- NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN. ....	37
3.4.- POBLACIÓN Y MUESTRA. ....	37
3.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES. ....	38
3.5.1 VARIABLE INDEPENDIENTE. ACTIVIDADES RECREATIVAS .....	38
3.5.2 VARIABLE DEPENDIENTE: Desarrollo Físico. ....	39
3.6.- RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN. ....	40
3.7.- PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN. ....	41

### **CAPITULO IV**

#### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1. ANÁLISIS DE RESULTADOS. ....	42
4.2.- VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS. ....	51
COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS. ....	52
Prueba de Chi-Cuadrado .....	52

### **CAPITULO V**

#### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

5.1.- CONCLUSIONES. ....	57
5.2.- RECOMENDACIONES: .....	58

## CAPITULO VI

### PROPUESTA

6.1.- DATOS INFORMATIVOS.....	59
ÍNDICE DE LA PROPUESTA. ....	62
6.2.- ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA.....	63
6.3.- JUSTIFICACIÓN.....	64
6.4.- OBJETIVOS.....	64
6.4.1. GENERAL.....	64
6.4.2.- ESPECÍFICOS.....	65
6.5.- ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD.....	65
6.6.- FUNDAMENTACIÓN TÉCNICA CIENTIFICA.....	65
INTRODUCCIÓN.....	70
6.8.- ADMINISTRACIÓN.....	86
6.9.- REVISIÓN DE LA EVALUACIÓN.....	87
6.10.- CONCLUSIONES.....	89
6.11.-RECOMENDACIONES.....	89
BIBLIOGRAFIA.....	90
.....	92

## INDICE DE CUADROS

<i>Cuadro N° 1</i> .....	37
<i>Cuadro N° 2 O. Variable Independiente</i> .....	38
<i>Cuadro N° 3 O. Variable Dependiente</i> .....	39
<i>Cuadro N° 4 Recolección de Información</i> .....	40
<i>Cuadro N° 5</i> .....	42
<i>Cuadro N° 6</i> .....	44
<i>Cuadro N° 7</i> .....	45
<i>Cuadro N° 8</i> .....	46
<i>Cuadro N° 9</i> .....	47
<i>Cuadro N° 10</i> .....	48
<i>Cuadro N° 11</i> .....	49
<i>Cuadro N° 12</i> .....	50
<i>Cuadro N° 13</i> .....	51
<i>Cuadro N° 14 Administración</i> .....	87
<i>Cuadro N° 15 Previsión de la evaluación</i> .....	88

## INDICE DE GRAFICOS

<i>Gráfico N° 1 ÁRBOL DE PROBLEMA</i> .....	6
<i>Gráfico N° 2 Red de Inclusión de Variables</i> .....	17
<i>Gráfico N° 3</i> .....	18
<i>Gráfico N° 4</i> .....	19
<i>Gráfico N° 5 Pregunta 1</i> .....	42
<i>Gráfico N° 6 Pregunta 2</i> .....	43
<i>Gráfico N° 7 Pregunta 3</i> .....	44
<i>Gráfico N° 8 Pregunta 4</i> .....	45
<i>Gráfico N° 9 Pregunta 5</i> .....	46
<i>Gráfico N° 10 Pregunta 6</i> .....	47
<i>Gráfico N° 11 Pregunta 7</i> .....	48
<i>Gráfico N° 12 Pregunta 8</i> .....	49
<i>Gráfico N° 13 Pregunta 9</i> .....	50
<i>Gráfico N° 14 Pregunta 10</i> .....	51

## INDICE DE TABLAS

<i>Tabla N° 1</i> .....	43
<i>Tabla N° 2 Frecuencia Observada</i> .....	54
<i>Tabla N° 3 Frecuencia Esperada</i> .....	55
<i>Tabla N° 4 Calculo del Ji-cuadrado</i> .....	56
Tabla N° 5 Plan de Acción de la Propuesta .....	85

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

**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 QUIPILEMA DINO ROSI

**TUTOR:** Lcdo. Mg INDACOCHEA MENDOZA JEAN CARLOS

**FECHA:** Septiembre, 2013

**RESUMEN EJECUTIVO**

La presente investigación brinda una propuesta de actividades recreativas en caminado a propiciar un mejor desarrollo físico en los niños del séptimo año de Educación Básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón. A través de las encuestas realizadas se pudo evidenciar que el desarrollo físico en los niños no está siendo el adecuado en el manejo de actividades recreativas en las clases.

Todas las actividades recreativas son de suma importancia para el desarrollo mental y físico de los estudiantes desde temprana edad, para que estas determinen y formar su personalidad de una forma eficiente y eficaz en cada una de sus actividades cotidianas.

La solución a esta problemática servirá como un material idóneo y apto para los estudiantes se motive y encuentren interés en la aplicación, guiados en forma científica y sistemática por su profesor de Cultura Física

Palabras Claves: Actividades recreativas, desarrollo físico, Desarrollo mental, Personalidad, Edad temprana, Eficiente, Eficaz, Actividades cotidianas, Motivación, Científica, Sistemática.

## INTRODUCCIÓN

El proyecto de investigación tiene como 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”**.

Todas las actividades recreativas implican relación y comunicación las cuales aumentan el desarrollo físico, afectivo, entrenamiento, expresarse libremente, encausar energías y descargar las tensiones y orienten a un mejor trabajo, ya que las actividades recreativas ayudan a fomentar el desarrollo físico en los estudiantes.

Estructura de la investigación realizada:

CAPITULO I.- TEMA. Contiene el desarrollo del planteamiento del problema, contextualización, análisis crítico, prognosis, formulación del problema, delimitación del problema, delimitación temporal, delimitación espacial, unidades de observación, interrogantes, justificación, objetivos generales y específicos.

CAPITULO II.- MARCO TEORICO. Abarca lo referente antecedentes investigativos, fundamentación filosófica, enseñar a aprender, fundamentos técnicos, fundamento legal, señalamiento de variables.

CAPITULO III.- METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION. Incluye lo que es el enfoque, modalidad de la investigación, población y muestra, Operacionalización de las variables, Técnicas e instrumentos.

CAPITULO IV.- ANALISIS E INTERPRETACION DERESULTADOS

Tabulación de datos, presentación de datos sobre la observación, la encuesta y la comprobación de resultados.

CAPITULO V.- CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES. Se elabora las conclusiones y recomendaciones.

CAPITULO VI.- PROPUESTA. Incluye el tema, justificación, fundamentación, objetivo, factibilidad, plan de ejecución, descripción de la guía de enseñanzas metodológicas de las Actividades Recreativas, introducción, descripción de la propuesta.

## **CAPITULO I**

### **EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1.- 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”

#### **1.2.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**

##### **1.2.1.- CONTEXTUALIZACIÓN.**

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quien la identifique de diferente manera, sobre la base de la multiplicidad de intereses en el mundo moderno puede constituir formas de recreación. Es por eso que muchas veces lo que para unos es recreación, para otros no lo es.

El desarrollo de las actividades recreativas deben caracterizarse por satisfacer los gustos e intereses de los niños, ya sea por actividades propias de la cultura física o actividades culturales y sobre todo por la variedad y la calidad de las ofertas, atendiendo a las diferentes edades, para lograr que la población estudiantil alcance la satisfacción plena, que posibilite el uso del tiempo en clases en actividades productivas.

La recreación como actividad es un fenómeno social, es un derecho del pueblo como forma cultural. La misma asegura las cualidades físicas y desempeña un gran papel por sus valores específicos en la opción y en ser una actividad de auto desarrollo que cumple la recreación (formación educativa, cultural, integral), cualquier actividad que se realice en clases o en el tiempo libre aporte características positivas a la personalidad y al desarrollo físico, es considerado

como recreativa, representa para el niño una contribución a su desarrollo físico, social, intelectual.

De forma general la necesidad de realizar juegos es una actividad netamente recreativa ya que con esto el niño aprende y desarrolla de mejor manera sus capacidades. En el transcurso del juego el niño salta, corre, lanza, atrapa y disfrutan de la actividad, también se comunican, interactúan y cuando participan en los juegos de roles, posibilitan que el profesor aprecie la forma en que reflejan las relaciones con las personas que los rodean en el medio social y familiar en que se desenvuelven.

El juego como medio constituye un importante elemento para el desarrollo armónico y multilateral del niño, pero además en un valioso elemento educativo de gran importancia para su desarrollo psíquico.

En el Ecuador las actividades recreativas son de mucha importancia para los seres humanos y especialmente en edades tempranas puesto que permite a formar al niño de una manera integral para ir adquiriendo y desarrollando capacidades motoras, físicas y afectivas, de una manera libre y espontánea, sin sentirse obligado de ningún tipo.

Por lo que se ha tomado al juego como parte primordial de la enseñanza ecuatoriana por ser un medio educativo y socializar que permita al alumno adquirir conocimientos, controlar su cuerpo y relacionarse con los compañeros.

Por ser esta una herramienta que suele tener pocas reglas, y en el cual se puede utilizar todo tipo de materiales, y utilizar la creatividad del niño. Por esta razón con el tiempo, algunos se han convertido en un apoyo muy importante dentro de las clases de Educación física, para el desarrollo físico y cualidades motrices, o servir como base de otras disciplinas y así fomentar la actividad recreativa en las instituciones educativas.

**En la Escuela “Alberto Guerra”**, del cantón Cevallos, provincia de Tungurahua, las actividades recreativas son poco utilizadas como estrategias metodológicas en las horas de Educación Física por lo que se ha notado un desinterés de los estudiantes a la práctica de educación física y así ir mejorando su desarrollo físico primordial para e indispensable para el niño.

Los docentes, debido al desconocimiento que tienen al tema de recreación no desarrollan procesos entorno al buen uso de las actividades físicas y recreativas, y en ciertos casos sus clases son muy rígidas y hasta monótonas por lo que los niños no realizan las actividades de una forma placentera y captan de una mejor manera los conocimientos.

Por eso lo más recomendable y productivo es promover toda clase de actividades físicas recreativas para de esta manera poder contribuir en la erradicación de la problemática antes mencionada.

## ÁRBOL DE PROBLEMA

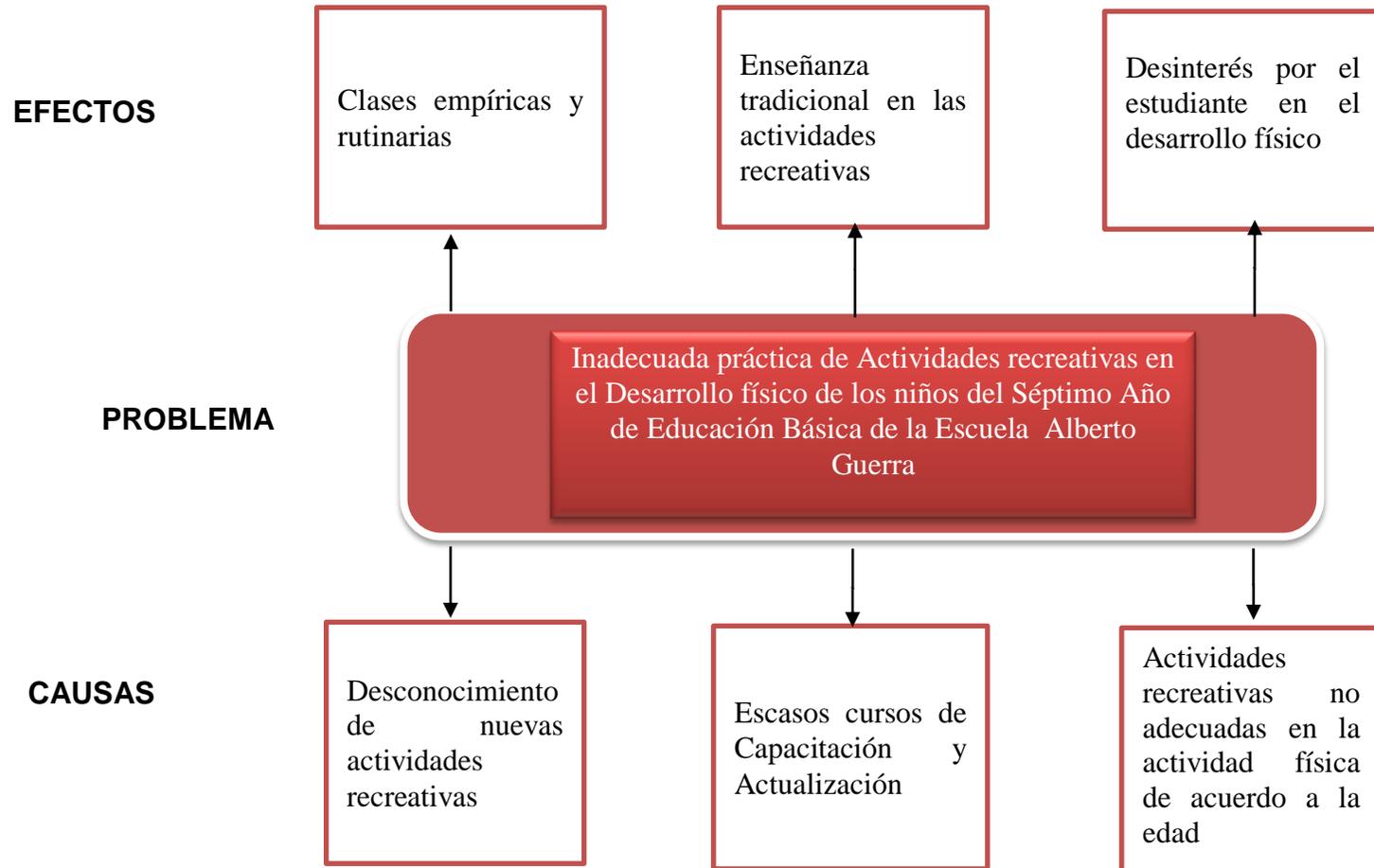


Gráfico N° 1 ÁRBOL DE PROBLEMA

### **1.2.2.- ANÁLISIS CRÍTICO.**

En la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos se ha podido notar que existe un gran desconocimiento de nuevas actividades recreativas por parte de los maestros lo cual está provocando que las clases de cultura física sean empíricas y rutinarias y no fomenten su desarrollo físico e intelectual del niño.

Los escasos cursos de capacitación y actualización de actividades recreativas para mejorar el desarrollo físico de los niños está provocando que los profesores sigan con un modelo tradicionalista de como impartir sus clases y dejando de lado las actividades recreativas que son de gran importancia para el desarrollo del niño ya sea en ámbito físico, afectivo y emocional

Se ha podido detectar que por parte de los profesores están realizando actividades recreativas no adecuadas en la actividad física de acuerdo a la edad lo que está provocando en la educación estudiantil un desinterés por la práctica de cultura física y así dejando al olvido las actividades recreativas que son de mucho interés para la desarrollo integral del niño.

### **1.2.3.- PROGNOSIS.**

El desarrollo de actividades recreativas en horas clases es de manera urgente, de no darse solución a los problemas que interfieren en su desarrollo psicomotriz, se continuara restringiendo la oportunidad de desarrollar habilidades, aptitudes y valores en los niños de la institución, limitando su desarrollo motriz.

Si se sigue con la no o incorrecta aplicación de actividades recreativas mediante juegos no será de interés en los niños para mejorar su desarrollo físico y así levantar el autoestima y gusto por la práctica de Cultura Física.

Al no dar importancia al tema de investigación se corre el riesgo que las clases sean muy monótonas y tradicionales por lo que los niños tendrán apatía a los ejercicios físicos, desconocerán de actividades recreativas mediante juegos y así poder despertar el agrado por la cultura física.

#### **1.2.4.- FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.**

¿Cómo inciden las Actividades Recreativas en el Desarrollo Físico de los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos?

#### **1.2.5.- PREGUNTAS DIRECTRICES.**

¿Cuáles son las causas para que no se realicen actividades recreativas con los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del Cantón Cevallos?

¿Por qué el desarrollo físico en los niños se mejora mediante juegos en la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos?

¿Existe alguna alternativa de solución para el problema de las actividades recreativas en el desarrollo físico de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos?

#### **1.2.6.- DELIMITACIÓN.**

**CAMPO:** Educativo.

**ÁREA:** Cultura Física.

**ASPECTO:** Actividades recreativas / Desarrollo físico

##### **1.2.7.1 Delimitación Espacial.**

La investigación se desarrollará en la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos

### 1.2.7.2 Delimitación Temporal.

El trabajo investigativo será estudiado durante el año lectivo 2013.

### 1.2.7.3 Unidades de Observación

- Estudiantes

## 1.3.- JUSTIFICACIÓN.

Las actividades recreativas como materia de estudio es un medio en que los niños aprendan y se diviertan en las clases en lo que se convertido en parte primordial para el desarrollo físico del niño, por lo tanto es de **interés** este proyecto ya que motivara a los profesores a buscar mejores actividades recreativas para potencializar el desarrollo física en los niños.

Sin duda, el estudio investigado seria de mucha **importancia** ya que las actividades recreativas, como el desarrollo físico permitirían un mayor interés de los mismos, favoreciendo a la institución, dándole un realce y aceptación por la comunidad educativo por introducir nuevas actividades recreativas como son los juegos que ayudaran a formar al niño de una manera integral.

Los resultados de la presente investigación deberían ser de gran **utilidad** para la institución, ya que permitirá un crecimiento institucional en el cantón, mejorando el ambiente interno de los docentes y alumnos y así se evidencie un inter-aprendizaje

La amplia práctica de actividades recreativas generarían un **impacto** positivo en la institución, a su vez debería ser una actividad donde se mejore el desarrollo físico de los niños y así poderlos ver reflejados en las demás disciplinas de cultura física. Es **factible** por cuanto se cuenta con el apoyo y respaldo de autoridades, estudiantes, profesores y padres de familia, que han permitido que se realice esta

investigación en la Escuela Alberto Guerra con miras a que se eleve el desarrollo físico en los niños y poder obtener nuevas actividades recreativas para el mejor aprendizaje en las clases.

#### **1.4.- OBJETIVOS.**

##### **GENERAL.**

- Investigar la incidencia de las actividades recreativas en el desarrollo físico de los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos.

##### **ESPECÍFICO.**

- Determinar cuáles son las causas para que no se realicen actividades recreativas con los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del Cantón Cevallos.
- Analizar si el desarrollo físico en los niños se mejora mediante juegos en la Escuela Alberto Guerra del Cantón Cevallos.
- Diseñar una guía metodología de actividades recreativas para el mejoramiento del desarrollo físico de los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del Cantón Cevallos.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEORICO**

#### **2.1.- ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.**

Revisando trabajos de investigación en la biblioteca de la Universidad Técnica de Ambato, no se han encontrado tesis similares a mi tema de estudio; pero se hallan tesis relacionadas con mi tema de investigación la cual detallo a continuación:

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

**AUTORA:** Vargas Vargas, Guillermo Alejandro

**Año:** 2011-2012

#### **CONCLUSIONES:**

- La edad avanzada no es un impedimento para que se realicen ciertas actividades tanto físicas como recreativas en donde los jubilados se sientan integrados y útiles para sí mismos
- Las actividades recreativas permiten mantener la mente ocupada así se evitan ciertas enfermedades como el Alzheimer

- La calidad de vida de los adultos mayores debe ser no solo de calidad sino excelente ya que han cumplido con su misión que es servir a la patria y a sus familias

**TEMA:** LA INCIDENCIA DE LA OBESIDAD EN EL DESARROLLO FISICO DE LOS ALUMNOS DE DECIMO AÑO DE EDUCACION BASIC PARALELO “A” Y “B” DEL COLEGIO TECNICO “ATAHUALPA” DE LA CIUDAD DE AMBATO, DE LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA, NOVIEMBRE 2010- MARZO 2011

**AUTORA:** Yugsi Pimbo, Edison Gonzalo

**Año:** 2010-2011

**CONCLUSIONES:**

- En la Institución los alumnos no desayunan antes de ingresar a clases con lo cual no están aptos para la participación en clases.
- Por lo que la institución se encuentra en una zona rural los alumnos no desayunan y tampoco almuerzan a la hora habitual con lo que conlleva a ingerir alimentos fuera de sus casas
- Los alumnos optan por ingerir comida rápida (chatarra), lo que son más propensos a la obesidad.
- Pocos de los alumnos consumen frutas al día y no un buen desayuno con lo que nos es suficiente para su salud.
- Los alumnos realizan ejercicio a las dos horas de cultura física que reciben en la semana, que quiere decir que están mal físicamente.

## **2.2.- FUNDAMENTACIONES.**

### **2.2.1.- FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA.**

De acuerdo a Tejedor (investigador educativo 1986) el realismo y el positivismo lógico son las corrientes filosóficas que adoptan los científicos positivistas, quienes suponen que se puede obtener un conocimiento objetivo del mundo natural y social, para ello las ciencias sociales utilizan una metodología básica similar por emplear la misma lógica y procedimientos de investigaciones similares.

Esta perspectiva se considera que el método científico es el único y el mismo que en todos los campos del saber entendiendo que existen múltiples realidades holísticas e intelectuales por lo cual el estudio de una parte influye necesariamente en el estudio de los demás. Estas realidades son dependientes de los sujetos y sus contextos particulares.

En lo referente en la relación sujeto, objeto donde su interacción es inseparable. Se enfatiza la relación entre ambos y sus implicaciones para la investigación.

### **2.2.2.- FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA.**

La epistemología es una disciplina que estudia cómo se genera y se valida el conocimiento de las ciencias. Su función es analizar los preceptos que se emplean para justificar los datos científicos, considerando los factores sociales, psicológicos y hasta históricos que entran en actividades recreativas.

Se considera que el conocimiento es lo que el hombre imparte de acuerdo con una amplia perspectiva del entorno. Es una construcción que realiza el sujeto a través

de la cual va logrando una modificación adaptiva y durable de la conducta, está ligada a los principios del paradigma holístico que se basa en las nociones y acciones significativas del hecho educativo

### **2.2.3.- FUNDAMENTACIÓN ONTOLÓGICA.**

La ontología es la investigación del ser en tanto que ser, o del ser en general, más allá de cualquier cosa en particular que es o que existe. En algunos filósofos sobre todo de la escuela de Platón, sostiene de que todos son sustantivos se refieren a entidades existentes.

Otros afirman q los sustantivos no nombran entidades, sino que ofrecen una norma de referencia a una colección de objetos o sucesos. En este sentido, la mente en lugar de referirse a una entidad, se refiere a una colección de sucesos mentales experimentados por una persona.

### **2.2.4.- FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA.**

La formación de valores en la Educación Física ¿Qué valores formar en el ámbito deportivo, cuáles son los fundamentales y cómo crear escalas valorativas tentativas de agrupar y sinterizar aquellos atributos o cualidades morales que consideramos fundamentales, sin pensar en una clasificación y fundamentación única y cerrada? Y mucho menos asumir posiciones dogmáticas y fundamentalistas.

Los valores que se deben instituir son, en mi opinión, los siguientes: la disciplina, la cohesión, el patriotismo, el compromiso, la lealtad, la solidaridad, la cooperación, la tenacidad, la sensibilidad, la humildad, la responsabilidad, el optimismo, el empeño, la crítica y la autocrítica, la integridad, el rigor, etc. Existen distintos valores y cualidades de naturaleza moral, que se tornan más personales o individuales. Pueden presentar diferentes niveles de expresión comportamentales y de aplicación en otras formas de la actividad humana.

### **2.2.5.- FUNDAMENTACIÓN PSICOPEDAGÓGICA.**

Dentro de esta fundamentación los maestros están en la obligación de buscar medios didácticos, metodológicos y psicológicos para poder ofrecer a los niños una formación adecuada de todas sus habilidades y capacidades físicas a través de los movimientos siempre y cuando estos sean los adecuados los cuales van ayudar a la formación correcta de los niños con el fin de posibilitar en ellos un libre desarrollo de la creatividad, imaginación, e iniciativa tomando en cuenta el bienestar interno espiritual de los pequeños.

Por desgracia la mayor parte de los maestros no se encuentran preparados para ayudar en el desarrollo físico a los niños y es por ese motivo que al contrario de brindar ayuda a los infantes los perjudican en su formación.

### **2.3.- FUNDAMENTACIÓN LEGAL.**

El presente trabajo de investigación se fundamenta en la “**Constitución Política de la Republica**” referente a los Derechos económicos, sociales y culturales, en el capítulo IV, sección undécima, de los deportes:

**ART.82.-** “El estado protegerá, estimulara, proveerá y coordinara la cultura Física, el deporte y la recreación, como actividades para la formación integral de las personas. Proveerá de recursos e infraestructura que permita la masificación de dichas actividades.

### **LEY DEL DEPORTE, EDUCACIÓN FÍSICA Y RECREACIÓN DEL ECUADOR.**

**ART. 2.-** Para el ejercicio de la Cultura Física, el deporte y recreación, al estado le corresponde:

- Proteger, estimular, promover y coordinar las actividades físicas, deportivas y recreativas de la población ecuatoriana así como planificar, fomentar y desarrollar el deporte la educación física y la recreación.

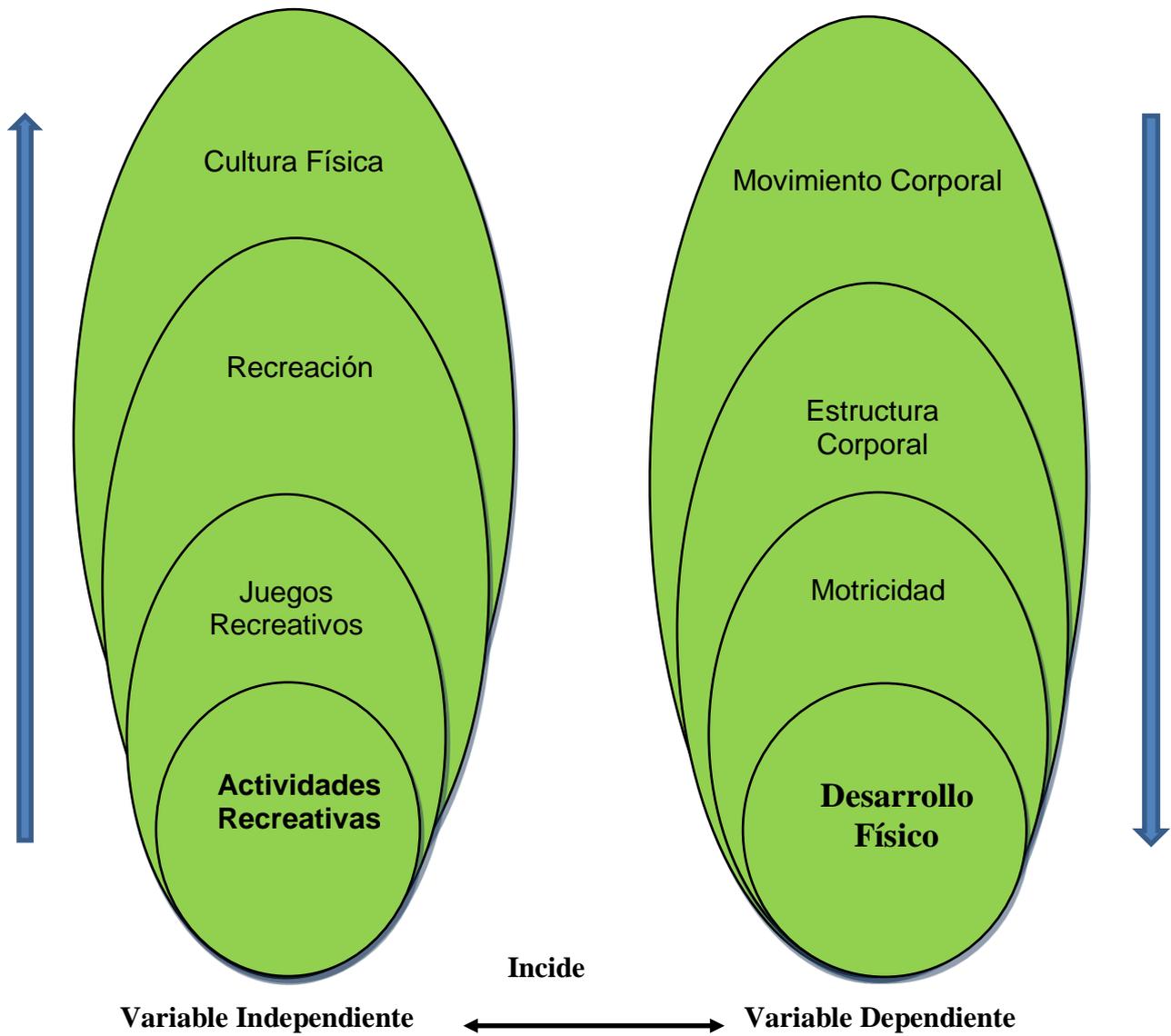
## **TÍTULO I**

### **PRECEPTOS FUNDAMENTALES**

**ART. 3.-** De la práctica del deporte, educación física y recreación.

La práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Serán protegidas por todas las Funciones del Estado

## 2.4.- CATEGORÍAS FUNDAMENTALES.



*Gráfico N° 2 Red de Inclusión de Variables  
Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

## RED CONCEPTUAL: VARIABLE INDEPENDIENTE ACTIVIDADES RECREATIVAS

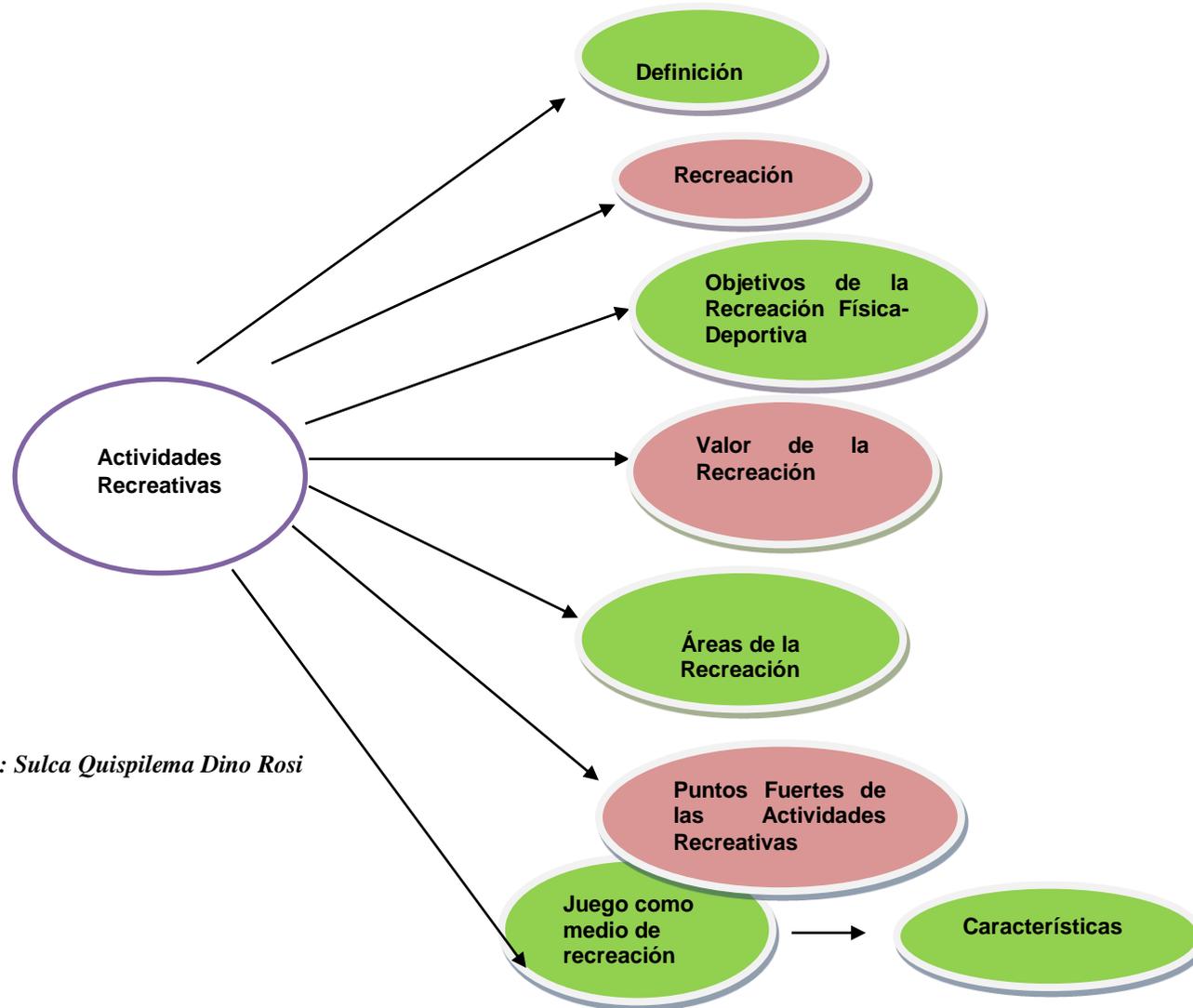
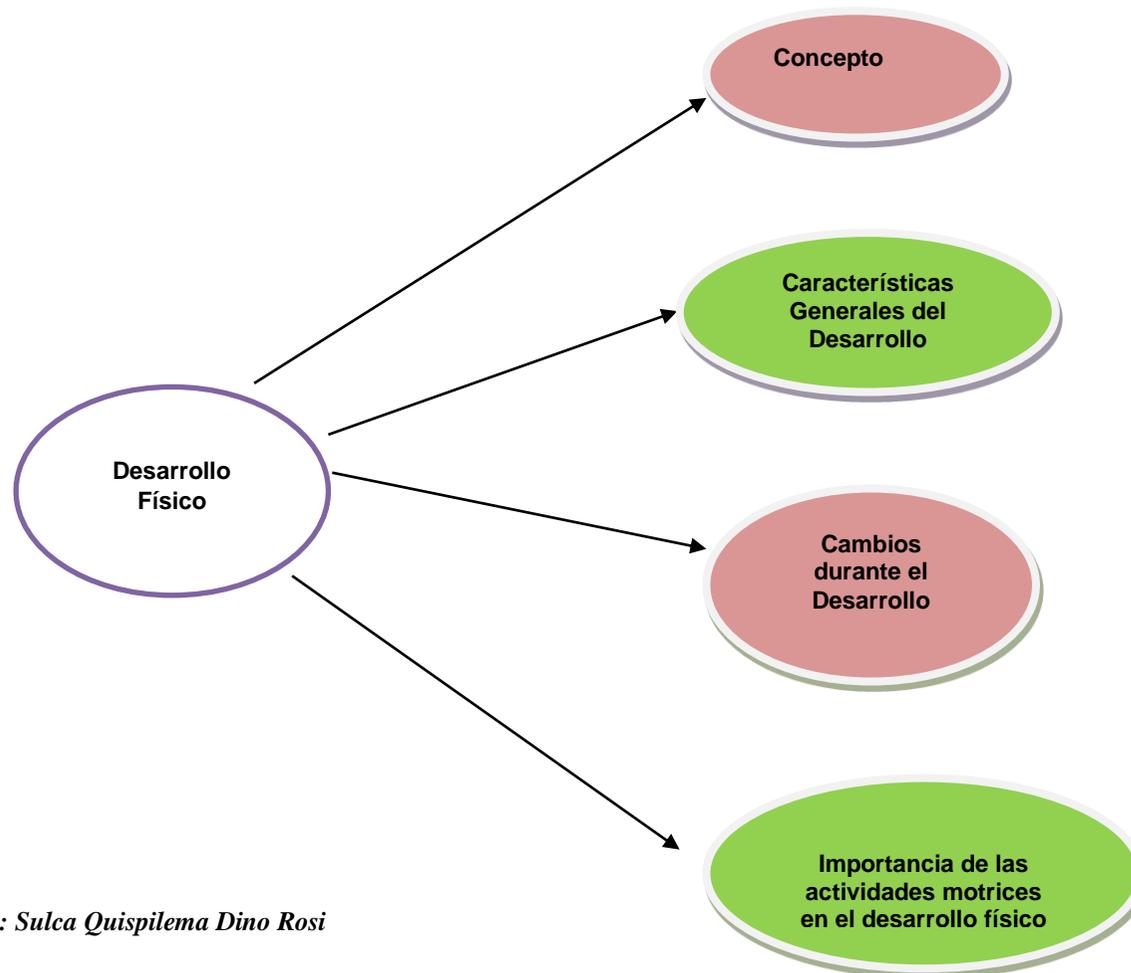


Gráfico N° 3  
Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi

**RED CONCEPTUAL: VARIABLE DEPENDIENTE DESARROLLO FÍSICA.**



*Gráfico N° 4*  
*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

## **2.4.- CATEGORIAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE.**

### **DEFINICIÓN DE ACTIVIDADES RECREATIVAS**

Las actividades recreativas son técnicas que no están orientadas hacia una meta específica y que ejercen su efecto de un modo indefinido e indirecto. Entre dichas actividades se pueden mencionar la música, los juegos, las atracciones, etc., donde los grupos pueden elegir actuar con sus objetivos principales puestos en el campo de la recreación.

Con las actividades recreativas es posible aumentar la creatividad del grupo. Siempre y cuando éstas sean elegidas de acuerdo a los intereses y a las capacidades de los participantes.

Este método ayuda a la integración de los individuos al grupo, y proporciona oportunidades para el reconocimiento, la respuesta y nuevas experiencias. A su vez, crea una atmósfera agradable, aumenta la participación, facilita la comunicación, fija algunas normas grupales y desarrolla la capacidad de conducción. La gran ventaja de este tipo de actividad es la disminución de tensiones. Se considera como un auxiliar para el proceso de grupos que tienen objetivos definidos y propósitos más serios.

Esta técnica puede utilizarse en grupos recién formados. Las actividades recreativas pueden ser el primer paso para las relaciones intergrupales, y aun en grupos no tan nuevos, esta técnica tiene la capacidad de crear sociabilidad.

Es de recomendar su empleo antes del comienzo de cualquier reunión, para crear cierto interés en los participantes, quienes en ocasiones pueden sentirse extraños al grupo. Una pequeña actividad recreativa, conducida eficazmente por el conductor del grupo, sirve para "romper el hielo", y en algunos casos, para disminuir la tensión.

Otro momento útil al cual se puede aplicar la recreación es para un cambio rápido de una parte o aspecto de la reunión a otro. También, cuando los sentimientos de lealtad y solidaridad del grupo se ven amenazados o no existen, casi cualquier juego es de gran valor.

La técnica de actividades recreativas debe tomar en cuenta que a pesar de lo atractivas que éstas resultan, no hay que olvidar que se trata tan sólo de medios para obtener determinados fines, por lo que no se debe abusar de ellas. Su uso requiere de ciertas aptitudes y cuidados y debe ir de acuerdo a los intereses de todos los integrantes del grupo. Cualquier actividad elegida debe llevarse a cabo con habilidad y discreción, de lo contrario puede dañar seriamente a algunos de los miembros al atentar contra sus sentimientos y problemas más profundos.

## **RECREACIÓN**

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte; la amplia variedad de su contenido permite que cada quién la identifique de forma diferente, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses que en el mundo moderno pueden constituir formas de recreación. Es por eso, que nos enfrentamos a diario con el siguiente dilema: lo que para unos es recreación, para otros no significa tal cosa, pues esta categoría es mutante, y depende del color del cristal con que se le mire.

Muchas veces este concepto en su contenido se confunde con la de juegos (simple entretenimiento), sin embargo, la primera es más amplia que la segunda. Recreación es un término al que se le da mucho significado. Para algunos, la palabra tiene una connotación placentera; para otros, es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso relajado.

La recreación es un conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre, mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva ó artística cultural, sin que para ello sea

necesaria una compulsión externa y mediante la cual se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

Ella está ligada por tanto con la educación, auto-educación, higiene física y psíquica, diversión y desarrollo cultural en general. La recreación es un fenómeno social, ya que solo tiene existencia en la comunidad humana; es realizada por los hombres que viven en la sociedad. Además, se rige por las leyes que rigen el desarrollo social y es un fenómeno cultural, ya que estas características que devienen del hecho de que su contenido está representado en formas culturales.

La recreación es un concepto que evoluciona con el ocio y que necesitando de un tiempo para desarrollarse y de una serie de actividades para ocuparlo, se caracteriza fundamentalmente por ser una actitud personal. Las actividades requieren, libre elección y libre realización, disfrutar en el transcurso de la acción y satisfacer necesidades personales aunque la acción tenga finalidades colectivas.

### **OBJETIVOS DE LA RECREACIÓN FÍSICA- DEPORTIVA**

1. Contribuir al desarrollo multilateral del individuo
2. Proporcionar a través de la participación sistemática, un nivel de preparación física general superior.
3. Contribuir a la incorporación de hábitos socialmente aceptables como son:  
Respeto a las reglas establecidas en las actividades, la disciplina, el autocontrol, el colectivismo, el sentido de la responsabilidad.
4. Dar oportunidades por medio de la participación para la formación moral y el desarrollo socio político ideológico
5. Facilitar durante el desarrollo de actividades, la observación de la naturaleza y la sociedad, la vinculación del conocimiento cultural y técnico en el contexto común que permite la profundización en la concepción científica del mundo.
6. Conocer las actividades que forman parte del programa de Recreación Física:  
Planes de la Calle, Festivales Deportivos Recreativos, Círculos de Recreación

Turística, Deportes de Orientación, Animación Recreativa, Objetos Volantes, A Jugar, Turismo Deportivo, Pesca Deportiva, Caza Deportiva, Deporte Canino, Deporte Subacuático, Ludotecas, Billar recreativo, Campamento recreativo, Modelismo Naval y Aéreo, Dama Internacional, Juegos Tradicionales.

La recreación muestra como un conjunto de ocupaciones a las que voluntariamente se dedica el individuo bien para descansar, bien para divertirse, bien para desarrollar la personalidad son importantes.

Profundizando sobre este concepto, Cajigal (1971) afirmaba que las funciones de formación e información, participación social, desarrollo de la capacidad creadora y recuperación formaban también parte del ocio y, consecuentemente, de las actividades que en él se desarrollan.

La función más importante de la recreación es procurar al individuo bienestar, expresión, sano desarrollo de sus capacidades creativas, expansión de sus horizontes personales. En consecuencia, la misión fundamental del profesional de la recreación es educar para el ocio. Miranda (1996)

## **EL VALOR DE LA RECREACIÓN**

Retomando el autor Taylor, se identifican dominios de los beneficios de la recreación, los cuales son críticos e integran factores que comprenden un método, como son: Cognitivos (adquisición de conocimientos), Afectivos (emociones y sentimientos) y psicomotor (actividad muscular asociada con los procesos mentales); los cuales se encuentran interrelacionadas.

### **Beneficios generales**

La participación en recreación es valorada en términos de su contribución a la calidad de vida. Los atributos y resultados de la participación en recreación son contruidos por cada participante individualmente. Los beneficios personales

podrían estar en las áreas del goce, la adquisición de actitudes positivas como la habilidad, la creatividad, la integración cuerpo y mente y la espiritualidad.

**Beneficios individuales:** Los beneficios vistos desde el punto de vista individual pueden ser representados de la siguiente forma:

**Cognitivo:** Incremento de habilidades, mejoras en procesos básicos (memoria, atención, concentración), posibilidad de adquirir nuevos aprendizajes, integración mente- cuerpo-espíritu, se incrementan los escenarios de participación desde el fomento y desarrollo del pensamiento, se da una mayor integración sensorial, mejoramiento de las habilidades preceptuales.

**Afectivo/social:** mayor socialización, mayor oportunidad de participación, integración social y aceptación, mejora las técnicas de comunicación, se adquiere habilidad individual para asumir cambios en su vida de forma positiva, motivación para el cambio de estilo de vida.

**Psicomotor:** adquisición de una mejor condición física, mejoramiento del esquema corporal, potenciación del sentido kinestesico, incremento de la fuerza muscular, utilización adecuada de la respiración, mejora la coordinación general, fortalece ligamentos y tendones, mejora el equilibrio estático y dinámico, adquiere mayor agilidad y flexibilidad, mejora la postura(alineación muscular, marcha y tono muscular), otorga una mejor calidad a los movimientos, perfecciona las técnicas necesarias para mejores y mayores desplazamientos.

**Psicológico:** Se fomenta la autoestima, a través de la mejora del auto concepto y la autoimagen, se generan sentimientos de bienestar, afirmación de la identidad, percepción de libertad, reducción del estrés, incremento del sentido de superación y de competencia con uno mismo, enseña técnicas para disminuir los comportamientos disfuncionales, enseña los beneficios de la salud.

## ÁREAS DE LA RECREACIÓN

Las actividades que comúnmente proveen experiencias recreativas toman una variedad de formas. Esto se debe a que la recreación depende de las actitudes e intereses particulares del individuo hacia la actividad.

Simplemente, se trata de la selección de una variedad casi infinita de actividades recreativas disponibles durante el ocio. Por ejemplo, muchas personas disfrutan la pesca, cantar, patinar, fotografiar, bailar o tomar parte en un juego.

El interés por las muchas formas de recreación varía según la edad, intereses, habilidad física, capacidad intelectual y deseos del individuo por cambiar. Por otro lado, algunas actividades se pueden practicar y son disfrutables a través de toda la vida.

La recreación, pues, puede incluir leer un libro, sembrar flores en el patio, observar un espectáculo de titiriteros, escuchar un concierto sinfónico, crear una pintura al óleo, cuidar los nietos, acampar con la familia, jugar baloncesto con los amigos, coleccionar estampillas o cartas de béisbol, ir a un baile, jugar solitario, dar la bienvenida a los amigos en una fiesta. La recreación se puede experimentar por una persona mientras se encuentre sola, con otros, o en un grupo grande.

En ciertas formas consiste de participaciones activas; en otras, de relajación silenciosa, escuchar u observar. Similar a la educación, la recreación es para la gente de cualquier país y de cualquier edad.

El potencial de la recreación para una vida creativa, satisfactoria y enriquecida aumenta los límites del ocio. En resumen, tenemos que las formas de las actividades recreativas puede ser:

- Juegos

- Deportes
- Artesanías
- Música
- Bailes
- Literatura Idiomática y afine.
- Drama.
- Actividades recreativas de índole social.
- Actividades especiales
- Actividades de servicio a la Comunidad.
- Actividades al aire libre (campamentos, pasadías, giras.).
- Pasatiempos ("hobbies").

### **PUNTOS FUERTES DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS PARTICIPATIVAS**

Actividades libremente elegidas y realizadas, tanto en forma como en grado de implicación, donde existe una voluntariedad explícita en la persona.

Motivación y disposición hacia una actividad corporal contextualizada, en la que podamos obtener experiencias óptimas. Posibilitan el acercamiento a la actividad física a sectores de la población tradicionalmente alejados de ella.

Satisfacción de las necesidades de movimiento, de emoción, riesgo controlado, incertidumbre y de entablar relación con otros, con la propia práctica y con los espacios donde ésta se realiza.

Posibilidad de manifestar el espíritu lúdico, la creatividad, la autoexpresión de adaptarse a códigos flexibles, donde la actividad esté al servicio de las personas y no a la inversa.

Alternativa a las prácticas tradicionalmente arraigadas en diferentes contextos, con un carácter más humano, inclusivo y accesible a todos / as.

Busca nuevos espacios, materiales, códigos y procesos motrices más creativos. El protagonismo está centrado en los propios participantes

Incentiva la experiencia social compartida. La AF se convierte en punto de encuentro donde convergen aficiones, intereses, ilusiones, retos y sentimientos de pertenencia a un grupo. Debe ser una puerta para la comunicación e integración a través de la práctica.

Todo el mundo puede participar sin que sexo, edad, capacidades físicas o técnicas sean factores limitantes, donde participar con los demás es más importante que contra los demás. Existe flexibilidad en su desarrollo

## **JUEGO COMO MEDIO DE LA RECREACIÓN**

El juego representa una actividad (física o pasiva) libre o voluntaria, pura, improvisada, intrínseca o espontánea y placentera, practicada durante el ocio que se lleva a cabo con el propósito principal de divertirse/entretenerse, de las cuales se deriva placer, expresión personal y satisfacción, de manera que la participación en el propio juego provee la gratificación deseada.

El término jugar implica hacer cosas por las que no se recibe nada a cambio. Son parecidas a las actividades de la infancia. Es, pues, una actividad lúdica o la práctica de actividades sin esperar recibir nada a cambio, i.e., se desarrolla en ausencia de intereses.

El juego implica hacer cosas por la que no se recibe nada a cambio. El juego puede ser también interpretado como una actividad que requiere el organismo humana en crecimiento. Es un fenómeno biológico y sociológico.

El juego es el medio mediante el cual el niño, en fantasía, viene a conocer la realidad. Es una actividad voluntaria u ocupación ejecutada con ciertos límites fijos de tiempo y lugar, de acuerdo a las reglas libremente aceptadas. Es la actividad más pura y espiritual del ser humano. Los juegos nuevos enfatizan la libertad del tiempo, la concentración en la actividad misma y la euforia del participante, el cual al involucrarse, ignora todo cuanto sucede a su alrededor.

La actividad lúdica representa una competencia gratuita, una ausencia de intereses. El término lúdico se refiere a las actividades relativas al juego.

Es una fuente de alegría y placer, terapia contra el aburrimiento la excesiva seriedad y la despersonalización de la vida actual. Muestra de que la espontaneidad no se halla reprimida. La capacidad lúdica es un signo de madurez.

El juego y esparcimiento son tan instructivos como el estudio. Aunque el juego no se considera como un deporte o educación física, elementos del juego pueden encontrarse en ambos.

## **CARACTERÍSTICAS DEL JUEGO**

- Son patrones de actividades activas o pasivas. El juego no necesariamente tiene que ser de tipo físico.
- Es espontáneo, libre
- Son voluntarias o de libre autoexpresión (motivadas intrínsecamente). Son pues acciones instintivas
- Se deriva placer o satisfacción inmediata (el acto de jugar por sí mismo representa la recompensa). El juego enfatiza el disfrute. Se dirige hacia la diversión, exploración, satisfacción, entretenimiento y expresión personal.

- La participación en el propio juego representa la recompensa deseada, las acciones que se realizan por la gratificación inmediata derivada, sin pensar en beneficios ulteriores. No tiene un fin determinado
- Se practica durante el ocio
- Provee para la expresión personal
- Puede ser repetitivo
- Comúnmente la persona que juega se desvincula del tiempo
- Son gobernadas por reglas implícitas o explícitas"
- Comúnmente no es competitivo.

Para jugar mejor. Se recomienda hacerlo en parejas o con un grupo; utilizar poco o ningún dinero, inventar reglas nuevas que todos acepten; se puede jugar para ganar, pero saber perder; aprender nuevos juegos.

Ventajas del juego. No ayuda a desprendernos de los problemas cotidianos y libera la parte irracional del ser humano. La manera de alcanzar el equilibrio y la buena forma psicológica.

## **2.4.2 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE DEPENDIENTE**

### **DESARROLLO FÍSICO**

El concepto de desarrollo físico se refiere a los cambios corporales que experimenta el ser humano, especialmente en peso y altura, y en los que están implicados el desarrollo cerebral, como ya se ha indicado, el desarrollo óseo y muscular.

El crecimiento es continuo a lo largo de la infancia y adolescencia, pero no se realiza uniformemente.

Desarrollo físico y psicomotor en la primera infancia 6 primer año de vida, a partir del segundo año muestra un patrón más lineal y estable, enlenteciéndose gradualmente hasta la pubertad. En la adolescencia se acelera de nuevo y se

detiene al finalizar ésta. Las diferentes partes del cuerpo, así como los órganos del mismo, varían también en el ritmo de maduración.

La sincronía del desarrollo de los diferentes sistemas corporales está incorporada a la herencia de nuestra especie. Por ejemplo, el crecimiento de la cabeza y del cerebro es más rápido que el resto del cuerpo y pronto alcanza proporciones de adulto, mientras que los órganos sexuales reproductores crecen de forma lenta y se aceleran en la adolescencia

Algunos datos del desarrollo físico son hitos claves para la valoración del desarrollo madurativo del niño. Es importante por ejemplo saber (Illingworth, 1985; Nelson y cols., 1983; Le Boulch, 1999; Rice, 1997) que el recién nacido tiene proporciones corporales que difieren notablemente de los lactantes, niños y adultos. Se sabe que el tamaño de la cabeza es aproximadamente la mitad del cuerpo, el abdomen es prominente y de tamaño superior a un cuarto del cuerpo y las piernas no alcanzan el cuarto restante. El perímetro cefálico tiene un promedio de 35 cm, aumenta unos 10 cm del nacimiento a los 6 meses, y unos 3 cm hasta los 12 meses. Al año el perímetro cefálico y torácico se igualan. El crecimiento del bebé durante el primer año es asombroso. La talla es por término medio de 50 cm, y al año se incrementa en un 50% como promedio, a los 5 años la estatura se duplica. Después de este rápido incremento aunque se sigue creciendo, se da una disminución gradual en el ritmo del mismo hasta la edad de 10 años en las chicas y los 12 en los chicos. Aunque las proporciones del cuerpo de chicas y chicos son parecidas en la infancia y en la niñez, las diferencias importantes típicas de adultos jóvenes aparecen durante la adolescencia.

El incremento de peso es incluso más llamativo. Los niños pesan al nacer alrededor de 3,4 kg., normalmente para los 5 meses han doblado su peso, lo triplican al año, y casi lo cuadruplican a los 2 años. Los incrementos anuales son muy constantes entre los 2 y 6 años, entre 2,7 y 3,2 kg, cada año. De los 6 a 11 años, incrementan aproximadamente 2,5 Kg, al año.

La composición ósea experimenta un endurecimiento progresivo en función de la edad, aunque no todas las partes del esqueleto crecen y maduran al mismo ritmo. Las partes que antes maduran son el cráneo y las manos, mientras que las piernas no finalizan su crecimiento hasta el final de la adolescencia. La edad ósea es un criterio diferencial para discriminar entre los niños de talla baja y los niños con un ritmo de crecimiento lento.

El desarrollo físico está condicionado por el desarrollo muscular, siguiendo las leyes céfalo caudal y próximo distal previamente citadas, de tal forma que los músculos de cabeza y cuello maduran antes que los del tronco y las extremidades. La maduración del tejido muscular es muy gradual durante la niñez y se acelera al inicio de la adolescencia, cambiando asimismo la proporción de músculo/grasa.

## **CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL DESARROLLO**

1.- El desarrollo procede de lo homogéneo hacia lo heterogéneo. En la mayoría de sus aspectos, el desarrollo ocurre de lo general hacia lo particular o del todo hacia las partes. En su comienzo la criatura humana es una masa globular uniforme que se diferencia luego cuando surgen nuevas estructuras. El recién nacido se estremece de pies a cabeza antes de empezar a mover sus órganos o partes.

El desarrollo pues, va de lo vago y general a lo específico y definido.

2.- El desarrollo tiene una dirección cefálico-caudal. El desarrollo se orienta de la región de la cabeza hacia los pies. Esta tendencia se observa tanto en el desarrollo prenatal como en la post natal. Mientras más cerca de la cabeza este el órgano, con mayor rapidez lograra su madurez. El ritmo del desarrollo es más veloz en el extremo cefálico que en el caudal.

Cuando el niño nace, la estructura más desarrollada es la cabeza, mientras que las más inmaduras son las extremidades.

3.- El desarrollo tiene una dirección próxima distante. El desarrollo procede del centro del cuerpo hacia los lados. Los órganos que están más próximos al eje del cuerpo se desarrollan primero que los más distantes.

4.- El desarrollo es continuo y gradual. El desarrollo del ser humano es continuo desde la concepción hasta el logro de la madurez. Las características humanas no aparecen repentinamente.

5.- El desarrollo es regresivo. De acuerdo con la ley de regresión los individuos tienden a aproximarse a su desarrollo al promedio de su población en general. Si los padres sobre o bajo el promedio de la población en cierto rasgo físico o mental, el promedio de todos los hijos en cuanto a ese rasgo tendera a cercarse más al de la población general que al promedio de los padres.

6.- El desarrollo tiende a ser constante. Si no interviene factores ambientales, el niño que al principio se desarrolla rápidamente continuara haciéndolo con el mismo ritmo, mientras que aquel cuyo desarrollo es inicialmente lento seguirá desarrollándose de la misma manera.

El desarrollo tiende a ser constante siempre y cuando no intervengan factores ambientales adversos.

7.- Las diferentes estructuras u organismos del cuerpo se desarrollan a diferentes velocidades. Las partes del cuerpo no se desarrollan uniformemente, como puede comprobarse en el mismo momento del nacimiento cuando las diferentes partes del cuerpo tienen distintos grados de desarrollo.

8.- El desarrollo tiende hacia la correlación positiva entre los distintos rasgos y no hacia la compensación.

## **CAMBIOS DURANTE EL DESARROLLO**

Los cambios que ocurren en el desarrollo no son todos de la misma clase pueden señalarse los siguientes cambios:

- Cambios en tamaño
- Cambios en la composición de los tejidos del cuerpo
- Cambios en las proporciones del cuerpo
- Desaparición y adquisición de rasgos

La herencia y el ambiente

Todos están de acuerdo en que las pautas del desarrollo del niño están determinadas conjuntamente por condiciones genéticas y circunstancias ambientales, aunque subsisten vehementes discrepancias sobre la importancia relativa de las predisposiciones genéticas de un individuo.

"Un individuo es el producto de su naturaleza original y de las influencias ambientales sufridas antes y después de su nacimiento"

Factores específicos que influyen en el desarrollo físico.

Existen diversos factores específicos que afectan el desarrollo físico o que están relacionados con él y son los siguientes:

- 1.- Sexo.
- 2.- Inteligencia

## **LA IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES MOTRICES EN EL DESARROLLO FÍSICO DEL NIÑO**

Las actividades motrices son las que el niño o niña debe ir adquiriendo corporalmente y con ello tener un conocimiento de su propio cuerpo. La capacidad que el niño va adquiriendo de su cuerpo, la maduración del sistema nervioso y el crecimiento de músculos y huesos serán responsables de que el niño desde los primeros años de vida sea capaz de sentarse, gatear, ponerse de pie hasta

los seis años que es la edad cuando empiezan a desarrollar más habilidades como correr, saltar, brincar en uno o dos pies, incluso alternando manos y pies, trepar y otras más. Conforme pasa el tiempo el niño adquiere procesos, como lo es la coordinación dinámica general, en esta el niño logra controlar sus desplazamientos que es a partir de un determinado estímulo al que el organismo responde a la aplicación de un movimiento, es decir, cuando el sistema nervioso envía la orden a cualquier parte del cuerpo para cualquier movimiento que se quiera hacer y así poder desplazarse.

Durante esta etapa de los niños la intervención del adulto juega un papel importante, en este caso sería el maestro ya que él provocara en el niño a realizar movimientos nuevos y le propondrá problemas que deba resolver y así el niño haga ajustes en su conducta motriz y amplíe su repertorio; ya que a veces los niños tienden a apropiarse de algún movimiento y complazcan de repetirla muchas veces y llegan a limitarse a experimentar cosas nuevas. El adulto no debe dar respuestas completas al niño de cómo desplazarse, si no ofrecerle ayuda afectiva para darle seguridad.

Cuando el niño comienza a relacionarse con diversos instrumentos tendrá como consecuencia un mejor control corporal en él, que destaquen diversas habilidades perceptivas y un mayor número de pautas motrices, apreciar sus relaciones en el espacio y que constituirán la base del pensamiento inteligente; aquí el niño cuando manipula aprecia su propia autonomía.

#### **2.4.- HIPÓTESIS.**

**H<sub>0</sub>:** “Las Actividades Recreativas no inciden en el Desarrollo Físico de los niños del séptimo año de Educación Básica de la Escuela Alberto Guerra del Cantón Cevallos”

**Hi:** “Las Actividades Recreativas si inciden en el Desarrollo Físico de los niños del séptimo año de Educación Básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos”

## **2.5.- SEÑALAMIENTO DE VARIABLES.**

### **VARIABLE INDEPENDIENTE:**

Actividades Recreativas.

### **VARIABLE DEPENDIENTE:**

Desarrollo Físico

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGIA**

#### **3.1.- ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN.**

El trabajo de investigación se sustentó en un enfoque cuanti - cualitativo, por cuanto se recogerán datos numéricos y serán tabulados e interpretados estadísticamente.

El cuantitativo “utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento de una población”

El cualitativo “por lo común, se utiliza primero para descubrir y refinar preguntas de investigación. A veces, pero no necesariamente, se prueban hipótesis. Con frecuencia se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones”

#### **3.2.- MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN.**

##### **De campo:**

Por cuanto la investigación será realizada en el lugar de los hechos es decir en los horas clases de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos.

##### **Documental Bibliográfica:**

Se ara usos de la información existen en las bibliotecas, repositorios informáticos y bibliotecas virtuales existentes en la Universidad Técnica de Ambato

### **3.3.- NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN.**

#### **3.3.1. Exploratoria**

Dankhe (2006). Es aquella que se efectúa sobre un tema u objeto poco conocido o estudiado, porque los resultados constituyen una visión aproximada de dicho objeto.

#### **3.3.2. Descriptiva**

SELLTIZ ET AL (2005). Consiste en la caracterización de los hechos, fenómenos o grupo con el fin de establecer su estructura o comportamiento. Consiste en describir situaciones, eventos y hechos. Esto quiere decir como es y cómo se manifiesta dicho fenómeno.

#### **3.3.3. Correlacional**

Las variables de investigación se relacionarán, y comprobará sus efectos, pretendiendo observar cómo se vinculan diversos fenómenos entre sí.

### **3.4.- POBLACIÓN Y MUESTRA.**

La presente investigación se trabajara con una Población de: 50 estudiantes, y 3 maestros.

<b>Involucrados</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Estudiantes</b>	<b>50</b>	
<b>Maestros</b>	<b>3</b>	
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100 %</b>

*Cuadro N° 1  
Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

#### **MUESTRA.**

En vista que la población es pequeña se trabajara con todo el universo, los estudiantes y maestros.

### 3.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

#### 3.5.1 VARIABLE INDEPENDIENTE. ACTIVIDADES RECREATIVAS

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMES BÁSICOS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Las actividades recreativas son técnicas que no están orientadas hacia una meta específica y que ejercen su efecto de un modo indefinido e indirecto. Entre dichas actividades se pueden mencionar la música, los juegos, las atracciones, etc., donde los grupos pueden elegir actuar con sus objetivos principales puestos en el campo de la recreación.	Técnicas	Métodos Procesos Enseñanza-Aprendizaje	¿Cree usted que las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo físico?	Encuesta Cuestionario Estructurado
	Recreación	Diversión Aspectos cognitivos y afectivos Desarrollo psicomotor	¿El profesor de cultura física utiliza la recreación para despertar los aspectos cognitivos y afectivos y así mejorara su desarrollo físico?	
	Juegos	Populares Tradicionales Grandes	¿Considera usted que al utilizar los juegos recreativos, la participación de los estudiantes es más activa y participativa?	

*Cuadro N° 2 O. Variable Independiente  
Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

### 3.5.2 VARIABLE DEPENDIENTE: Desarrollo Físico.

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
El concepto de desarrollo físico se refiere a los cambios corporales que experimenta el ser humano, especialmente en peso y altura, y en los que están implicados el desarrollo cerebral, como ya se ha indicado, el desarrollo óseo y muscular.	Cambios Corporales	Peso Estatura	¿Cree usted que el peso y la estatura cambian con la realización de actividades recreativas?	Encuesta Cuestionario Estructurado
	Desarrollo óseo	Hueso	¿Cree usted que con un crecimiento adecuado de los huesos se podrá tener un buen desarrollo físico?	
	Desarrollo Muscular	Extremidades Superiores Extremidades Inferiores Tronco	¿Cree usted que el profesor realiza actividades recreativas para ayudar al desarrollo muscular?	

*Cuadro N° 3 O. Variable Dependiente  
Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

### 3.6.- RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.

<b>PREGUNTAS BÁSICAS</b>	<b>EXPLICACIÓN</b>
<b>¿Para qué?</b>	Para alcanzar los objetivos de la investigación y comprobar las hipótesis
<b>¿De qué persona u objeto?</b>	Estudiantes y maestros de Cultura Física de institución.
<b>¿Sobre qué aspecto?</b>	Actividades recreativas y Desarrollo Físico
<b>¿Quién? ¿Quiénes?</b>	Sulca Quispilema Dino Rosi
<b>¿Cuándo?</b>	En el año lectivo 2012-2013
<b>¿Dónde?</b>	Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos
<b>¿Cuántas veces?</b>	Una
<b>¿Qué técnicas de recolección?</b>	Mediante una encuesta
<b>¿Con qué?</b>	Cuestionario
<b>¿En qué situación?</b>	En la Institución

*Cuadro N° 4 Recolección de Información  
Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

### **3.7.- PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN.**

#### **Revisión crítica de la información recogida:**

1. La información recogida se la revisará para clasificar la misma, es decir se elimina la información defectuosa, contradictoria, incompleta, no pertinente, para volver a repetir la recolección de la información, en ciertos casos individuales para corregir fallas de contestación.
2. Tabulación o cuadros según variables de cada hipótesis
3. Estudio estadístico de datos para presentación de resultados

#### **-Análisis Interpretación de resultados:**

- Se analizará los resultados estadísticos, destacando tendencias o relaciones fundamentales de acuerdo con los objetivos e hipótesis.
- Se interpretarán los resultados, con apoyo del marco teórico, en el aspecto pertinente, es decir atribución de significado científico a los resultados estadísticos manejando las categorías correspondientes al Marco Teórico.
- Se comprobarán las hipótesis, siempre y cuando se requiera, en este caso si se requiere de comprobación, por cuanto los niveles de investigación son asociativa y de correlación.
- Se establecerá conclusiones y recomendaciones.

## CAPITULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

ENCUESTA APLICADA A LOS ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA ALBERTO GUERRA.

#### 4.1. ANÁLISIS DE RESULTADOS.

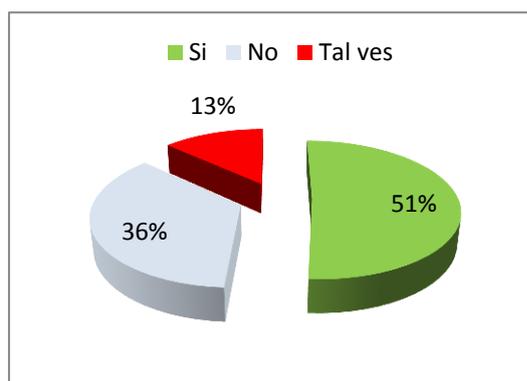
1.- ¿Cree usted que las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo físico?

*Cuadro N° 5*

ALTERNATIVA	Frecuencia	%
SI	27	51%
NO	19	36%
TAL VES	7	13%
TOTAL	53	100

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

*Gráfico N° 5 Pregunta 1*



#### ANÁLISIS DE DATOS

DE los 53 encuestados que corresponden al 100%; 27 dicen que sí que corresponde al 51%; 17 dicen que no que corresponde al 36% y 7 estudiantes dicen tal vez que corresponde al 13%.

#### INTERPRETACIÓN

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la escuela Alberto Guerra, la mitad de los estudiantes está de acuerdo que las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo y el otro por ciento desconoce.

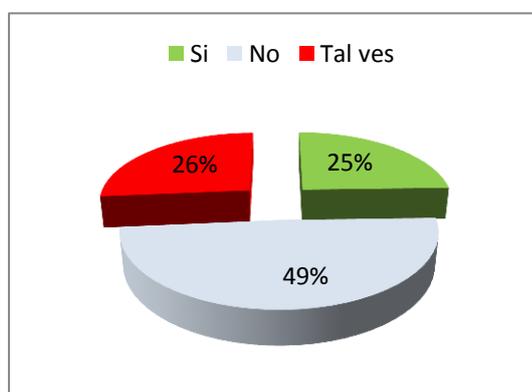
## 2.- ¿El profesor de cultura física utiliza la recreación para despertar los aspectos cognitivos y afectivos del niño?

*Tabla N° 1*

ALTERNATIVA	Frecuencia	%
SI	13	25%
NO	26	49%
TAL VES	14	26%
TOTAL	53	100

Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi

*Gráfico N° 6 Pregunta 2*



### ANÁLISIS DE DATOS

DE los 53 encuestados que corresponden al 100%; 13 dicen que sí que corresponde al 25%; 26 dicen que no que corresponde al 49% y 14 estudiantes dicen tal ves que corresponde al 26%.

### INTERPRETACIÓN

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la escuela Alberto Guerra, la mitad de los estudiantes manifiestan que los profesores no utilizan la recreación y el otro por ciento manifiestas q si realiza la recreación el profesor.

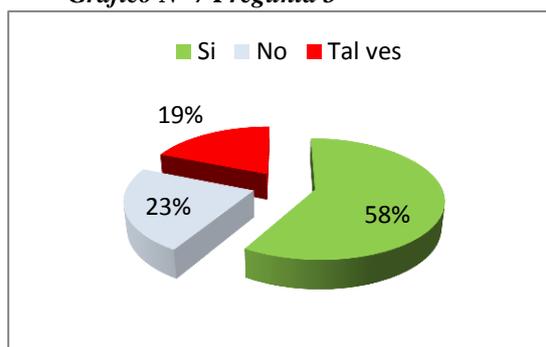
**3.- ¿Considera usted que al utilizar los juegos recreativos, la participación de los estudiantes es más activa y participativa y así mejorara su desarrollo físico?**

*Cuadro N° 6*

ALTERNATIVA	Frecuencia	%
SI	31	58%
NO	12	23%
TAL VES	10	19%
TOTAL	53	100

Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi

*Gráfico N° 7 Pregunta 3*



### **ANÁLISIS DE DATOS**

De los 53 encuestados que corresponden al 100%; 31 dicen que sí que corresponde al 58%; 12 dicen que no que corresponde al 23% y 10 estudiantes dicen tal vez que corresponde al 19%.

### **INTERPRETACIÓN**

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la escuela Alberto Guerra, un poco más de la mitad de los estudiantes considera q los juegos ayudan a su participación activa y el otro por ciento manifiesta que no.

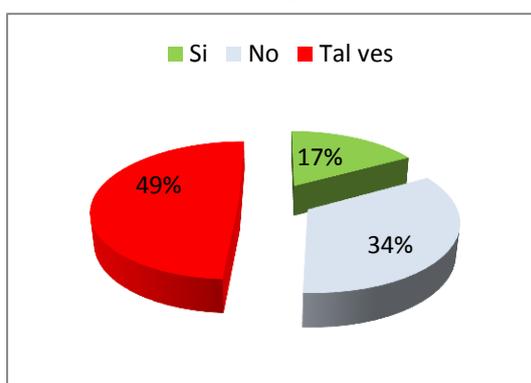
**4.- ¿Cree usted que el profesor realiza actividades recreativas para ayudar al desarrollo muscular?**

*Cuadro N° 7*

ALTERNATIVA	Frecuencia	%
SI	9	17%
NO	18	34%
TAL VES	26	49%
TOTAL	53	100

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

*Gráfico N° 8 Pregunta 4*



**ANÁLISIS DE DATOS**

De los 53 encuestados que corresponden al 100%; 9 dicen que sí que corresponde al 17%; 18 dicen que no que corresponde al 34% y 26 estudiantes dicen tal ves que corresponde al 49%.

**INTERPRETACIÓN**

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la escuela Alberto Guerra, la mitad de los estudiantes no está segura si cambiara o no el peso o estatura, mientras q un porcentaje está dividido unos manifiestan que sí y otros que no.

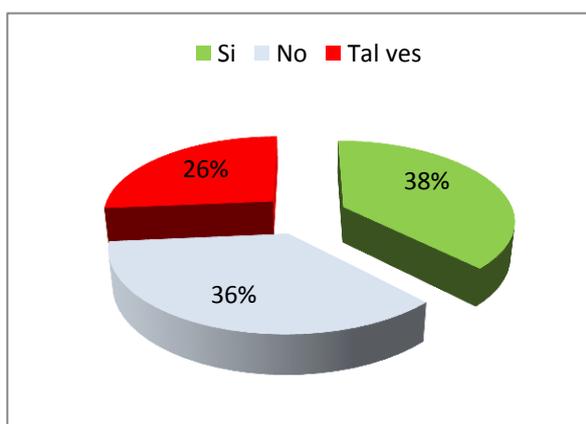
**5.- ¿Cree usted que con un crecimiento adecuado de los huesos se podrá tener un buen desarrollo físico?**

*Cuadro N° 8*

ALTERNATIVA	Frecuencia	%
SI	20	38%
NO	19	36%
TAL VES	14	26%
TOTAL	53	100

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

*Gráfico N° 9 Pregunta 5*



### **ANÁLISIS DE DATOS**

De los 53 encuestados que corresponden al 100%; 20 dicen que sí que corresponde al 38%; 19 dicen que no que corresponde al 36% y 14 estudiantes dicen tal ves que corresponde al 26%.

### **INTERPRETACIÓN**

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la escuela Alberto Guerra, y se puede notar que todas las opciones se reparten por igual lo que quiere decir que está dividido si ayuda o no.

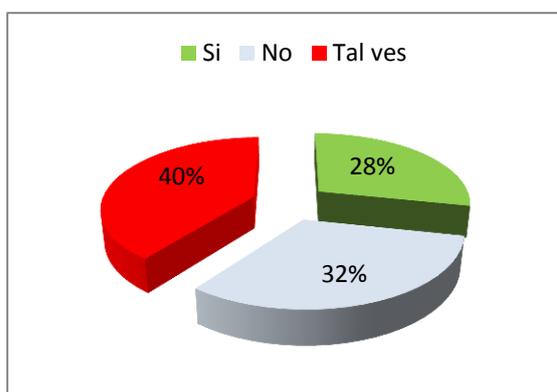
**6.- ¿Cree usted que el peso y la estatura cambian con la realización de actividades recreativas?**

*Cuadro N° 9*

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
SI	15	28%
NO	17	32%
TAL VES	21	40%
TOTAL	53	100

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

*Gráfico N° 10 Pregunta 6*



### **ANÁLISIS DE DATOS**

De los 53 encuestados que corresponden al 100%; 15 dicen que sí que corresponde al 28%; 17 dicen que no que corresponde al 32% y 14 estudiantes dicen tal vez que corresponde al 40%.

### **INTERPRETACIÓN**

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la Escuela Alberto Guerra, En un gran porcentaje están indeciso y el otro por ciento se reparten casi por igual lo que quiere decir que está dividido si realiza actividades recreativas para el desarrollo físico o no.

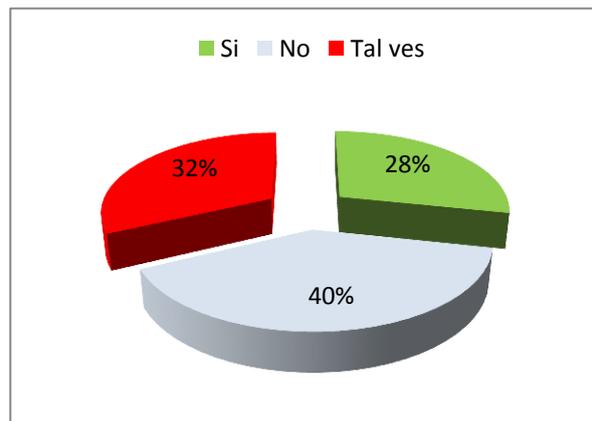
**7.- ¿Cree usted que existe interés por parte del profesor en aplicar juegos recreativos que mejoren su desarrollo físico?**

*Cuadro N° 10*

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
SI	15	28%
NO	21	40%
TAL VES	17	32%
TOTAL	53	100

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

*Gráfico N° 11 Pregunta 7*



**ANÁLISIS DE DATOS**

De los 53 encuestados que corresponden al 100%; 15 dicen que sí que corresponde al 28%; 21 dicen que no que corresponde al 40% y 17 estudiantes dicen tal ves que corresponde al 32%.

**INTERPRETACIÓN**

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la escuela Alberto Guerra, un gran número de estudiantes dice que no existe interés por parte del profesor en realizar juegos recreativos lo cual no está ayudando a mejorar su desarrollo físico

## 8.- ¿Conoce usted que son las actividades recreativas?

*Cuadro N° 11*

ALTERNATIVA	Frecuencia	%
SI	45	85%
NO	8	15%
TAL VES	0	0%
TOTAL	53	100

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

*Gráfico N° 12 Pregunta 8*



### ANÁLISIS DE DATOS

De los 53 encuestados que corresponden al 100%; 45 dicen que sí que corresponde al 85%; 8 dicen que no que corresponde al 15% y 0 estudiantes dicen tal ves que corresponde al 0%.

### INTERPRETACIÓN

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la escuela Alberto Guerra, en su mayoría si tienen conocimiento de que son las actividades recreativas.

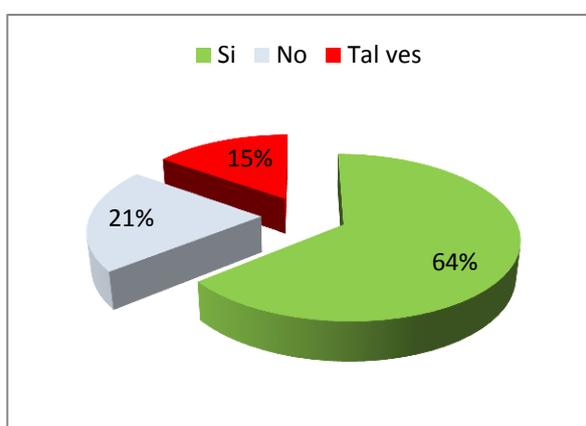
**9.- ¿Cree usted que las actividades recreativas promoverán una formación integral en su desarrollo?**

*Cuadro N° 12*

ALTERNATIVA	Frecuencia	%
SI	34	64%
NO	11	21%
TAL VES	8	15%
TOTAL	53	100

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

*Gráfico N° 13 Pregunta 9*



### **ANÁLISIS DE DATOS**

De los 53 encuestados que corresponden al 100%; 34 dicen que sí que corresponde al 64%; 11 dicen que no que corresponde al 21% y 8 estudiantes dicen tal vez que corresponde al 15%.

### **INTERPRETACIÓN**

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la escuela Alberto Guerra, en su mayoría los estudiantes manifiestan positivamente que las actividades recreativas promueven una formación integral en el desarrollo mientras que el otro por ciento está entre uno y tal vez.

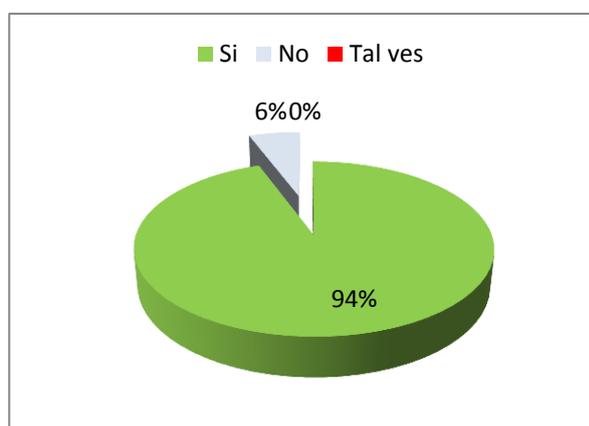
**10.- ¿Cree usted que una guía metodológica de actividades recreativas le ayudara al profesor a planificar sus clases y así mejor su desarrollo físico?**

*Cuadro N° 13*

ALTERNATIVA	Frecuencia	%
SI	50	94%
NO	3	6%
TAL VES	0	0%
TOTAL	53	100

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

*Gráfico N° 14 Pregunta 10*



## **ANÁLISIS DE DATOS**

De los 53 encuestados que corresponden al 100%; 50 dicen que sí que corresponde al 94%; 3 dicen que no que corresponde al 6% y 0 estudiantes dicen tal vez que corresponde al 0%.

## **INTERPRETACIÓN**

De los resultados obtenidos se concluye, que los estudiantes de la escuela Alberto Guerra, en su mayoría los estudiantes manifiestan que están de acuerdo que el profesor tenga una guía metodológica donde pueda seguir sus actividades mediante actividades recreativas y así mejorar su desarrollo físico.

## **4.2.- VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS.**

## COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS

### Prueba de Chi-Cuadrado

#### A. Planteamiento de la Hipótesis:

##### 1. Modelo Lógico

$H_0$ . Las Actividades Recreativas NO inciden en el Desarrollo Físico de los niños del séptimo año de Educación Básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos

$H_1$ . Las Actividades Recreativas SI inciden en el Desarrollo Físico de los niños del séptimo año de Educación Básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos

Para la realización del Chi-cuadrado se tomó en cuenta cuatro preguntas de forma aleatoria para la comprobación respectiva.

##### 2. Modelo Matemático

$$H_0 = O = E$$

$$H_1 = O \neq E$$

##### 3. Modelo Estadístico

Fórmula:

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

$X^2$ = Chi o Ji cuadrado $\Sigma$ = Sumatoria O = Frecuencia Observada E = Frecuencia Esperada
--

## B. Nivel de significación.-

Se utiliza el nivel  $\alpha = 0.05$  (5 %) de error y al 95 % de confianza

Para decidir sobre de estas regiones primeramente determinamos los logros de libertad conocidos que el cuadro está formado por 4 filas y 3 columnas.

$gl = (4-1) (3-1)$  (grados de libertad = 3 columnas por 4 filas)

$gl = 6$  Resultado de la operación matemática

$gl = 12.59$  (lectura obtenida en la tabla)

$$X^2_t = 12.59$$

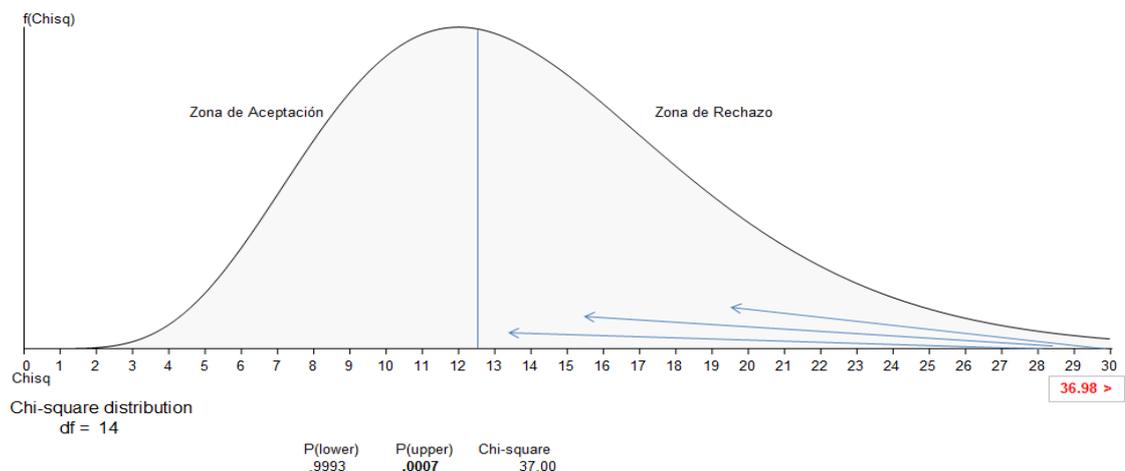
Entonces con 6gl y un nivel de 0,05 tenemos en la tabla un valor de 12.59

## C. Zona de aceptación y rechazo.

Entonces con 6gl y un nivel de 0.05 tenemos en la tabla de  $X^2$  el valor de 12,59:

Por consiguiente se acepta la hipótesis nula para todo valor de ji cuadrado que se encuentre hasta el valor 12,59 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 12,59 y se acepta la hipótesis alternativa.

Se acepta  $H_0$  si:  $X^2_c \geq 12.59$



#### D. FRECUENCIA OBSERVADA

PREGUNTA	CATEGORÍAS			SUB TOTAL
	Si	no	Tal ves	
1.- ¿Cree usted que las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo físico?	27	19	7	53
3.- ¿Considera usted que al utilizar los juegos recreativos, la participación de los estudiantes es más activa y participativa y así mejorara su desarrollo físico?	31	12	10	53
4.- ¿Cree usted que el profesor realiza actividades recreativas para ayudar al desarrollo muscular?	9	18	26	53
9.- ¿Cree usted que las actividades recreativas promoverán una formación integral en su desarrollo?	34	11	8	53
<b>TOTAL</b>	<b>101</b>	<b>60</b>	<b>51</b>	<b>212</b>

*Tabla N° 2 Frecuencia Observada*

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

## E. FRECUENCIA ESPERADA

PREGUNTA	CATEGORÍAS			SUB TOT AL
	Si	No	Tal ves	
1.- ¿Cree usted que las actividades recreativas son métodos para mejorar el desarrollo físico?	25.25	15.00	12.75	<b>53</b>
3.- ¿Considera usted que al utilizar los juegos recreativos, la participación de los estudiantes es más activa y participativa y así mejorara su desarrollo físico?	25.25	15.00	12.75	<b>53</b>
4.¿Cree usted que el profesor realiza actividades recreativas para ayudar al desarrollo muscular?	25.25	15.00	12.75	<b>53</b>
9.- ¿Cree usted que las actividades recreativas promoverán una formación integral en su desarrollo?	25.25	15.00	12.75	<b>53</b>
<b>TOTAL</b>	<b>101</b>	<b>60</b>	<b>51</b>	<b>212</b>

*Tabla N° 3 Frecuencia Esperada*

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

## F. CÁLCULO DEL JI-CUADRADO

O	E	O-E	(O-E) <sup>2</sup>	(O-E) <sup>2</sup> /E
27	25.25	1.75	3.0625	0.12
19	15	4	16	1.07
7	12.75	-5.75	33.0625	2.59
31	25.25	5.75	33.0625	1.31
12	15	-3	9	0.60
10	12.75	-2.75	7.5625	0.59
9	25.25	-16.25	264.0625	10.46
18	15	3	9	0.60
26	12.75	13.25	175.5625	13.77
34	25.25	8.75	76.5625	3.03
11	15	-4	16	1.07
8	12.75	-4.75	22.5625	1.77
<b>212</b>	<b>212</b>			<b>36.98</b>

*Tabla N° 4 Calculo del Ji-cuadrado*

*Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

### 4.2.1. Regla de Decisión.

Para 6 grados de libertad a un nivel de 0,05 se obtiene en la tabla 12,59 y como el valor del ji-cuadrado calculado es **36.98** se encuentra fuera de la región de aceptación, entonces se rechaza la hipótesis nula por lo que se acepta la hipótesis alternativa que dice: **Las Actividades Recreativas Si inciden en el desarrollo físico de los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del Cantón Cevallos.**

## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1.- CONCLUSIONES.**

Con la investigación realizada a los estudiantes de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos y estudiado el objeto de estudio se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- ✓ Que no se han aplicado actividades recreativas para mejorar el desarrollo físico de los niños en las clase 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.
- ✓ Se concluye que en la actualidad las actividades recreativas inciden en el desarrollo físico.
- ✓ Analizando los datos obtenidos en la encuesta se establece que el desarrollo físico se mejorara mediante actividades recreativas.

## **5.2.- RECOMENDACIONES:**

Luego de haber analizado la situación actual de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos y para mejorar el desarrollo físico de los niños se recomienda:

- ✓ Aplicar las actividades recreativas para mejorar el desarrollo físico de forma integral en las clases de Educación Física
- ✓ Mantener la práctica de las actividades recreativas mediante juegos, ya que los niños mejoraran su desarrollo físico.
- ✓ Realizar de una manera planificada la práctica de actividades recreativas ya que inciden de una manera significativa en el desarrollo físico de los niños de la institución.
- ✓ Se recomienda La Escuela Alberto Guerra debe tomar en cuenta que el desarrollo físico se mejorara mediante la práctica de actividades recreativas en sus clases.

## CAPITULO VI

### PROPUESTA

**TÍTULO: “GUÍA METODOLOGICA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA EL MEJORAMIENTO DEL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑOS DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA ALBERTO GUERRA DEL CANTÓN CEVALLOS”**

#### **6.1.- DATOS INFORMATIVOS.**

**Institución:** Escuela Alberto Guerra del Cantón Cevallos  
**Autoría de la Propuesta:** Sulca Quispilema Dino Rosi  
**Tutor de la Propuesta:** Licdo. Mg. Jean Carlos Indacochea Mendoza  
**Población de Estudio:** 53 estudiantes del séptimo año  
**Sector:** Santo Domingo  
**Ubicación:** Santo Domingo  
**Cantón:** Cevallos  
**Provincia:** Tungurahua  
**Tiempo estimado para la ejecución:** 6 meses.  
**Beneficiarios:** Los beneficiarios de la presente propuesta serán los niños de séptimo año de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos.  
**Equipo técnico responsable:** El autor de la presente propuesta es el Sr. Sulca Quispilema Dino Rosi quien está a cargo de diseñar, socializar, difundir, aplicar y finalmente evaluar la Propuesta en la Escuela Alberto Guerra.

## *DEDICATORIA*

*Esta propuesta va dedicada, para la Institución educativa Escuela Alberto Guerra del Cantón Cevallos, ah todos quienes participaron y permitieron el desarrollo de la misma, Autoridades, docentes, y padres de familia de manera especial a los niños de séptimo año de educación básica quienes fueron la motivación permanente, y nos brindaron la oportunidad de ejecutarla.*

## *AGRADECIMIENTO.*

*Agradezco a Dios por regalarme la oportunidad de despertarme cada día, a la Universidad Técnica de Ambato por abrirme las puertas del conocimiento, y a la Escuela Alberto Guerra por compartir nuevas experiencias.*

## **ÍNDICE DE LA PROPUESTA.**

**Esto no va....**

6.1 DATOS INFORMATIVOS. ....	
6.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA. ....	
6.3 JUSTIFICACIÓN. ....	
6.4 OBJETIVOS .....	
6.5 ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD .....	
6.6 FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA. ....	
6.7 PLAN DE ACCIÓN U OPERATIVO DE LA PROPUESTA.....	
6.8 ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA. ....	
6.9 REVISIÓN DE LA PROPUESTA.....	
6.10 CONCLCIONES.....	
6.11 RECOMENDACIONES.....	

## **6.2.- ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA.**

El tema de actividades recreativas en el desarrollo físico involucra principalmente a los Estudiantes, y contribuyendo al desarrollo de habilidades, destrezas y al crecimiento sano, buscando así cambios positivos en la educación ya que el tener un buen desarrollo físico no reside solo en alcanzar los objetivos personales, sino en tener una buena salud para alcanzar intereses en la vida.

Es labor de las Autoridades y Docentes publicar los beneficios de practicar actividades recreativas para mejorar el desarrollo físico de los estudiantes ya que esta actividad beneficia en el crecimiento y desarrollo físico, emocional, intelectual y social de los niños y niñas, ya que con el juego desarrollan conductas, actitudes y valores.

A partir de ello nace la importancia de difundir una guía metodológica de actividades recreativas y así mejorar el desarrollo físico y puedan enfrentar a la vida con más optimismo, responsabilidad y dedicación en sus entrenamientos.

Junto a ello, nació la necesidad de mejorar el desarrollo de las actividades recreativas ya que las mismas han estado en una constante y profunda evolución, pues ha ido respondiendo a las distintas políticas económicas y sociales que han predominado no solo en la naturaleza del mismo, sino también de la característica del ejercicio físico; es decir que han sido las propias necesidades sociales, los factores principales de influencia en la organización de la cultura física y el deporte, subordinado a la ideología o pensamiento de las clases dominantes.

Hoy en día ha cambiado el concepto de recreación, según ha evolucionado la sociedad cambiante en este nuevo siglo XXI en el cual se buscan nuevas perspectivas dentro de la sociedad la cual desea satisfacer sus necesidades y expectativas por lo que podemos decir que la recreación no es solo la agradable forma de pasar el tiempo libre, sino el aprovechamiento de este tipo de forma

positiva en la sociedad, de manera tal que contribuya al desarrollo de la personalidad del hombre.

### **6.3.- JUSTIFICACIÓN.**

La razón por la que se realiza esta guía metodología de actividades recreativas para el mejoramiento del desarrollo físico de los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos”, es para que los estudiantes tengan una idea más clara sobre la importancia de recrearse, desarrollar su esquema corporal y disfrutar de su infancia mientras adquieren aprendizajes significativos, logrando de esta forma un mejor desarrollo físico, intelectual y afectivo.

Existen determinadas causas que limitan la práctica de las actividades recreativas como es el uso exagerado de la tecnología, la falta de conocimientos de los profesores por actividades recreativas entre otros esto contribuyen a que los estudiantes se desmotiven y el problema persista.

Al enfocar este problema se debe tomar en cuenta la gran importancia que tiene éste trabajo investigativo en la institución, considerando que el tema es de gran relevancia porque este problema está afectando Física, corporal e intelectualmente a los estudiantes.

### **6.4.- OBJETIVOS.**

#### **6.4.1. GENERAL.**

Diseñar una guía, metodología de actividades recreativas para el mejoramiento del desarrollo físico de los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos

#### **6.4.2.- ESPECÍFICOS.**

Socializar la Guía metodológica de actividades recreativas para el mejoramiento del desarrollo físico de los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos.

Ejecutar la Guía metodológica de actividades recreativas para el mejoramiento del desarrollo físico de los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos

Evaluar la Guía metodológica de actividades recreativas para el mejoramiento del desarrollo físico de los niños del séptimo año de educación básica de la Escuela Alberto Guerra del cantón Cevallos

#### **6.5.- ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD.**

Este proyecto es factible de ejecutarse, ya que dentro del análisis de los resultados obtenidos en el trabajo de campo de la investigación por lo que los estudiantes mencionan que se encuentran predispuestos a realizar las actividades recreativas para el mejoramiento del desarrollo físico en los niños en la institución y porque existe la predisposición de todos los involucrados.

#### **6.6.- FUNDAMENTACIÓN TÉCNICA CIENTÍFICA.**

Las actividades recreativas se considera como la práctica física-deportiva como recreación debe mostrarse como una actividad eminentemente lúdica, divertida, generadora de placer que, aunque susceptible de establecerse de forma sistemática y rigurosa, se presenta generalmente como flexible, libremente aceptada, en donde el placer de jugar y el disfrute del propio proceso del juego son fundamentales.

Entre los objetivos que debe plantearse el profesional de la recreación se encuentran el ser capaz de responder a las motivaciones individuales (siendo actividades eminentemente colectivas), el atribuir más importancia a la participación que al resultado final y el hacer hincapié en valores educativos tales como: comunicación social, divertirse a través del juego y del deporte, fomentar la creatividad, coeducación, ofrecer la diversidad, estimular la cooperación y el espíritu de equipo, solidaridad, deportividad, respeto a compañeros, adversarios y jueces.

Las actividades recreativas son "aquellas con flexibilidad de interpretación y cambios de reglas que permiten la continua incorporación de formas técnicas y de comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación por parte de los participantes de los cambios de papeles en el transcurso de la actividad, constitución de grupos heterogéneos de edad y sexo, gran importancia de los procesos comunicativos y de empatía que se puede generar aplicación de un concreto tratamiento pedagógico y no especialización, ya que no se busca una competencia ni logro completo".

### **LA IMPORTANCIA DEL JUEGO COMO ACTIVIDAD RECREATIVA**

Tiene un fin en sí mismo como actividad placentera para los niños y como medio para la realización de los objetivos programados en las diferentes materias que se imparten en la sala de clases.

El juego tiene un carácter muy importante, ya que desarrolla los cuatro aspectos que influyen en la personalidad del niño:

- ✓ El cognitivo, a través de la resolución de los problemas planteados.
- ✓ El motriz, realizando todo tipo de movimientos, habilidades y destrezas.
- ✓ El social, a través de todo tipo de juegos colectivos en los que se fomenta la cooperación.

- ✓ El afectivo, ya que se establecen vínculos personales entre los participantes.

Las funciones o características principales que tiene el juego son: motivador, placentero, creador, libre, socializador e integrador.

### **EL DESARROLLO FÍSICO DEL NIÑO.**

El crecimiento se emplea para referirse al aumento de tamaño y peso; mientras que desarrollo se aplica a los cambios en composición y complejidad.

**Crecimiento:** Es el proceso mediante el cual los seres humanos aumentan su tamaño y se desarrollan hasta alcanzar la forma y la fisiología propias de su estado de madurez. Tanto el aumento de tamaño como la maduración dependen de que exista un aporte adecuado de sustancias nutritivas y de vitaminas, y de que se produzcan las distintas hormonas necesarias.

**El desarrollo:** Efecto combinado de los cambios en tamaño y complejidad o en composición; así como de los cambios resultantes de la maduración y del aprendizaje.

Designa los cambios que con el tiempo ocurren en la estructura, pensamiento o comportamiento de una persona a causa de los factores biológicos y ambientales

**Maduración:** desde un punto de vista psicobiológico, es el conjunto de los procesos de crecimiento físico que posibilitan el desarrollo de una conducta específica conocida. Desde una perspectiva más general, es el proceso de evolución del niño hacia el estado adulto.

**Aprendizaje:** Este término incluye aquellos cambios en las estructuras anatómicas y en las funciones psicológicas que resultan del ejercicio y de las actividades del niño. La maduración y el aprendizaje están muy relacionados. La primera proporciona la materia elemental sin la cual el segundo sería imposible.

**Crecimiento físico:** Por lo general, un recién nacido pesa 3,4 kilos, mide 53 centímetros y presenta un tamaño de cabeza desproporcionadamente mayor que el resto del cuerpo. En los tres primeros años el aumento de peso es muy rápido, después se mantiene relativamente constante hasta la adolescencia, momento en el que se da el `estirón' final, menor, no obstante, que el de la infancia. Los estudios realizados muestran que la altura y el peso del niño dependen de su salud, disminuyendo durante las enfermedades para acelerarse de nuevo al restablecerse la salud, hasta alcanzar la altura y el peso apropiados.



**“GUÍA METODOLÓGICA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA EL MEJORAMIENTO DEL DESARROLLO FÍSICO DE LOS NIÑOS DEL SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA ALBERTO GUERRA DEL CANTÓN CEVALLOS”**



## INTRODUCCIÓN.

La presente propuesta está enfocada a proponer actividades recreativas mediante **JUEGOS** los cuales ayudaran a mejorar su desarrollo físico en las horas clases de Cultura Física.

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.

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.



### **Mediante el juego podemos lograr:**

- ✓ 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 tensiones que tenemos en la vida diaria, por lo que las actividades recreativas nos ayuda 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.
- ✓ Finalidades intelectuales.- Los juegos nos permite mayor concentración, a despejar la mente, lo cual es muy saludable para una persona, especialmente para los estudiantes, su mente se relaja.

## FASE 1

### 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"



**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.

- ✓ **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.
  
- ✓ **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.



**Policías y ladrones-** 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.

**El rodeo.-** 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.



**Si te cojo me sigues-** 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.

## FASE 2

### 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



**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.



**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.

**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.

**Fútbol con parejas.-** 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.

**Ponchando.-** 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.

### FASE 3

## 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.



**La batida.-** Este juego que consiste en que dos personas cojan de los extremos de la soga 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."



**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



**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.



**El juego de la cometa.-** Este juego es creativo, lo realizan en varias ciudades y pueblos, especialmente en épocas de verano y vacaciones escolares. El material utilizado es el sigse o el carrizo para su armazón; el papel cometa, de empaque o papel periódico; tiras de tela para hacer la cola y por último hilo grueso o piola para hacerlas volar.

## FASE 4

### JUEGOS RECREATIVOS



El juego lleva al niño a adquirir destrezas y conocimientos, con lo cual se convierte en un excelente medio para su desarrollo



**Wascamanta.-** Material.- soga.- 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.

**Capitán Manda.-** 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.

**Zapatos de venta.-** 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.



**El aro.-** Material, aros y palos con ganchos. Se puede realizar competencias o carreras de aros. Para jugar con el aro y hacerlo rodar, es necesario cortar un trozo de palo delgado, en cuyo extremo se coloca un pedazo de alambre en forma de gancho. Luego, se trazan líneas curvas o quebradas paralelas, de acuerdo al número de participantes. Los niños y niñas participantes hacen rodar el aro siguiendo las líneas trazadas. Gana la carrera el que llega primero a la meta. Se puede jugar haciendo rodar el aro en toda dirección.

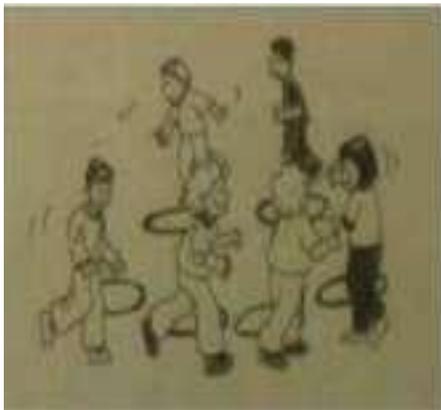


**El gusano cien pies-** En una fila uno detrás de otro con los pies en los hombros del siguiente compañero, caminar y desplazarse por el espacio delimitado.

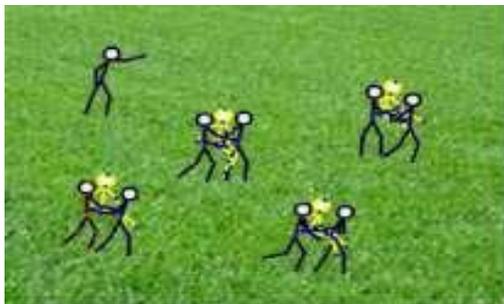


**Transporte de pasajeros-** Desde un punto de partida, se forman grupos de 5 alumnos. A la orden de salida, cuatro de ellos trasladan al quinto a un sitio

especificado por el profesor. Luego se regresan al punto de partida incluyendo el alumno transportado y llevan a otro alumno.



**Buscando una casa.-** 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.



**El Trono.-** 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

**Malabares con pelotitas.-** Primeramente elaboramos pelotitas, utilizando los siguientes materiales:

Arroz media libra y Harina media libra, entreveramos las dos porciones en un pozuelo luego tomamos una funda pequeña y ponemos una cantidad que de nuestra mano en la funda, este lo envolvemos para dejar redondo, con la bombas grandes de fiesta que deben estar cortadas por el cuello, introduzco la funda con harina en dos bombas para que se quede seguro.

## Manipulación de las pelotitas

1. Lanzar una pelota a mano derecha-izquierda en línea recta
2. Lanzar la pelota en vertical hasta la altura de los ojos
3. Lanzar la pelota a la otra mano en forma triangular, sin pasar de la altura de los ojos
4. Lanzar la pelota en vertical un poco más arriba de la cabeza
5. Lanzar la pelota a la otra mano en forma triangular por mas encima de la cabeza
6. Lanzar la pelota en vertical muy alto
7. Lanzar la pelota en forma triangular a la otra mano elevando a mas altura



## Combinación de lanzadas

Juntamos los números: 1-2-5; 1-6-7; 1-3-4 etc.

Ejercicios en grupos:

Hacer equipos de seis, uno del equipo ubicado a un extremo no tiene pelota. Iniciamos el ejercicio lanzando la pelota en combinación de números, 1-2-5, al lanzar el último número pasamos al compañero de al lado y el que se queda sin balos pasa a colocarse al otro extremo, continúa hasta trasladarse el equipo hacia otro espacio.

Con los mismos grupos, y la combinación de los números, pero lo que cambia es que las pelotas no pasamos sino los integrantes se desplazan a coger el esférico del compañero de lado.

## FASE 5

### JUEGOS DEPORTIVOS



Los juegos deportivos son aquellos juegos relacionados con la educación física y el deporte, individuales o grupales, que siguen determinadas reglas, y fomentan el desarrollo normal y sano de las capacidades físicas y mentales



**Sapito.-** Saltar por encima del compañero mientras pasa, el compañero debe estar en cuadrúpeda baja.

**Mamá pato.-** Formar equipos, al dar la señal sale el primero hasta dar la vuelta a un cono, al llegar le toma de la mano al segundo de la fila, y realizan el mismo recorrido, así sucesivamente hasta que todos corran agarrados a dar la vuelta.

**Remolque.-** En parejas, cargar al compañero apegados las espaldas y trasladarlo hacia el otro lado, regresar invirtiendo los papeles. **Llevemos el pañuelo.-** Se colocan en fila, van a dejar el pañuelo hasta un lugar, luego vienen le dan la mano al que sigue y ello va a traer, nuevamente viene le da la mano al tercero y lo

va a dejar. Etc. y así hasta que todos van pasando, gana el equipo que termine primero.

**La pesca deportiva.-** Se coloca peces de madera con un cáncamo, y con un madero largo, que tenga una piola y un gancho, el niño debe intentar pescar a los peces de madera.

### **Carrera de tres pies.**



Para el desarrollo de la carrera de tres pies dos participantes se amarran con la sogla o piola, uno de sus pies con su pareja, para convertirse en un solo participante o en un equipo.

Anteriormente se debe determinar el punto de partida y el punto de llegada, y si la carrera es de una o de varias vueltas dependiendo de la distancia o la complejidad de la pista. Por lo general este tipo de carreras siempre tiene la motivación de un premio para el ganador y los primeros puestos.

Gana el equipo que llegue más pronto a la meta señalada, lógicamente con los pies bien amarrados.

### **Reglas:**

- No salir adelantado.
- No zafarse.
- Hay que llegar hasta el obstáculo final.
- Todos los jugadores deben realizar la actividad



## 6.7.- PLAN DE ACCIÓN U OPERATIVO DE LA PROPUESTA.

<b>Fases</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Estrategias</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsables</b>	<b>Fechas</b>	<b>Evaluación</b>
<b>Socialización</b>	Socializar mediante un taller y la repartición de esta guía a los docentes de la institución	Reuniones de trabajo en colaboración	Hojas de evaluación Computadora Diapositivas	Autor del proyecto/ Profesores/Autoridades	Octubre 2012	Aplicación de instrumentos de evaluación
<b>Planificación</b>	Planificar la implementación de la propuesta	Guía metodología de actividades recreativas para mejorar el desarrollo físico	Hojas Computadora Impresora	Autor del proyecto/ Profesores/Autoridades	Noviembre 2012	Aplicación de instrumentos de evaluación
<b>Ejecución</b>	Ejecutar la aplicación de la propuesta	Plan de ejecución y aplicación de la propuesta	Instrumentos de evaluación	Autor del proyecto/ Profesores/Autoridades	Enero, Febrero, Marzo, Abril 2013	Aplicación de instrumentos de evaluación
<b>Evaluación</b>	Aplicar el plan de evaluación de la propuesta	Aplicación de encuestas	Instrumento de recolección de datos	Autor del proyecto/ Profesores/Autoridades	Octubre, Noviembre 2013	Aplicación de instrumentos de evaluación

**Tabla N° 5 Plan de Acción de la Propuesta**  
Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi

## **6.8.- ADMINISTRACIÓN.**

La realización es posible si cada uno de los actores, tiene claro los objetivos y logra desempeñarse con idoneidad.

El investigador debe proporcionar reuniones permanentes con las autoridades profesores, a fin de planificar, socializar, y evaluar cada una de las procesos de la propuesta.

El investigador será el responsable de asesorar las actividades a desarrollarse con la finalidad de corregir a tiempo los errores e imprevistos que se presente.

Por último esta propuesta servirá como referente para ser tomada en cuenta por los Autoridades de la institución y profesores de Cultura Física, para mejorar el desarrollo físico mediante actividades recreativas.

<b>ORGANISMO</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>FASES DE RESPONSABILIDAD</b>
<b>EQUIPO DE GESTIÓN DE LA PROPUESTA</b>	Sulca Quispilema Dino Rosi	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Organización</li> <li>✓ Planificación</li> <li>✓ Diseño</li> <li>✓ Aprobación</li> <li>✓ Socialización</li> </ul>
<b>EQUIPO DE TRABAJO</b>	Docentes del Área de Cultura Física	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Colaboración</li> <li>✓ Promoción y Operatividad</li> <li>✓ Ejecución</li> </ul>
<b>EQUIPO DE EVALUACIÓN</b>	Director del Establecimiento Educativo	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Evaluar los resultados del proceso</li> </ul>

*Cuadro N° 14 Administración  
Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

## **6.9.- REVISIÓN DE LA EVALUACIÓN**

La evaluación es considerada como una actividad que se enriquece cuando la atención sea acompañada por la imaginación compartida. La condición física y el desarrollo motor siempre ha sido un factor importante en el crecimiento de los infantes, por ello es fundamental desarrollar actividades físicas que ayuden a fortalecer estos aspectos.

--	--

<b>PREGUNTAS BÁSICAS</b>	<b>EXPLICACIÓN</b>
1. ¿Qué evaluar?	Las actividades recreativas en su desarrollo físico
2. ¿Por qué evaluar?	Porque es necesario determinar el impacto de la propuesta
3. ¿Para qué evaluar?	Para alcanzar los objetivos planteados en la propuesta
4. ¿Quién evalúa?	Sulca Quispilema Dino Rosi
5. ¿Cuánto evaluar?	Evaluación formativa mensual
6. ¿Con qué evaluar?	Encuestas

*Cuadro N° 15 Previsión de la evaluación  
Elaborado por: Sulca Quispilema Dino Rosi*

## **6.10.- CONCLUSIONES**

- En conclusión podemos decir que la guía metodológica de actividades recreativas nos permitió socializar, y compartir nuevas alternativas de recreación.
- Al momento de ejecutar la guía metodológica de actividades recreativas, la predisposición de los involucrados, nos permitió visualizar el interés por adquirir nuevos métodos de educación.
- Podemos decir que la guía metodológica de actividades recreativas se cumplió con gran satisfacción por parte de los participantes.
- La guía metodológica de actividades recreativas, está diseñada para despertar el interés y motivar a los niños a la práctica sana de juegos que nos permiten mayores oportunidades de aprendizaje.

## **6.11.-RECOMENDACIONES.**

- Se recomienda la participación de toda la comunidad educativa, para así alcanzar mayores beneficios de la práctica de actividades recreativas.
- Se recomienda también al momento de ejecutar la guía metodológica de actividades recreativas tener un conocimiento adecuado para no caer en lo rutinario e inadecuada aplicación de técnicas.
- Al momento de evaluar la guía metodológica de actividades recreativas, tener muy en cuenta las actitudes de los participantes, muchos niños lo pueden tomar de diferente manera su participación y por lo tanto tener alternativas de evaluación.
- Las actividades recreativas se las puede realizar en todo momento en todo lugar se recomienda que la sociedad no solo educativa participe de estas actividades que nos permite un excelente desarrollo físico, mental, y corporal que ayuda a mantener nuestra salud en buen estado por lo tanto la recreación es para todos.

## **BIBLIOGRAFIA.**

AGUILAR CORTEZ, Lupe y otros (2005). *Recreación y Animación: de la teoría a la práctica*. EDITORIAL KINESIS. México

ALCALAY, L. Y ANTONIJEVIC, N. (2007). Variables afectivas. *Revista de Educación (México)*, 144, pp. 29-32.

ALMAGUER, T. (2008). *El desarrollo del alumno: características y estilos de aprendizaje*. México: Trillas.

ANDERSON, G. & BROWN, R.I.F. (2004). Los juegos de azar real y de laboratorio, búsqueda de sensaciones y la excitación. *Er. J. Psicología*, 75,401-410.

ANTÓN, J. (2007). *Apuntes del II Curso sobre entrenamiento deportivo en la edad escolar*. Instituto Andaluz del Deporte. Málaga.

ARREDONDO, M. (2004). *Notas para un modelo de docencia: Formación pedagógica de profesores universitarios. Teoría y experiencias en México*. México: ANUIES-UNAM. CESU.

AUSUBEL, D.; Novak, J.; Hanesian, H. (2005). *Psicología Educativa: Un punto de vista cognoscitivo*. México: Editorial Trillas. Cuarta Edición.

BARBANTI V.J. (2006) *Teoría e práctica de ENTRENAMIENTO DEPORTIVO*. Edgar Bluchers. Sao Paulo.

BERNARDO, J. (2009). *Técnicas y recursos para el desarrollo de las clases*. Rialp.

### **Linkografía.**

<http://guiafitness.com/desempeñofisico-y-futboll>

<http://www.i-natacion .con/artículos/técnica/crol/coordinacion.html>

**www.Ministerio Del deporte.gov.ec**

[http://www.fen.org.ar/aipen/ndb\\_3.htm](http://www.fen.org.ar/aipen/ndb_3.htm)

<http://entrenamientofisico.blogspot.com/2009/03/eldeempeñoenlanatacion.html>

<http://guiafitness.com/desempeñofisico-y-natacion.html>

<http://www.i-natacion .con/artículos/técnica/crol/coordinacion.html>

**www.Ministerio Del deporte.gov.ec**

[http://www.fen.org.ar/aipen/ndb\\_3.htm](http://www.fen.org.ar/aipen/ndb_3.htm)

<http://entrenamientofisico.blogspot.com/2009/03/eldeempeñoenlanatacion.html>

# ANEXOS

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

ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO AÑO DE  
EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA ALBERTO GUERRA DEL  
CANTÓN CEVALLOS

**Objetivo:** la presente encuesta estructurada tiene como objetivo recoger información sobre las actividades recreativas y la condición física de los estudiantes.

**Cuestionario:**

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

SI  NO  TAL VEZ

**2.- ¿El profesor de cultura física utiliza la recreación para despertar los aspectos cognitivos y afectivos del niño?**

SI  NO  TAL VEZ

**3.- ¿Considera usted que al utilizar los juegos recreativos, la participación de los estudiantes es más activa y participativa y así mejorara su desarrollo físico?**

SI  NO  TAL VEZ

**4.- ¿Cree usted que el profesor realiza actividades recreativas para ayudar al desarrollo muscular?**

SI  NO  TAL VEZ

**5.- ¿Cree usted que con un crecimiento adecuado de los huesos se podrá tener un buen desarrollo físico?**

SI  NO  TAL VEZ

**6.- ¿Cree usted que el peso y la estatura cambian con la realización de actividades recreativas?**

SI  NO  TAL VEZ

**7.- ¿Cree usted que existe interés por parte del profesor en aplicar juegos recreativos que mejoren su desarrollo físico?**

SI  NO  TAL VEZ

**8.- ¿Conoce usted que son las actividades recreativas?**

SI  NO  TAL VEZ

**9.- ¿Cree usted que las actividades recreativas promoverán una formación integral en su desarrollo?**

SI  NO  TAL VEZ

**10.- ¿Cree usted que una guía metodológica de actividades recreativas le ayudara al profesor a planificar sus clases y así mejor su desarrollo físico?**

SI  NO  TAL VEZ



